



ASSUNTO: Campeonato Distrital 2024 - GAF – Base Aveiro, Braga e Viana do Castelo

DISTRIBUIÇÃO: Clubes participantes e Federação de Ginástica de Portugal.

Exmos. Senhores,

Pela presente enviamos a circular do Campeonato Distrital 2024 - GAF – Base Aveiro, Braga e Viana do Castelo

Ginástica Artística Feminina

Escalões: Iniciadas 2014-2013;
Juvenis 2012-2011;
Juniões 2009-2010;
Seniores ≤ 2008

Data: 25 de Abril de 2024 (5ª feira)

Local: Complexo Municipal de Ginástica da Maia

Programa: Iniciadas; Juvenis; Juniores; Seniores
- Programa Técnico Competitivo Base (11º ao 1º grau)

1º Turno – Juvenis – Braga (Anexo 1)

Abertura do recinto: 08:10 (aquecimento até às 08:25)

Início da Competição: 08:30

Cerimónia Protocolar: 10:00

2º Turno – Seniores – Braga (Anexo 2)

Abertura do recinto: 10:10 (aquecimento até às 10:25)

Início da Competição: 10:30

Cerimónia Protocolar: 12:00

3º Turno – Iniciadas – Braga (Anexo 3)

Abertura do recinto: 14:10 (aquecimento até às 14:25)

Início da Competição: 14:30

Cerimónia Protocolar: 16:40

4º Turno – Juniores – Braga (Anexo 4)

Abertura do recinto: 16:50 (aquecimento até às 17:05)

Início da Competição: 17:10

Cerimónia Protocolar: 19:00



Data: 1 de Maio de 2024 (4ª feira)

5º Turno – Juvenis, Juniores e Seniores – Aveiro e Viana do Castelo (Anexo 5)

Abertura do recinto: 08:10 (aquecimento até às 08:25)

Início da Competição: 08:30

Cerimónia Protocolar: 10:40

6º Turno – Iniciadas – Aveiro e Viana do Castelo (Anexo 6)

Abertura do recinto: 11:00 (aquecimento até às 11:15)

Início da Competição: 11:20

Cerimónia Protocolar: 13:10

NOTAS:

1 - O Horário de cada escalão pode ser antecipado até 20 minutos

2 - As cerimónias protocolares decorrerão logo após terminar a competição. É obrigatório o uso de fato de treino do clube e estandarte

3 - A ausência de ginastas na competição implica a apresentação de justificação válida, conforme *Regulamento de competições/eventos 2023-24* da AGN.

4 - A presença na competição só é autorizada a ginastas, treinadores e juizes filiados na FGP na presente época. A juntar a isso, os treinadores devem ter o seu Título Profissional de Treinador de Desporto activo.

5 - De acordo com a Lei, não é permitido fumar na instalação desportiva e no exterior num raio mínimo de 50 metros.

Músicas:

As músicas devem dar entrada na AGN até às 17h00 de 6ª feira dia **19 de Abril de 2024**, enviadas por via electrónica para gaf@agn.pt

Solicitamos que sejam enviadas todas juntas via upload através de plataforma de transferência de ficheiros (exemplo: Wetransfer).

As músicas têm de estar devidamente identificadas, com número de dorsal, a sigla do clube e o nome da ginasta (primeiro nome e apelido)

Exemplo: 000.AGN-RuteMartins.

Não serão consideradas músicas que estejam identificadas de outra forma.

Só é necessário enviar as músicas das ginastas que utilizam música diferente da apresentada para os exercícios obrigatórios.

Por segurança os clubes devem ser portadores das músicas em dispositivo de armazenamento (pen drive, disco externo, etc. ...).

Circular:

Os grupos poderão sofrer alterações, devido a possíveis desistências de ginastas. Será enviada e entregue no local de prova uma circular atualizada para todos os clubes participantes.

Captação de imagens:

A captação de imagens dentro do recinto de competição deve obedecer ao estabelecido em

http://www.agn.pt/images/AGN/REGULAMENTO_RECOLHA_IMAGENS_AGN.pdf

Acreditação:

A entrada dos ginastas, treinadores e Delegado do clube à competição faz-se pela porta principal do Complexo de Ginástica. Os elementos da organização e os juízes entram também pela porta referida.

A entrada do público faz-se por uma das portas a indicar, no local oposto à porta de entrada dos ginastas. Os Delegados dos clubes devem assistir à competição na bancada VIP e acedem ao espaço de competição no momento das cerimónias protocolares para participação nas mesmas.

