

# Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950



Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)

CIRCULAR Nº 0001/2025	Lisboa, 2 de janeiro de 2025
DISTRIBUIÇÃO: AT's e Clubes	
ASSUNTO: Ginástica Acrobática   1ª Prova de Apuramento para a Competição Europeia por Grupo de Idades e Campeonato da Europa	

Exmos. Senhores,

Enviam-se as informações atualizadas a respeito da prova em epígrafe.

Data: 18 e 19 de janeiro de 2025

Local: Artgym Training Centre

R. de Almorode 185 C, 4470-231 Maia

Programa:

Sábado

13:30	Abertura do Recinto
14:00 às 14:50	Aquecimento Geral
15:00 às 19:35	Fim da Competição

Domingo

08:30	Abertura do Recinto
09:00 às 09:50	Aquecimento Geral
10:00 às 13:00	Competição
14:00 às 17:20	Competição

1. Medições de pares e grupos

- Todos os pares e grupos têm de ser submetidos à medição para aplicação de eventuais penalizações por diferença de altura.



# Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950



Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)

## 2. Diagramas

- Podem solicitar já os diagramas para esta prova através do link: <https://forms.gle/K7hTE5yr73H5ewEW6>
- Os diagramas têm de ser submetidos através do Acro Companion até 6ª feira dia 10 janeiro às 13h00, aos diagramas rececionados após data e hora indicada é aplicada uma taxa pecuniária de acordo com o Artº. 2.2 do Manual Técnico.
- As identificações dos diagramas têm que obrigatoriamente utilizar a nomenclatura indicada no manual técnico.

## 3. Bónus

- Tratando-se de uma prova de apuramento não é necessário indicar os bónus, os mesmos não são considerados para a nota final.

## 4. Música

- Todas as músicas têm de ser enviadas até 6ª feira dia 10 janeiro às 13h00 por <https://wetansfer.com/> para [bernardo.tomas@ginastica.org](mailto:bernardo.tomas@ginastica.org), apenas em formato mp3.
- As músicas têm de estar devidamente identificadas, utilizando a nomenclatura de identificação dos diagramas.
- Caso enviem uma 2ª versão de uma música, a mesma deve ser identificada no final com "V2".
- Por segurança o clube também tem de ser portador das músicas em suporte digital (pen drive) apenas com as músicas devidamente identificadas. Em caso de necessidade usar-se-á apenas este suporte de acesso rápido não atrasando o andamento da competição.

## 5. Referências Especiais

- Os exercidos são realizados com a frente para o painel de juízes respetivo.
- Os períodos de aquecimento e hora de entrada no praticável de competição podem ser antecipados ou atrasados de acordo com o desenrolar da competição.

## 6. Protestos

- Anexo á circular de competição enviamos o formulário de protesto em provas FGP.
- É da responsabilidade de cada clube possuir impresso o formulário de protesto para qualquer eventualidade. Não será disponibilizado pela organização.
- O procedimento está devidamente descrito na circular CC0124/2021 – Gestão e Protestos.



# Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950



Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)

- Aconselha-se a todos os que se encontram nesta circunstância a leitura do Artigo 30º - Direito de participação em competições e eventos organizados em território nacional (ginastas estrangeiros) do Regulamento Geral e de Competições.
7. Emblemas nos fatos de competição
- É expressamente proibido que os/as ginastas ostentem no seu fato de competição apenas a bandeira nacional nas competições em que estão a representar o seu clube. Poderão, se assim o desejarem ter a bandeira do clube e a bandeira nacional, mas sempre cada uma com as dimensões mínimas. Qualquer infração a esta regra implicará as penalizações previstas no CIP sobre vestuário inadequado. Cada ginasta deve utilizar o emblema do seu clube no seu fato de competição, de acordo com as normas FGP em vigor.
8. Público
- Será permitida a entrada de público dentro da disponibilidade de lugares no recinto.

