



TORNEIO DE NÍVEIS DE ACROBÁTICA

18 Fevereiro – Pavilhão Álvaro F. Simões Torres, Ribeira de Frades (AAC)

Exmos. Senhores,

A Associação de Ginástica do Centro vem, por este meio, enviar informações relativas ao evento em epígrafe.

HORÁRIO	Atividade	PROGRAMA	
13.30		Abertura do Recinto Aquecimento geral (Iniciados)	
14.00	Aquecimento	Iniciados	
		Júri 1	Júri 2
14.10	Competição	Pares Mistos e Grupos Femininos	Pares Femininos
15.20		Cerimónia Protocolar (Iniciados)	
15.50		Aquecimento geral (Juvenis, Juniores e Seniores)	
16.20	Aquecimento	Juvenis, Juniores e Seniores	
		Júri 1	Júri 2
16.30	Competição	Grupos Femininos (Dinâmico)	Pares Mistos e Femininos (Equilíbrio)
17.00	Aquecimento	Juvenis, Juniores e Seniores	
		Júri 1	Júri 2
17.10	Aquecimento	Grupos Femininos (Equilíbrio)	Pares Mistos e Femininos (Dinâmico)
17.40		Cerimónia Protocolar (Juvenis, Juniores e Seniores)	
		Encerramento do recinto	

Clube	Fem	Masc	TOTAL
ACG	4	0	4
AGCC	26	1	27
AAC	32	1	33
ACMC	6	0	6
AE3P	16	1	17
CGOH	20	0	20
GRVM	11	0	11
TOTAL	115	3	118

Participantes:

ACG – ACADEMIA CANTANHEDE GYM

ACGG – ACROGYM CLUBE DE COIMBRA

AAC – ASSOCIAÇÃO ACADÉMICA DE COIMBRA

ACMC – ASSOCIAÇÃO CRISTÃ DA MOCIDADE COIMBRA

AE3P – ASSOCIAÇÃO ESTRELA DE TRÊS PONTAS

CGOH – CLUBE DE GINÁSTICA DE OLIVEIRA DE HOSPITAL

GRVM – GRUPO RECREATIVO VIGOR DA MOCIDADE



Informações Complementares – Ginástica Acrobática

1. Diagramas

- Os diagramas deverão estar em formato pdf e devem ser enviados até às 23:59 de 12 de Fevereiro. Os diagramas, deverão ser enviados para a AGC através de e-mail, para agdc.acrobatica@gmail.com.
- Os diagramas têm de ser enviados em ficheiros independentes, identificados com número do par/grupo, especialidade, nível, exercício e sigla do clube, usando a seguinte terminologia abaixo apresentada, caso contrário os diagramas não são considerados como enviados.

Exp: 26_PF_N3_EQ_Sigla do Clube

Nível 1	N1	Par Feminino	PF
Nível 2	N2	Par Masculino	PM
Nível 3	N3	Par Misto	PMx
Nível 4	N4	Grupo Feminino	GF
Nível 5	N5	Grupo Masculino	GM
		Equilíbrio	EQ
		Dinâmico	DIN
		Combinado	COM

2. Músicas

- As músicas deverão, estar em formato mp3 e ser enviadas até às 23:59 de 14 Janeiro para AGC através de e-mail, para agdc.acrobatica@gmail.com;
- As músicas devem estar devidamente identificadas utilizando a mesma nomenclatura atribuída aos diagramas;
- Os treinadores deverão possuir no decorrer da prova uma cópia de rápido acesso (seja pen, CD, ou outro), caso exista alguma falha no sistema de som ou reprodução da música.

3. Referências Especiais

- Todos os ginastas deverão participar no Desfile Final e Cerimónia Protocolar;
- Os ginastas têm de usar o emblema do clube de acordo com as normas definidas nos regulamentos da FGP e em local visível no equipamento de competição;
- Todos os Treinadores têm de usar Fato de Treino (da Entidade) “convencional” e sapatilhas. O não cumprimento desta regra resulta na impossibilidade de permanência no recinto de competição;



- Os exercícios são realizados com a frente para os painéis de juízes;
- Solicitamos a colaboração de todos os técnicos para que controlem a presença dos ginastas nas zonas de aquecimento e competição, permitindo apenas a presença dos que se encontram no período competitivo, para um melhor desenrolar da competição;
- Os dirigentes ou treinadores dos clubes presentes deverão indicar todas as faltas no início da competição, na mesa de direção de prova.

Sem outro assunto de momento, apresentamos os nossos melhores cumprimentos,

Associação de Ginástica do Centro

Coordenador Técnico G. ACROBÁTICA

(Inês Coelho)