Para o melhor decorrer da prova todos os intervenientes presentes no recinto de competição devem estar devidamente inscritos dentro dos prazos indicados pelos regulamentos da AGN.

Clubes participantes:

AGJD – Associação de Ginástica Júlio Dinis

BARCAGYM – Barcagym Associação Desportiva

CA4 – Clube A4

ARTI – Artigym Clube de Ginástica de Braga

CGG – Clube de Ginástica de Guimarães

CGOB – Clube de Ginástica de Oliveira do Bairro

Porto, 28 de Março de 2024

O Departamento de GAF e GAM

Anexo 1 – CD 2024 - GAF – Base Aveiro, Braga e Viana do Castelo	GAF - 1º Turno
25 Abril 2024	1ª subdivisão
08:10 - 08:25 - 08:30 - 09:50 – 10:00	Juvenis Braga

Lista de Ginastas

Grupo	Clube	Nº	Nome	Ano	Esc
A	CGG	1	Laís Pereira	2011	Juvenis
	CGG	7	Margarida Pinto	2012	Juvenis
	CGG	5	Inês Almeida	2011	Juvenis
	CGG	3	Leonor Sousa	2011	Juvenis
	CGG	2	Inês Gonçalves	2012	Juvenis
B	CGG	8	Maria Dias	2011	Juvenis
	CGG	6	Yasmin Silva	2012	Juvenis
	CGG	4	Leonor Castro	2011	Juvenis
	CGG	11	Sarah Fernandes	2012	Juvenis
	CGG	9	Constança Mendes	2012	Juvenis
	CGG	10	Maria Novais	2012	Juvenis
C	ARTI	12	Maria Alves	2011	Juvenis
	ARTI	19	Eva Sousa	2011	Juvenis
	ARTI	20	Ana Pimenta	2012	Juvenis
	ARTI	16	Ana Rita Fernandes	2012	Juvenis
	ARTI	15	Ariana Leite	2011	Juvenis
	ARTI	21	Alice Castro	2012	Juvenis
D	ARTI	17	MIA Janßen	2012	Juvenis
	ARTI	18	Mafalda Araújo	2012	Juvenis
	ARTI	175	Daniela Lopes	2011	Juvenis
	ARTI	13	Beatriz Santos	2012	Juvenis
	ARTI	14	Maria Santos	2012	Juvenis
	ARTI	22	Yasmin Jokh	2011	Juvenis

Aquecimento

A zona de aquecimento geral abre às 08:10. Às 08:25 termina o período de aquecimento geral para se proceder à organização do desfile que segue directamente para os aparelhos.

Ordem Passagem nos Aparelhos – Competição

Após o desfile/rotação haverá um período de aquecimento no aparelho de 4', após o qual os juízes iniciam a avaliação.

	ST	PA	T	S
09:20-09:40	A	B	C	D
09:40-10:00	D	A	B	C
10:00-10:20	C	D	A	B
10:20-10:40	B	C	D	A

A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o juiz do aparelho.

Anexo 2 – CD 2024 - GAF – Base Aveiro, Braga e Viana do Castelo	GAF - 2º Turno
25 Abril 2024	2ª subdivisão
10:10 - 10:25 - 10:30 - 11:50 – 12:00	Seniores Braga

Lista de Ginastas

Grupo	Clube	Nº	Nome	Ano	Esc
E	CGG	174	Penélope Ribeiro	2007	Seniores
	CGG	24	Leonor Silva	2008	Seniores
	CGG	25	Matilde Marques	2006	Seniores
	CGG	27	Margarida Leitão	2007	Seniores
F	CGG	23	Catarina Andrade	2005	Seniores
	CGG	29	Erica Sousa	2005	Seniores
	CGG	30	Íris Oliveira	2008	Seniores
	CGG	31	Leonor Pereira	2008	Seniores
	CGG	32	Beatriz Carneiro	2004	Seniores
G	ARTI	33	Diana Peixoto	2001	Seniores
	ARTI	34	Maria Esteves	2008	Seniores
	ARTI	38	Beatriz Ribeiro	2002	Seniores
	ARTI	36	Ana Ribeiro	2006	Seniores
	ARTI	42	Lara Veiga Silva	2008	Seniores
H	ARTI	35	Matilde Santos	2006	Seniores
	ARTI	39	Carolina Peixoto	2006	Seniores
	ARTI	40	Noa Penas	2006	Seniores
	ARTI	41	Matilde Gonçalves	2008	Seniores
	ARTI	37	Ana Costa	2003	Seniores
	ARTI	43	Lara Quintela	2008	Seniores

Aquecimento

A zona de aquecimento geral abre às 10:10. Às 10:25 termina o período de aquecimento geral para se proceder à organização do desfile que segue directamente para os aparelhos.

