

ASSOCIAÇÃO DE GINÁSTICA DE LISBOA

Instituição de Utilidade Pública
D.R.: 260, de 10 de Novembro de 1995 – II Série
<http://www.facebook.com/AGLisboa> ou <http://www.aglisboa.pt/>
Fundada em 17.04.1990



CIRCULAR Nº13/2021

Lisboa, 28/05/2021

Assunto: Campeonatos distritais de Ginástica Aeróbica 2021

Distribuição: FGP e clubes inscritos

Exmos. Senhores,

A Associação de Ginástica de Lisboa, envia as informações e a Ordem de Passagem relativas à competição em epígrafe.

Competição: Campeonatos Distritais de Ginástica Aeróbica 2021

Data: 05/06/2021

Local: Pavilhão da União Recreativa do Dafundo (R. 1º de Maio 12B, 1495-745 Cruz Quebrada)

PROGRAMA DA COMPETIÇÃO

13.30H	Abertura do recinto / Acreditação
15.40H	Início da Competição
17.45H	Final da competição

Informações Complementares

- Todos os elementos, para entrar no recinto de prova, terão que ser portadores do Original do Termo de Responsabilidade COVID devidamente preenchido.
- Dadas as restrições atuais e controlo que tem de ser feito ao número de pessoas no local, só poderão estar no recinto de competição: até 2 treinadores, por clube, ginastas, juizes e equipa de organização;
- Regras de circulação (mais detalhes seguirão com o plano de contingência da prova):
 - Após acreditação e passagem pelo controlo sanitário inicial, devem dirigir-se aos balneários, para deixar as coisas;
 - De seguida, irão para o ginásio de aquecimento articular;



- Quando chamados para o recinto de prova, os ginastas deverão dirigir-se ao local de prova pelo lado direito dos corredores.
- Após finalizar a sua prova, deverão passar pelos balneários, para levantar as suas coisas, e dirigirem-se para a saída.

Nº	HORA	ESC	CAT	NOME	CLUBE
	13.30			ABERTURA DO RECINTO	
	14.00			AQUECIMENTO GERAL URD INIC E JUV BASE	URD BASE
	14.45			AQUECIM. ESPEC URD INI E JUV	URD BASE
	15.00			AQUECIMENTO GERAL GDUC	GDUC
	15.50			AQUECIMENTO ESP GDUC	GDUC
	15.50			AQUECIMENTO GERAL 1ª DIV	URD 1ª e elite
	16H26			AQUECIM ESP 1ª DIV	URD 1ª e elite
BASE					
1.	15h00	INF	IF	Inês Brito	URD
2.	15h04	INF	IF	Constança Morais	URD
3.	15H08	INF	IF	Maria Neto	URD
4.	15h12	INI	IF	Carolina Cassamo	URD
5.	15h16	INI	IF	Francisca Lopes	URD
6.	15h20	INI	IF	Maria Carolina Maia	URD
7.	15h28	INI	TR	Brito/Morais/Cassamo	URD
8.	15h32	JUV	IF	Diana Beato	URD
9.	15h36	JUV	IF	Sara Sousa	URD
10.	15h40	JUV	IF	Flor Alves	URD
11.	15h44	JUN	IF	Leonor Rita	URD
12.	15h48	JUV	TR	Canha/Beato/Sousa	URD
13.	15h52	JUV	GR	Alves/Santos/Brito/Macedo/Maia	URD
	15H54			AQUECIM. ESP. GDUC	
14.	16H06	JUV	IF	Ana Almeida	GDUC
15.	16h10	JUV	IF	Leonor Quintas	GDUC
16.	16h14	JUV	IF	Maria Francisca Martins	GDUC
17.	16h18	JUV	IF	Kiara Cruz	GDUC
18.	16h24	JUV	TR	Almeida/Quintas/Martins	GDUC
	16h26			AQUECIM. 1ª DIV	URD
1ª Divisão					
19.	16h44	INI	IF	Mafalda Macedo	URD
20.	16h48	INI	IF	Rafaela Brito	URD
21.	16h52	JUV	IF	Nádia Almeida	URD
22.	16h56	JUV	IF	Maria Rita Santos	URD



23.	17h00	JUN	IF	Inês neves	URD
24.	17h04	INI	TR	Brito/Macedo/Maia	URD
25.	17h08	JUV	TR	Nádia Almeida- Flor Alves - Maria Rita Santos	URD
26.	17h12	JUN ELITE		Tânia Almeida	URD
27.	17h28	ESP	AD	Brito/Macedo/Maia/Alves/Santos/Almeida	URD

Com os melhores Cumprimentos

A DIREÇÃO