Com os melhores cumprimentos, votos de bom ano e bom trabalho,

A Diretora Executiva

(Teresa Loureiro)



## SÁBADO TARDE

13:30 Abertura Recinto

14:00 - 14:25 Aquecimento Geral Pare e Grupos do 1 ao 14

14:25 - 14:50 Aquecimento Geral Pare e Grupos do 15 ao 27

## EQUILÍBRIO

10 minutos no praticável competição

Início	Fim	Nº	Exc.	Cat.	Esc.	Clube
15:00	15:05	1	PF	Júnior	Ana Leite   Maria Soares	CGG
15:05	15:10	2	PF	Júnior	Joana Silva   Sofia Ferreira	GRVM
15:10	15:15	3	PMX	Júnior	David Nunes   Mariana Pinheiro	ACM
15:15	15:20	4	GF	Júnior	Maria Amorim   Catarina Santos   Maria Correia	GRVM
15:20	15:25	5	GF	Júnior	Leonor Filhote   Margarida Duarte   Rita Machado	ACM
15:25	15:30	6	GF	Júnior	Beatriz Lopes   Daisy Bell   M <sup>a</sup> Inês Barata	SCP
15:30	15:35	7	GF	Júnior	Helena Abreu   Diana Laranjinha   Constança Santos	SCP
15:35	15:40	8	GM	Júnior	Jorge Silva   Tomás Martinho   Gabriel Vilela   João Samico	ACM
15:40	15:45	9	PF	Sénior	Madalena Ramada   Matilde Silva	GMFR
15:45	15:50	10	PF	Sénior	Beatriz Carneiro   Inês Faria	ACM

10 minutos no praticável competição

16:00	16:05	11	PMX	Sénior	Lara Fernandes   Guilherme Henriques	SCP
16:05	16:10	12	PMX	Sénior	Tiago Lagorsse   Rita Faria	ACM
16:10	16:15	13	PMX	Sénior	Bruno Asseiceiro   Madalena Francisco	OCG
16:15	16:20	14	GM	Sénior	André Fiuza   Gustavo Fernandes   Rodrigo Coutinho   Rafael Santos	SCP
16:20	16:25	15	GM	Sénior	Bruno Ramalho   Bruno Tavares   Fábio Beco   Guilherme Matos	GMFR
16:25	16:30	16	GF	Sénior	Maria Arezes   Rita Costa   Joana Pinto	ACM
16:30	16:35	17	GF	Sénior	Maria Duarte   Laura Veloso   Inês Nossa	GRVM
16:30	16:35	18	GF	Sénior	Teresa Silva   Joana Rodrigues   Kira Tanganho	AAS
16:35	16:40	19	GF	Sénior	Ema Fernandes   Leonor Carreira   Alcía Santos	SCP
16:35	16:40	20	GF	Sénior	Margarida Barroso   Rita Barroso   Joana Mendes	GMFR

10 minutos no praticável competição

16:50	16:55	21	PF	Youth	Clara Grilo   Alice Geraldés	CEDF
16:55	17:00	22	PF	Youth	Francisca Farófia   M <sup>a</sup> Amélia Sá	SCP
17:00	17:05	23	PF	Youth	Beatriz Martins   Inês Babo	ACM
17:05	17:10	24	PMX	Youth	Salvador Oliveira   Benedita Lopes	CGG
17:10	17:15	25	PMX	Youth	Guilherme Solano   Inês Mendes	GMFR
17:15	17:20	26	PMX	Youth	Martim Rego   Beatriz Gomes	SCP
17:20	17:25	27	PMX	Youth	António Segurado   Júlia Fonseca	AHBE

## DINÂMICO

## 10 minutos no praticável competição

Início	Fim	Nº	Exc.	Cat.	Esc.	Clube
17:35	17:39	1	PF	Júnior	Ana Leite   Maria Soares	CGG
17:39	17:43	2	PF	Júnior	Joana Silva   Sofia Ferreira	GRVM
17:43	17:47	3	PMX	Júnior	David Nunes   Mariana Pinheiro	ACM
17:47	17:51	4	GF	Júnior	Maria Amorim   Catarina Santos   Maria Correia	GRVM
17:51	17:55	5	GF	Júnior	Leonor Filhote   Margarida Duarte   Rita Machado	ACM
17:55	17:59	6	GF	Júnior	Beatriz Lopes   Daisy Bell   M <sup>a</sup> Inês Barata	SCP
17:59	18:03	7	GF	Júnior	Helena Abreu   Diana Laranjinha   Constança Santos	SCP
18:03	18:07	8	GM	Júnior	Jorge Silva   Tomás Martinho   Gabriel Vilela   João Samico	ACM
18:07	18:11	9	PF	Sénior	Madalena Ramada   Matilde Silva	GMFR
18:11	18:15	10	PF	Sénior	Beatriz Carneiro   Inês Faria	ACM