Ordem Passagem nos Aparelhos – Competição

Após o desfile/rotação haverá um período de aquecimento no aparelho de 4', após o qual os juízes iniciam a avaliação.

	ST	PA	T	S
11:20-11:40	E	F	G	H
11:40-12:00	H	E	F	G
12:00-12:20	G	H	E	F
12:20-12:40	F	G	H	E

A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o juiz do aparelho.

Anexo 3 – CD 2024 - GAF – Base Aveiro, Braga e Viana do Castelo	GAF - 3º Turno
25 Abril 2024	3ª subdivisão
14:10 - 14:25 - 14:30 - 16:30 – 16:40	Iniciadas Braga

Lista de Ginastas

Grupo	Clube	Nº	Nome	Ano	Esc
I	CGG	45	Matilde Oliveira	2013	Iniciados(as)
	CGG	46	Ana Faria	2013	Iniciados(as)
	CGG	49	Maria Teixeira	2014	Iniciados(as)
	CGG	63	Maria Marques	2014	Iniciados(as)
	CGG	44	Eduarda Lopes	2013	Iniciados(as)
J	CGG	48	Matilde Ferreira	2013	Iniciados(as)
	CGG	54	Miriam Carvalho	2014	Iniciados(as)
	CGG	60	Mariana Pereira	2014	Iniciados(as)
	CGG	53	Margarida Sampaio	2013	Iniciados(as)
	CGG	50	Ana Santos	2014	Iniciados(as)
K	CGG	52	Julia Pires	2013	Iniciados(as)
	CGG	55	Maria Gomes	2014	Iniciados(as)
	CGG	51	Leonor Pessoa	2013	Iniciados(as)
	CGG	47	Laura Castilho	2013	Iniciados(as)
	CGG	57	Maria Gomes	2014	Iniciados(as)
L	CGG	61	Francisca Félix	2013	Iniciados(as)
	CGG	58	Mafalda Ribeiro	2013	Iniciados(as)
	CGG	56	Francisca Martins	2013	Iniciados(as)
	CGG	62	Diana Lima	2013	Iniciados(as)
	CGG	64	Leonor Pinto	2013	Iniciados(as)
	CGG	59	Lara Moura	2013	Iniciados(as)
M	ARTI	71	Maria Ferreira	2014	Iniciadas
	ARTI	66	Sara Gomes	2013	Iniciadas
	ARTI	73	Letícia Carvalho	2014	Iniciadas
	ARTI	68	Maria Simões	2013	Iniciadas
	ARTI	69	Inês Castro	2013	Iniciadas
	ARTI	74	Matilde Azevedo	2014	Iniciadas
N	ARTI	65	Francisca Lopes	2014	Iniciadas
	ARTI	72	Rita Lamelas	2014	Iniciadas
	ARTI	70	Mara Ferreira	2013	Iniciadas
	ARTI	76	Maria Teixeira	2014	Iniciadas
	ARTI	75	Safiya Hassani	2013	Iniciadas
	ARTI	67	Camila Rocha	2013	Iniciadas



Aquecimento

A zona de aquecimento geral abre às 14:10. Às 14:25 termina o período de aquecimento geral para se proceder à organização do desfile que segue directamente para os aparelhos.

Ordem Passagem nos Aparelhos – Competição

Após o desfile/rotação haverá um período de aquecimento no aparelho de 4', após o qual os juízes iniciam a avaliação.

	ST	PA	Pausa	T	S	Pausa
14:00-14:20	I	J	K	L	M	N
14:20-14:40	N	I	J	K	L	M
14:40-15:00	M	N	I	J	K	L
15:00-15:20	L	M	N	I	J	K
15:20-15:40	K	L	M	N	I	J
15:40-16:00	J	K	L	M	N	I

A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o juiz do aparelho.

