

CIRCULAR Nº 009/2024_Atualização**Lisboa, 14/02/2024****Assunto:** Oeiras Cup 2024 - Ginástica Aeróbica**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: Oeiras Cup 2024 - Ginástica Aeróbica**Data:** 24/02/2024**Abertura do Recinto:** 10h00**Local:** Pavilhão Celorico Moreira, (Av. Bombeiros Voluntários de Algés, 75, Algés, Oeiras)**Direção de competição:** Sara Silva**1. Informações Complementares**

- Após acreditação devem dirigir-se aos balneários, para deixar as coisas;
- De seguida, irão para o espaço de aquecimento articular;
- Quando chamados para o recinto de prova, os ginastas deverão dirigir-se ao local de prova.
- Após finalizar a sua prova, deverão passar pelos balneários, para levantar as suas coisas, e dirigirem-se para a bancada.

2. Música

Serão aceites as músicas transferidas em formato mp3.

Todas as músicas têm de dar entrada na AGL, até às 17h00 de dia **20/02/2024**, transferidas por “WeTransfer”, exclusivamente, para o mail inscricoes@aglisboa.pt

As músicas têm que estar **devidamente identificadas, clube e ginastas e nr de passagem (56_SEN_IF_SaraSILVA_HPJ – Nº_ESC_CAT_NOME_CLUBE)**.

Por segurança os clubes também têm de ser portadores das músicas em suporte digital (pen drive).

3. Manuais e regulamentos

Será aplicado o estipulado em:

- Manual Técnico Aeróbica AGL 2024
- Manual FGP Ginástica Aeróbica 2024
- Código de Pontuação e Tabelas de Dificuldade de Ginástica Aeróbica em vigor na FGP
- **Em casos omissos a AGL deliberará sobre as medidas a tomar.**

4. Recinto de competição

A permanência no recinto de competição (pavilhão e espaço de aquecimento) é reservada aos ginastas **em competição** e respetivos treinadores, **integrados no Plano Nacional de Formação, com cédula TPDT ativa à data da competição** (equipados com fato de treino do clube), Juizes e Dirigentes, filiados na FGP, na presente época.

5. 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.

6. Protestos

O procedimento segue o estipulado no Regulamento de Competições/Eventos da AGL Época 2023/2024.

7. Cerimónias Protocolares

Durante a realização das cerimónias protocolares os ginastas devem apresentar-se de fato de treino, ser portadores do respetivo estandarte e perfilar (se for o caso) de forma ordeira respeitando a solenidade do momento. Todos os ginastas participam nas cerimónias protocolares.

8. Refeições Clubes

Em anexo envia-se um formulário excell para que os clubes possam indicar se pretendem refeições. O ficheiro deve ser enviado para o e-mail e o pagamento feito para o NIB indicado do formulário, até 22 de fevereiro.

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

A DIREÇÃO

Oeiras Cup
Ginástica Aeróbica
24 de Fevereiro de 2024
Pav. Municipal Celorico Moreira - Miraflores

Nº	Cat.	Esc.	Aquec.	Hora	Ginastas	Clube	Painel	Divisão
1	TR1	INF	10:30:00	11:30:00	Pilar Morais - Madalena Simões - Maria Henriques	URD	A	Infantis
2	TR2	INF	10:33:00	11:33:00	Sara Guerreiro - Olívia Batista - Carlota Batista	URD	A	Infantis
3	TR3	INF	10:36:00	11:36:00	Leonor Silva - Carolina Antunes - Maria Franco	URD	A	Infantis
4	TR4	INF	10:39:00	11:39:00	Carolina Geada - Luísa Curtinha - Inês Galrito	URD	A	Infantis
5	GR1	JUV	10:42:00	11:42:00	Helena Ribeiro - Inês Brito - Lia Silva - Leonor Antunes - Mariana Nsúe	ARLAV	A	Base
6	GR2	JUV	10:45:00	11:45:00	Joana Alves - Sarah Alves - Diana Neves - Mª Inês Palma - Luísa Carrasquinha	ABGC	A	Base
7	IF1	INI	10:48:00	11:48:00	Chloé Roch	ARLAV	A	Base
8	IF2	INI	10:51:00	11:51:00	Maria Veríssimo	GDUC	A	Base
9	IF3	INI	10:54:00	11:54:00	Júlia Cordeiro	URD	A	Base
10	IF4	INI	10:57:00	11:57:00	Carlota Curião	GDUC	A	Base
11	IF5	INI	11:00:00	12:00:00	Maria Ferreira	URD	A	Base
12	IF6	INI	11:03:00	12:03:00	Ema Carrateiro	ABGC	A	Base
13	IF7	INI	11:06:00	12:06:00	Maria Nogueira	GDUC	A	Base
14	IF8	INI	11:09:00	12:09:00	Joana Santos	URD	A	Base
15	IF9	INI	11:12:00	12:12:00	Carolina Almeida	ABGC	A	Base
16	IF10	INI	11:15:00	12:15:00	Mariana Nsúe	ARLAV	A	Base
17	IF11	INI	11:18:00	12:18:00	Julia Barros	ABGC	A	Base
18	IF12	INI	11:21:00	12:21:00	Constança Morais	ARLAV	A	Base
19	IF13	INI	11:24:00	12:24:00	Ramona Tagle	URD	A	Base
20	IF14	INI	11:27:00	12:27:00	Sofia Barros	ABGC	A	Base