## 10 minutos no praticável competição

18:25	18:29	11	PMX	Sénior	Lara Fernandes   Guilherme Henriques	SCP
18:29	18:33	12	PMX	Sénior	Tiago Lagorsse   Rita Faria	ACM
18:33	18:37	13	PMX	Sénior	Bruno Asseiceiro   Madalena Francisco	OCG
18:37	18:41	14	GM	Sénior	André Fiuza   Gustavo Fernandes   Rodrigo Coutinho   Rafael Santos	SCP
18:41	18:45	15	GM	Sénior	Bruno Ramalho   Bruno Tavares   Fábio Beco   Guilherme Matos	GMFR
18:45	18:49	16	GF	Sénior	Maria Arezes   Rita Costa   Joana Pinto	ACM
18:49	18:53	17	GF	Sénior	Maria Duarte   Laura Veloso   Inês Nossa	GRVM
18:49	18:53	18	GF	Sénior	Teresa Silva   Joana Rodrigues   Kira Tanganho	AAS
18:53	18:57	19	GF	Sénior	Ema Fernandes   Leonor Carreira   Alcía Santos	SCP
18:53	18:57	20	GF	Sénior	Margarida Barroso   Rita Barroso   Joana Mendes	GMFR

## 10 minutos no praticável competição

19:07	19:11	21	PF	Youth	Clara Grilo   Alice Geraldés	CEDF
19:11	19:15	22	PF	Youth	Francisca Farófia   M <sup>a</sup> Amélia Sá	SCP
19:15	19:19	23	PF	Youth	Beatriz Martins   Inês Babo	ACM
19:19	19:23	24	PMX	Youth	Salvador Oliveira   Benedita Lopes	CGG
19:23	19:27	25	PMX	Youth	Guilherme Solano   Inês Mendes	GMFR
19:27	19:31	26	PMX	Youth	Martim Rego   Beatriz Gomes	SCP
19:31	19:35	27	PMX	Youth	António Segurado   Júlia Fonseca	AHBE

## DOMINGO MANHÃ

8:30 Abertura Recinto

9:00 - 9:25 Aquecimento Geral Pare e Grupos do 28 ao 46

9:25 - 9:50 Aquecimento Geral Pare e Grupos do 47 ao 65

## DINÂMICO

## 10 minutos no praticável competição

Início	Fim	Nº	Exc.	Cat.	Esc.	Clube
10:00	10:04	28	PF	Pré Youth	Mª Beatriz Caeiro   Beatriz Caetano	GMFR
10:04	10:08	29	PF	Pré Youth	Gabriela Almeida   Maria Baptista	AAS
10:08	10:12	30	PF	Pré Youth	Leonor Marques   Mariana Rodrigues	AgCC
10:12	10:16	31	PF	Pré Youth	Mariana Filipe   Matilde Filipe	SCP
10:16	10:20	32	PF	Pré Youth	Yasmin Briosas   Lara Faustino	GRVM
10:20	10:24	33	PF	Pré Youth	Miriam Martins   Francisca Almeida	ACM
10:24	10:28	34	PMX	Pré Youth	Manuel Fernandes   Carolina Felgueiras	ADCPN
10:28	10:32	35	PMX	Pré Youth	Tiago Sousa   Valentina Pereira	CGG
10:32	10:36	36	PMX	Pré Youth	Pedro Falcão   Mª Clara Teixeira	AgCC
10:36	10:40	37	PMX	Pré Youth	Lourenço Cartaxo e Noa Rodrigues	CEDF