Anexo 4 – CD 2024 - GAF – Base Aveiro, Braga e Viana do Castelo	GAF - 4º Turno
25 Abril 2024	4ª subdivisão
16:50 - 17:05 - 17:10 - 18:50 – 19:00	Juniores Braga

Lista de Ginastas

Grupo	Clube	Nº	Nome	Ano	Esc
O	CGG	77	Clara Carvalho	2010	Juniores
	CGG	79	Ariana Gonçalves	2009	Juniores
	CGG	80	Lia Oliveira	2010	Juniores
	CGG	81	Débora Pires	2010	Juniores
P	CGG	82	Leonor Mouga	2010	Juniores
	CGG	83	Inês Mouga	2010	Juniores
	CGG	84	Ana Marques	2010	Juniores
	CGG	85	Maria Moreira	2010	Juniores
	CGG	86	Joana Zambujal	2010	Juniores
	CGG	87	Clara Vieira	2010	Juniores
Q	ARTI	88	Margarida Santos	2009	Juniores
	ARTI	89	Lara Pereira	2009	Juniores
	ARTI	90	Maria Gonçalves	2009	Juniores
	ARTI	91	Dara Ribeiro	2009	Juniores
	ARTI	92	Maria Menezes	2010	Juniores
	ARTI	98	Ana Camila Fernandes	2010	Juniores
R	ARTI	93	Leonor Santos	2010	Juniores
	ARTI	99	Maria Dias	2010	Juniores
	ARTI	96	Helena Leal	2009	Juniores
	ARTI	104	Maria Lima	2009	Juniores
	ARTI	105	Luana Cerqueira	2010	Juniores
	ARTI	100	Bia Sousa	2009	Juniores
S	ARTI	101	Filipa Costa	2010	Juniores
	ARTI	102	Diana Martins	2009	Juniores
	ARTI	103	Gabriela Martins	2009	Juniores
	ARTI	94	Lara Gomes Silva	2010	Juniores
	ARTI	95	Maria Isabel Rodrigues	2009	Juniores
	ARTI	106	Maria Sobral	2009	Juniores

Aquecimento

A zona de aquecimento geral abre às 16:50. Às 17:05 termina o período de aquecimento geral para se proceder à organização do desfile que segue directamente para os aparelhos.

Ordem Passagem nos Aparelhos – Competição

Após o desfile/rotação haverá um período de aquecimento no aparelho de 4', após o qual os juízes iniciam a avaliação

	ST	PA	Pausa	T	S
16:40-17:00	O	P	Q	R	S
17:00-17:20	S	O	P	Q	R
17:20-17:40	R	S	O	P	Q
17:40-18:00	Q	R	S	O	P
18:00-18:20	P	Q	R	S	O

A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o juiz do aparelho.



Anexo 5 – CD 2024 - GAF – Base Aveiro, Braga e Viana do Castelo	GAF - 5º Turno
1 Maio 2024	5ª subdivisão
08:10 - 08:25 - 08:30 - 10:30 – 10:40	Juvenis, Juniores e Seniores Aveiro e VC

Lista de Ginastas

Grupo	Clube	Nº	Nome	Ano	Esc
T	AGJD	107	Maria Justo	2009	Juniores
	AGJD	108	Inês Santos	2010	Juniores
	AGJD	109	Mafalda Lopes	2012	Juvenis
	AGJD	110	Maria Albergaria	2012	Juvenis
	AGJD	111	Joana Martins	2012	Juvenis
	ACM	168	Rafaela Barbosa	2006	Seniores
	ACM	169	Fabiana Andrade	2001	Seniores
U	AGJD	112	Kyara Ramalho	2011	Juvenis
	AGJD	113	Matilde Ferreira	2012	Juvenis
	AGJD	114	Inês Alves	2012	Juvenis
	AGJD	115	Mariana Costa	2008	Seniores
	AGJD	116	Helena Santos	2007	Seniores
	CGG	26	Mariana Jesus	2005	Seniores
	CGG	78	Cláudia Martins	2009	Juniores
V	CA4	117	Inês Martins	2010	Juniores
	CA4	118	Matilde Rodrigues	2009	Juniores
	CA4	119	Clara Sousa	2010	Juniores
	CA4	120	Julia Costa	2010	Juniores
	CA4	121	Sara Fernandes	2012	Juvenis
	CA4	122	Inês Castro	2012	Juvenis
	CA4	123	Jéssica Ramalho	2011	Juvenis
W	CA4	124	Margarida Ribeiro	2011	Juvenis
	CA4	125	Beatriz Nunes	2006	Seniores
	CA4	126	Maria Silva	2008	Seniores
	CA4	170	Yohanna Aniceto*	2003	Seniores
	CA4	172	Jéssica Bastos*	1999	Seniores
	CA4	172	Patrícia Dias*	1982	Seniores
	CA4	173	Soraia Tavares*	1987	Seniores
X	BARCAGYM	127	Inês Cerqueira	2009	Juniores
	BARCAGYM	128	Sara Almeida	2011	Juvenis
	BARCAGYM	129	Lara Rebelo	2011	Juvenis
	CGOB	130	Marta Marques	2009	Juniores
	CGOB	138	Matilde André	2006	Seniores
	CGOB	139	Margarida Cruz	2008	Seniores
Y	CGOB	132	Margarida Dias	2011	Juvenis
	CGOB	133	Margarida Santos	2011	Juvenis
	CGOB	134	Lara Silva	2012	Juvenis
	CGOB	135	Rita Sal	2011	Juvenis
	CGOB	136	Lara Semedo	2012	Juvenis
	CGOB	137	Yara Lopes	2011	Juvenis

