

Circular nº 019/2026

Lisboa, 05/03/2026

DISTRIBUIÇÃO: FGP e Clubes inscritos

ASSUNTO: Campeonato Territorial de TRI & TRS

Data: Sábado, 14 de março de 2026

Local: Pavilhão Polidesportivo do Parque Desportivo e Municipal de Mafra, Av. Dr. Francisco Sá Carneiro, 2640-486 Mafra

Abertura do recinto: 07h50

Direção de competição: Inês Gonçalves; Davide Dias

Coorganização: Associação de Moradores de Ribamar

Clubes Participantes

AGL

AMR	Associação de Moradores de Ribamar
GMNA	Gimnoanima, Associação Desportiva de Sintra
GCO	Ginásio Clube de Odivelas
GSC	Grupo Sportivo de Carcavelos
LGC	Lisboa Ginásio Clube
SLB	Sport Lisboa e Benfica
SCP	Sporting Clube de Portugal
SFRAA	Sociedade Filarmónica Recreio Artístico da Amadora
URD	União Recreativa do Dafundo

Manhã : Competição

HORÁRIO	ATIVIDADE	TRS 1	TRS 2
08:00 – 08:50	Abertura do recinto / Aquecimento 1º Grupo		
08:50 - 09:40	COMPETIÇÃO	INF Fem 15	INI Fem/Mas / INF Mas 14
09:40 - 10:30	COMPETIÇÃO	Elites/1ª Div 10	JUV/JUN/SEN 9
HORÁRIO	ATIVIDADE	TRI 1	TRI 2
10:30 - 11:20	COMPETIÇÃO	Benjamins Mas 8	INF Fem G1 14
11:20 – 12:10	COMPETIÇÃO	Benjamins Fem 10	INF Fem G2 14
12:00 – 13:00	COMPETIÇÃO	INF Mas 11	INF Fem G3 14
13:00	CERIMÓNIA PROTOCOLAR		

Tarde: Competição

HORÁRIO	ATIVIDADE	TRS 1	TRS 2
13:30 – 14:20	Abertura do recinto / Aquecimento 1º Grupo		
14:20 - 15:10	COMPETIÇÃO	JUV Fem 14	Ini Mas G1 8
15:10 - 16:00	COMPETIÇÃO	Jun Fem 3 / Sen Fem 9	Ini Mas G2 8
16:00 - 16:50	COMPETIÇÃO	Juv/Jun/Sen base MAS 14	Ini Fem 14
16:50	CERIMÓNIA PROTOCOLAR		
17:00 - 17:50	COMPETIÇÃO	INI Fem/Mas / JUV Mas JUN Mas 1ª Div 8	Nível 1 Fem/Mas 14
17:50 - 18:40	COMPETIÇÃO	JUV/JUN/SEN FEM 1ª Div 13	Nível 2 Fem/Mas 15
18:40 - 19:30	COMPETIÇÃO	SEN MAS 1ª Div Elites Mas/Fem 12	Níveis 3/4 Fem/Mas 12
19:30	CERIMÓNIA PROTOCOLAR		

Manhã : Aquecimento

HORÁRIO	ATIVIDADE	TRS 1	TRS 2
08:00 – 08:50	Aquecimento	INF Fem 15	INI Fem/Mas / INF Mas 14
08:50 - 09:40	Aquecimento	Elites/1ª Div 10	JUV/JUN/SEN 9
HORÁRIO	ATIVIDADE	TRS 1	TRS 2
09:40 - 10:30	Aquecimento	Benjamins Mas 8	INF Fem G1 14
10:30 - 11:20	Aquecimento	Benjamins Fem 10	INF Fem G2 14
11:20 – 12:10	Aquecimento	INF Mas 11	INF Fem G3 14

Tarde: Aquecimento

HORÁRIO	ATIVIDADE	TRI 1	TRI 2
13:30 – 14:20	Aquecimento	JUV Fem 14	Ini Mas G1 8
14:20 - 15:10	Aquecimento	Jun Fem 3 / Sen Fem 9	Ini Mas G2 8
15:10 - 16:00	Aquecimento	Juv/Jun/Sen base MAS 14	Ini Fem 14
16:00 - 16:50	Aquecimento	INI Fem/Mas / JUV Mas JUN Mas 1ª Div 8	Nível 1 Fem/Mas 14
17:00 - 17:50	Aquecimento	JUV/JUN/SEN FEM 1ª Div 13	Nível 2 Fem/Mas 15
17:50 - 18:40	Aquecimento	SEN MAS 1ª Div Elites Mas/Fem 12	Níveis 3/4 Fem/Mas 12

Informações Complementares

À organização da prova reserva-se o direito de proceder a alterações de programação caso o julgue necessário.

Todas as entidades participantes devem indicar na Mesa de Organização quais os ginastas que faltam à Prova.

Manuais e regulamentos

Será aplicado o estipulado em:

- Manual AGL Ginástica Trampolins 2026
- Código de Pontuação em vigor na FGP e FIG.

Em casos omissos a AGL deliberará sobre as medidas a tomar.

Regras para a realização da competição

O Aquecimento será realizado em aparelhos idênticos aos da competição, e será realizada 1 passagem de aquecimento no aparelho de competição.

As Cartas de Competição relativas ao escalão Sénior 1ª Divisão devem ser entregues até ao início da competição do grupo anterior. Para os restantes Escalões não são necessárias cartas de competição.

O Chefe de Painel de Juízes (CPJ), fará a chamada dos ginastas para o respetivo Grupo de Competição antes de se iniciar o período de aquecimento.

Cada grupo terá direito a um período de aquecimento, realizado no aparelho de competição, dando início de seguida à prova sem passagens de aquecimento.

Os ginastas devem apresentar-se ao Júri com maillot, antes da competição.

Os ginastas devem estar preparados para iniciar o seu período de aquecimento antes da hora prevista.

Os períodos de aquecimento podem ser antecipados até 60 minutos, por possíveis inerências da competição.

A participação pressupõe o conhecimento e a aceitação do Regulamento de competições da AGL 2026, disponível em <https://www.aglisboa.pt/documentacao-geral>.

Recinto de competição

A permanência no recinto de competição (pavilhão e ginásio de aquecimento) é reservada aos ginastas inscritos e confirmados na competição e respetivos treinadores, integrados no Plano Nacional de Formação, com cédula TPDT ativa à data da competição, Juízes e Dirigentes/Delegados, filiados na FGP, na presente época.

A presença excecional de outros agentes, não previstos no regulamento de competições da AGL, carece de autorização prévia da AGL. As penalizações seguirão o estipulado no regulamento para esta época.

Todos os presentes no recinto de apresentação devem apresentar-se devidamente equipados de acordo as normas de vestuário e calçado da função que desempenham no evento (ginastas e técnicos de fato de treino do clube que representam, juízes de uniforme, dirigentes de acordo com a solenidade do evento e membros da organização devidamente uniformizados e identificados)

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 desejaram 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.

Protestos

O procedimento segue o estipulado no Regulamento de Competições/Eventos da AGL Época 2025/2026.

Cerimónias Protocolares

Durante a realização das cerimónias protocolares os ginastas devem apresentar-se de fato de treino, ser portadores do respetivo estandarte e perfilar de forma ordeira respeitando a solenidade do momento. O desfile para a cerimónia protocolar incluirá todos os ginastas participantes.

Na expectativa da V/ participação, deixamos os melhores cumprimentos e Votos de uma boa época desportiva,

O Departamento Técnico de Ginástica de Trampolins