## 10 minutos no praticável competição

10:50	10:54	38	GF	Pré Youth	Isis Rodrigues   Joana Ramires   Inês Godinho	CEDF
10:54	10:58	39	GF	Pré Youth	Leonor Mousinho   Carolina Mendes   Leonor Carvalho	GDSC
10:58	11:02	40	GF	Pré Youth	Maria Sousa   Martinha Oliveira   Lara Leonor	GCV
11:02	11:06	41	GF	Pré Youth	Marta Abrantes   Rita Nujo   Laura China	AgCC
11:06	11:10	42	GF	Pré Youth	Matilde Branco   Ana Dediú   Sofia Cirne	AHBE
11:10	11:14	43	GF	Pré Youth	Madalena Gil   Ana Almeida   Maria Tavares	GMFR
11:14	11:18	44	GF	Pré Youth	Maria Fidalgo   Maria Santiago   Sofia Vale	LDC
11:18	11:22	45	GF	Pré Youth	Camila Vieira   Benedita Leite   Leonor Ferreira	ACM
11:22	11:26	46	GF	Pré Youth	Mafalda Almeida   Helena Soares   Mª Madalena Joyce	SCP

## 10 minutos no praticável competição

11:36	11:40	47	GF	Pré Youth	Marta Pinto   Mafalda Fernandes   Ana Saraiva	GCV
11:40	11:44	48	GF	Pré Youth	Beatriz Branco   Ana Oliveira   Constança Proença	AgCC
11:44	11:48	49	GF	Pré Youth	Mª Leonor Agostinho   Beatriz Deodato   Matilde Figueiras	APAGL
11:48	11:52	50	GF	Pré Youth	Flor Gonçalves   Matilde Martins   Rita Moisés	GMFR
11:52	11:56	51	GF	Youth	Mariana Carmo   Tatiana Saúde   Joana Cravo	LDC
11:56	12:00	52	GF	Youth	Maya Andrade   Mª Clara Anjos   Madalena Anaia	URD
12:00	12:04	53	GF	Youth	Sofia Santos   Constança Heleno   Carlota Silva	AgCC
12:04	12:08	54	GF	Youth	Mª Inês Ponte   Beatriz Mota   Inês Rocha	SCP
12:08	12:12	55	GF	Youth	Margarida Tamagnini   Helena Costelha   Rita Brandão	ACM

## 10 minutos no praticável competição

12:22	12:26	56	GF	Youth	Mª Carlota Pinto   Ema Duarte   Laura Ataíde	AgCC
12:26	12:30	57	GF	Youth	Mariana Godinho   Núria Mendes   Marta Martins	GCT
12:30	12:34	58	GF	Youth	Mariana Bizarro   Joana Santos   Maria Horta	SCP
12:34	12:38	59	GF	Youth	Joana Jesus   Maria Fernandes   Mia Engrácio	ADCPN
12:38	12:42	60	GF	Youth	Matilde Medina   Maria Marques   Beatriz Nunes	GMFR
12:42	12:46	61	GF	Youth	Beatriz Cardoso   Varvara Pastukhova   Francisca Pires	SCP
12:46	12:50	62	GF	Youth	Lara Gonçalves   Kateryna Ilchyshyn   Núria Gil	APAGL
12:50	12:54	63	GF	Youth	Olga Oliveira   Beatriz Fidalgo   Sofia Babo	ACM
12:54	12:58	64	GF	Youth	Veronica Urso   Isis Pereira   Carolina Pinto	GMNA
12:58	13:02	65	GM	Youth	André Arroja   Frederico Carvalho   Gonçalo Garcia   Tiago Henriques	SCP

18 e 19 Janeiro 2025

## DOMINGO TARDE

13:00 - 13:25 Aquecimento Geral Pare e Grupos do 28 ao 46

13:25 - 13:50 Aquecimento Geral Pare e Grupos do 47 ao 65

## EQUILÍBRIO

10 minutos no praticável competição

Início	Fim	Nº	Exc.	Cat.	Esc.	Clube
14:00	14:04	28	PF	Pré Youth	Mª Beatriz Caeiro   Beatriz Caetano	GMFR
14:04	14:08	29	PF	Pré Youth	Gabriela Almeida   Maria Baptista	AAS
14:08	14:12	30	PF	Pré Youth	Leonor Marques   Mariana Rodrigues	AgCC
14:12	14:16	31	PF	Pré Youth	Mariana Filipe   Matilde Filipe	SCP
14:16	14:20	32	PF	Pré Youth	Yasmin Briosa   Lara Faustino	GRVM
14:20	14:24	33	PF	Pré Youth	Miriam Martins   Francisca Almeida	ACM
14:24	14:28	34	PMX	Pré Youth	Manuel Fernandes   Carolina Felgueiras	ADCPN
14:28	14:32	35	PMX	Pré Youth	Tiago Sousa   Valentina Pereira	CGG
14:32	14:36	36	PMX	Pré Youth	Pedro Falcão   Mª Clara Teixeira	AgCC
14:36	14:40	37	PMX	Pré Youth	Lourenço Cartaxo e Noa Rodrigues	CEDF

