



# Manual Competições Ginástica Teamgym

Lisboa, fevereiro 2022

## Índice

Planeamento Anual 2021/2022 .....	2
Inscrições.....	2
Cartas de competição.....	2
CAMPEONATO DISTRITAL DE MINI-TEAMGYM – Divisão Base.....	3
Escalões etários/Categorias .....	3
Participação.....	3
Especialidade.....	3
Programa de Competição.....	3
Prémios.....	3
CAMPEONATO DISTRITAL DE TEAMGYM – 1ª Divisão e Elites .....	4
Escalões etários/Categorias .....	4
Participação.....	4
Especialidade.....	4
Programa de Competição.....	4
Prémios.....	4
TORNEIO AGL - MICRO TEAMGYM.....	5
Escalões etários .....	5
Participação.....	5
Especialidade.....	5
Programa de competição .....	5
Prémios.....	5

## Planeamento Anual 2021/2022

	Competição	Data	Data-limite inscrição	Escalões	Tipo de competição
<b>Campeonato Distrital Teamgym</b>	Campeonato Distrital Mini Teamgym - Divisão Base	12/03/2022	17/02/2022	Juvenis Juniões Seniores	Equipas
	Campeonato Distrital – 1ª Divisão e Elites	12/03/2022	17/02/2022	Juvenis Juniões Seniores Juniões Elites Seniores Elites	Equipas
<b>Torneio AGL Micro Teamgym</b>	Torneio AGL Micro Teamgym	A indicar	A indicar	Iniciados Juvenis Juniões Seniores	Equipas

Os programas de competição de Divisão Base e 1ª Divisão seguem as determinações nacionais divulgadas, pela FGP, no manual técnico da disciplina. O programa de competição de Micro Teamgym segue uma determinação própria a ser divulgada posteriormente.

### Inscrições

As inscrições para as provas são efetuadas nas fichas de inscrição disponibilizadas na página internet da AGL, enviadas obrigatoriamente para o endereço [inscricoes@aglisboa.pt](mailto:inscricoes@aglisboa.pt), até às 17h do último dia de inscrição indicado no calendário. É igualmente obrigatória a inserção dos participantes na Plataforma *Gymbase* no respetivo evento.

### Cartas de competição

As Cartas de Competição a utilizar devem ser o modelo oficial das Cartas de Competição da European Gymnastics (EG) para as competições de Teamgym. Estas devem ser enviadas até 7 dias antes do dia da prova, para o e-mail: [teamgym.agl@gmail.com](mailto:teamgym.agl@gmail.com). Em caso de alterações às cartas, devem fazer-se acompanhar, no dia da prova, de 8 cópias das cartas de competição alteradas e as mesmas entregues no secretariado de prova até 1h antes do início do evento.

## CAMPEONATO DISTRITAL DE MINI-TEAMGYM – Divisão Base

### Escalões etários/Categorias

- Juvenis, Juniores e Seniores.

### Participação

- Aberta a todos os ginastas filiados na FGP.

### Especialidade

- Solo, Tumbling e Minitrampolim

### Programa de Competição

- Competição por equipas por categoria e género
- O programa técnico segue as determinações nacionais.

### Prémios

- Medalhas para o 1º, 2º e 3º classificado em cada escalão e género

## CAMPEONATO DISTRITAL DE TEAMGYM – 1ª Divisão e Elites

### Escalões etários/Categorias

- Juvenis, Juniores, Seniores, Juniores Elite e Seniores Elite.

### Participação

- Aberta a todos os ginastas filiados na FGP.

### Especialidade

- Solo, Tumbling e Minitrampolim

### Programa de Competição

- Competição por equipas por categoria e género
- O programa técnico segue as determinações nacionais.

### Prémios

- Medalhas para o 1º, 2º e 3º classificado em cada escalão e género.

## TORNEIO AGL - MICRO TEAMGYM

### Escalões etários

- Iniciados, Juvenis, Juniores e Seniores

5

ESCALÕES ETÁRIOS		
Iniciados	Masculino / Feminino / Misto	8 - 11
Juvenis	Masculino / Feminino / Misto	10 - 14
Júnior	Masculino / Feminino / Misto	13 - 17
Sénior	Masculino / Feminino / Misto	+ 16

### Participação

- Aberta a todos os ginastas filiados na FGP.

### Especialidade

- Tumbling e Minitrampolim

### Programa de competição

Regulamento de competição com determinação própria a ser divulgado posteriormente.

### Prémios

- Medalhas para o 1º, 2º e 3º classificado em cada escalão e género.