INICIADOS



JÚRI 1					
Nº	GINASTAS	CLUBE			EQUIPA
1	Maria Vaz/ Catarina Baptista/ Flor Caetano	AAC	GF	COM	
2	Bárbara Leão/ Maria Felizardo/ Beatriz Gamboa	AE3P	GF	COM	
3	Isabel Dias / Catarina Alves / Sofia Monteiro	AGCC	GF	COM	
5	Ana Vieira / Maria Baptista / Maria Silva	AAC	GF	COM	
7	Rita Cunha / Luísa Fonseca / Teresa Rodrigues	AGCC	GF	COM	
9	Laura Veloso / Filipa Brás / Isabela Cadima	GRVM	GF	COM	A
11	Carmo Cruz/ Matilde Marques/ Lia Silva	AE3P	GF	COM	
13	Eva Gonçalves / Maria Santos / Maria Monteiro	AAC	GF	COM	
15	Laura Trindade/Inês Barreiros/Daniela Vieira	ACM	GF	COM	
17	Leonor Fonseca / Maria Magalhães / Sofia Martins	AAC	GF	COM	
19	Rita Carrapato/ Catarina Dias/ Diana Dias	AE3P	GF	COM	
21	Luísa Soares / Matilde Vila Nova / Constança Heleno	AGCC	GF	COM	
23	Olíviã Kretsul / Bianca Carvalho / Benedita Tenente	AAC	GF	COM	
25	Rita Pereira/ Maria Passarinha/ Beatriz Ovelheiro	AE3P	GF	COM	
27	Constança Leitão / Patrícia Ângelo / Maria Maleiro	AGCC	GF	COM	
28	Miriam Cruz / Inês Seguro / Maria Modesto	AAC	GF	COM	
29	Lara Fonseca / Lara Fernandes / Ana Dias	GRVM	GF	COM	
30	Ana Alves/ Renata Matias / Constança Abrantes	CGOH	GF	COM	
31	Sofia Xistra/ Beatriz Laranjinha/ Patrícia Lopes	AE3P	GF	COM	

JÚRI 2					
Nº	GINASTAS	CLUBE			EQUIPA
4	Ana Aldeia / Bárbara Tenreiro	AAC	PF	COM	
6	Carolina Pereira / Rita Ferreira	ACG	PF	COM	
8	Eduarda Pinto / Joana Mendonça	CGOH	PF	COM	
10	Francisca Ramos / Lara Santos	CGOH	PF	COM	
12	Gabriela Semedo Dias / Matilde Martins Brás	GRVM	PF	COM	
14	Maria Amaral / Mariana Menezes	AGCC	PF	COM	
16	Maria Oliveira / Carolina Domingues	AAC	PF	COM	
18	Mariana Antunes / Carlota Pinto	AGCC	PF	COM	A
20	Sofia Brito / Margarida Costa	CGOH	PF	COM	
22	Vitória Lourenço / Laura Cavaco	ACG	PF	COM	
24	Afonso Gamboa/ Sofia Dias	AE3P	PMx	COM	
26	André Vigário / Maria Fernandes	AGCC	PMx	COM	A

JUVENIS, JUNIORES E SENIORES

(1ª Passagem)



ASSOCIAÇÃO DE
GINÁSTICA
DO CENTRO

JÚRI 1

Nº	GINASTAS	CLUBE			EQUIPA
33	Beatriz Silva/ Beatriz Ribeiro / Sara Dias	CGOH	GF	DIN	JUV
34	Inês Duarte/ Mª Francisca Cristo/ Constança Gomes	AAC	GF	DIN	JUV
36	Tatiana Dias / Joana Almeida / Matilde Martins	CGOH	GF	DIN	JUV
38	Ana Simões / Beatriz Silva / Mariamar Almeida	AAC	GF	DIN	JUV
40	Alice Martins / Maria Anjos / Sofia Pereira	AAC	GF	DIN	JUN
42	Sofia Costa/Madalena Trindade/Matilde Sardo	ACM	GF	DIN	JUN
44	Rita Marques / Margarida Carvalho / Leonor Felgueiras	AGCC	GF	DIN	JUN
45	Laura Pereira / Carolina Martins / Matilde Seixas	CGOH	GF	DIN	JUN
46	Catarina Santos / Filipa Correia/ Ana Ferreira	GRVM	GF	DIN	SEN

JÚRI 2

Nº	GINASTAS	CLUBE			EQUIPA
35	João Pinto/ Beatriz Carvalho	AAC	PMx	EQ	JUN
37	Francisca Ferreira / Sofia Santos	AGCC	PF	EQ	JUV
39	Patrícia Pinheiro / Maria Videira	AGCC	PF	EQ	JUV
41	Eduarda Martins / Maria Nunes	CGOH	PF	EQ	JUV
43	Sara Martins / Laura Godinho	AGCC	PF	EQ	JUV

JUVENIS, JUNIORES E SENIORES

(2ª Passagem)



ASSOCIAÇÃO DE
GINÁSTICA
DO CENTRO

JÚRI 1

Nº	GINASTAS	CLUBE			
33	Beatriz Silva/ Beatriz Ribeiro / Sara Dias	CGOH	GF	EQ	JUV
34	Inês Duarte/ Mª Francisca Cristo/ Constança Gomes	AAC	GF	EQ	JUV
36	Tatiana Dias / Joana Almeida / Matilde Martins	CGOH	GF	EQ	JUV
38	Ana Simões / Beatriz Silva / Mariamar Almeida	AAC	GF	EQ	JUV
40	Alice Martins / Maria Anjos / Sofia Pereira	AAC	GF	EQ	JUN
42	Sofia Costa/Madalena Trindade/Matilde Sardo	ACM	GF	EQ	JUN
44	Rita Marques / Margarida Carvalho / Leonor Felgueiras	AGCC	GF	EQ	JUN
45	Laura Pereira / Carolina Martins / Matilde Seixas	CGOH	GF	EQ	JUN
46	Catarina Santos / Filipa Correia/ Ana Ferreira	GRVM	GF	EQ	SEN

JÚRI 2

Nº	GINASTAS	CLUBE			
35	João Pinto/ Beatriz Carvalho	AAC	PMx	DIN	JUN
37	Francisca Ferreira / Sofia Santos	AGCC	PF	DIN	JUV
39	Patrícia Pinheiro / Maria Videira	AGCC	PF	DIN	JUV
41	Eduarda Martins / Maria Nunes	CGOH	PF	DIN	JUV
43	Sara Martins / Laura Godinho	AGCC	PF	DIN	JUV