10 minutos no praticável competição

14:50	14:54	38	GF	Pré Youth	Isis Rodrigues   Joana Ramires   Inês Godinho	CEDF
14:54	14:58	39	GF	Pré Youth	Leonor Mousinho   Carolina Mendes   Leonor Carvalho	GDSC
14:58	15:02	40	GF	Pré Youth	Maria Sousa   Martinha Oliveira   Lara Leonor	GCV
15:02	15:06	41	GF	Pré Youth	Marta Abrantes   Rita Nujo   Laura China	AgCC
15:06	15:10	42	GF	Pré Youth	Matilde Branco   Ana Dediu   Sofia Cirne	AHBE
15:10	15:14	43	GF	Pré Youth	Madalena Gil   Ana Almeida   Maria Tavares	GMFR
15:14	15:18	44	GF	Pré Youth	Maria Fidalgo   Maria Santiago   Sofia Vale	LDC
15:18	15:22	45	GF	Pré Youth	Camila Vieira   Benedita Leite   Leonor Ferreira	ACM
15:22	15:26	46	GF	Pré Youth	Mafalda Almeida   Helena Soares   Mª Madalena Joyce	SCP

10 minutos no praticável competição

15:36	15:40	47	GF	Pré Youth	Marta Pinto   Mafalda Fernandes   Ana Saraiva	GCV
15:40	15:44	48	GF	Pré Youth	Beatriz Branco   Ana Oliveira   Constança Proença	AgCC
15:44	15:48	49	GF	Pré Youth	Mª Leonor Agostinho   Beatriz Deodato   Matilde Figueiras	APAGL
15:48	15:52	50	GF	Pré Youth	Flor Gonçalves   Matilde Martins   Rita Moisés	GMFR
15:52	15:57	51	GF	Youth	Mariana Carmo   Tatiana Saúde   Joana Cravo	LDC
15:57	16:02	52	GF	Youth	Maya Andrade   Mª Clara Anjos   Madalena Anaia	URD
16:02	16:07	53	GF	Youth	Sofia Santos   Constança Heleno   Carlota Silva	AgCC
16:07	16:12	54	GF	Youth	Mª Inês Ponte   Beatriz Mota   Inês Rocha	SCP
16:12	16:17	55	GF	Youth	Margarida Tamagnini   Helena Costelha   Rita Brandão	ACM

10 minutos no praticável competição

16:27	16:32	56	GF	Youth	Mª Carlota Pinto   Ema Duarte   Laura Ataíde	AgCC
16:32	16:37	57	GF	Youth	Mariana Godinho   Núria Mendes   Marta Martins	GCT
16:37	16:42	58	GF	Youth	Mariana Bizarro   Joana Santos   Maria Horta	SCP
16:42	16:47	59	GF	Youth	Joana Jesus   Maria Fernandes   Mia Engrácio	ADCPN
16:47	16:52	60	GF	Youth	Matilde Medina   Maria Marques   Beatriz Nunes	GMFR
16:52	16:57	61	GF	Youth	Beatriz Cardoso   Varvara Pastukhova   Francisca Pires	SCP
16:57	17:02	62	GF	Youth	Lara Gonçalves   Kateryna Ilchyshyn   Núria Gil	APAGL
17:02	17:07	63	GF	Youth	Olga Oliveira   Beatriz Fidalgo   Sofia Babo	ACM
17:07	17:12	64	GF	Youth	Veronica Urso   Isis Pereira   Carolina Pinto	GMNA
17:12	17:17	65	GM	Youth	André Arroja   Frederico Carvalho   Gonçalo Garcia   Tiago Henriques	SCP