* Special Gym



Aquecimento

A zona de aquecimento geral abre às 08:10. Às 08:25 termina o período de aquecimento geral para se proceder à organização do desfile que segue directamente para os aparelhos.

Ordem Passagem nos Aparelhos – Competição

Após o desfile/rotação haverá um período de aquecimento no aparelho de 4', após o qual os juízes iniciam a avaliação.

	ST	PA	Pausa	T	S	Pausa
08:30-08:50	T	U	V	W	X	Y
08:50-09:10	Y	T	U	V	W	X
09:10-09:30	X	Y	T	U	V	W
09:30-09:50	W	X	Y	T	U	V
09:50-10:10	V	W	X	Y	T	U
10:10-10:30	U	V	W	X	Y	T

A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o juiz do aparelho.

Anexo 6 – CD 2024 - GAF – Base Aveiro, Braga e Viana do Castelo	GAF - 6º Turno
1 Maio 2024	6ª subdivisão
11:00 - 11:15 - 11:20 - 13:00 – 13:10	Iniciadas Aveiro e VC

Lista de Ginastas

Grupo	Clube	Nº	Nome	Ano	Esc
AA	AGJD	140	Margarida Ferreira	2013	Iniciados(as)
	AGJD	141	Paloma Papp	2014	Iniciados(as)
	AGJD	142	Matilde Pereira	2013	Iniciados(as)
	AGJD	143	Carine Paiva	2014	Iniciados(as)
	BARCAGYM	144	Beatriz Fernandes	2014	Iniciados(as)
	BARCAGYM	145	Joana Dias	2014	Iniciados(as)
AB	BARCAGYM	146	Laura Rocha	2013	Iniciados(as)
	BARCAGYM	147	Joana Cunha	2014	Iniciados(as)
	BARCAGYM	148	Joana Amorim	2013	Iniciados(as)
	BARCAGYM	149	Maria Sousa	2013	Iniciados(as)
	BARCAGYM	150	Matilde Sousa	2014	Iniciados(as)
AC	CA4	151	Livia Carvalho	2014	Iniciados(as)
	CA4	152	Leonor Rocha	2013	Iniciados(as)
	CA4	153	Joana Nunes	2013	Iniciados(as)
	CA4	154	Eva Queirós	2014	Iniciados(as)
	CA4	155	Bianca Rocha	2013	Iniciados(as)
	CA4	156	Ariana Santos	2013	Iniciados(as)
AD	CA4	157	Margarida Fernandes	2014	Iniciados(as)
	CA4	158	Mariana Vieira	2014	Iniciados(as)
	CA4	159	Caetana Figueiredo	2013	Iniciados(as)
	CA4	160	Leonor Silva	2014	Iniciados(as)
	CA4	161	Maria Pinheiro	2014	Iniciados(as)
	CA4	162	Carlota Coelho	2013	Iniciados(as)
AE	CGOB	163	Mara Ferreira	2014	Iniciados(as)
	CGOB	164	Joana Conceição	2014	Iniciados(as)
	CGOB	165	Nicole Simões	2014	Iniciados(as)
	CGOB	166	Rita Gaio	2014	Iniciados(as)
	CGOB	167	Mariana Fernandes	2013	Iniciados(as)

Aquecimento

A zona de aquecimento geral abre às 11:00. Às 11:15 termina o período de aquecimento geral para se proceder à organização do desfile que segue directamente para os aparelhos.

Ordem Passagem nos Aparelhos – Competição

Após o desfile/rotação haverá um período de aquecimento no aparelho de 4', após o qual os juízes iniciam a avaliação.

	ST	PA	Pausa	T	S
11:20-11:40	AA	AB	AC	AD	AE
11:40-12:00	AE	AA	AB	AC	AD
12:00-12:20	AD	AE	AA	AB	AC
12:20-12:40	AC	AD	AE	AA	AB
12:40-13:00	AB	AC	AD	AE	AA

A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o juiz do aparelho.