Nº	Cat.	Esc.	Aquec.	Hora	Ginastas	Clube	Painel	Divisão
21	IF15	INI	11:30:00	12:30:00	Leonor Tavares	URD	A	Base
22	IF16	INI	11:33:00	12:33:00		Inês Brito	ARLAV	A Base
23	IF17	INI	11:36:00	12:36:00	Mafalda Gavino	URD	A	Base
24	IF18	INI	11:39:00	12:39:00		Amélia Brigido	URD	A Base
25	IF19	INI	11:42:00	12:42:00	Lidia Vaz	AGDM	A	Base
26	IF20	INI	11:45:00	12:45:00		Margarida Ferreira	ABGC	A Base
27	IF21	INI	11:48:00	12:48:00	Dália Brigido	URD	A	Base
28	IF22	INI	11:51:00	12:51:00		Noa Barbosa	GDUC	A Base
29	IF23	INI	11:54:00	12:54:00	Clara Ascensão	URD	A	Base
30	IF24	INI	11:57:00	12:57:00		Matilde Silva	URD	A Base
31	IF26	INI	12:00:00	13:00:00	Mafalda Portela	AGDM	A	Base
32	IF1	INF	12:03:00	13:03:00		Madalena Simões	URD	A Infantis
33	IF2	INF	12:06:00	13:06:00	Maria Henriques	URD	A	Infantis
34	IF3	INF	12:09:00	13:09:00		Sara Guerreiro	URD	A Infantis
35	IF4	INF	12:12:00	13:12:00	Pilar Morais	URD	A	Infantis
36	IF5	INF	12:15:00	13:15:00		Maria Franco	URD	A Infantis
37	IF6	INF	12:18:00	13:18:00	Carlota Batista	URD	A	Infantis
38	IF7	INF	12:21:00	13:21:00		Leonor Silva	URD	A Infantis
39	IF8	INF	12:24:00	13:24:00	Carolina Geada	URD	A	Infantis
40	IF9	INF	12:27:00	13:27:00		Luísa Curtinha	URD	A Infantis
41	IF10	INF	12:30:00	13:30:00	Carolina Antunes	URD	A	Infantis
42	IF11	INF	12:33:00	13:33:00		Inês Galrito	URD	A Infantis
43	IF12	INF	12:36:00	13:36:00	Lia Carreiro	ABGC	A	Infantis
44	IF13	INF	12:39:00	13:39:00		Olívia Batista	URD	A Infantis
ALMOÇO								

Nº	Cat.	Esc.	Aquec.	Hora	Ginastas	Clube	Painel	Divisão
45	PR1	INI	14:15:00	15:15:00		Inês Brito - Mariana Nsúe	ARLAV	A Base
46	PR2	INI	14:18:00	15:18:00	Amélia Brigido - Dália Brigido	URD	A	Base
47	PR3	INI	14:21:00	15:21:00		Carolina Silva - Carlota Mota	ARLAV	A Base
48	TR1	INI	14:24:00	15:24:00	Joana Santos - Ramona Tagle - Maria Ferreira	URD	A	Base
49	TR2	INI	14:27:00	15:27:00		Ema Carrateiro - Sofia Santos - Julia Barros	URD	A Base
50	TR3	INI	14:30:00	15:30:00	Inês Brito - Mariana Nsúe - Constança Morais	ARLAV	A	Base
51	TR4	INI	14:33:00	15:33:00		Carlota Mota - Chloé Roch - Ana Lotto	ARLAV	A Base
52	TR5	INI	14:36:00	15:36:00	Clara Ascensão - Mafalda Gavino - Matilde Silva	URD	A	Base
53	PR1	INF	14:39:00	15:39:00		Mia Costa - Madalena Simões	URD	A Infantis
54	PR2	INF	14:42:00	15:42:00	Olívia Batista - Carlota Batista	URD	A	Infantis
55	PR3	INF	14:45:00	15:45:00		Maria Franco - Carolina Antunes	URD	A Infantis
56	PR4	INF	14:48:00	15:48:00	Carolina Geada - Leonor Silva	URD	A	Infantis
57	PR5	INF	14:51:00	15:51:00		Inês Galrito - Luísa Curtinha	URD	A Infantis
58	GR1	INI	14:54:00	15:54:00	Ema Carrateiro - Sofia Santos - Julia Barros - Sofia Santos - Alicia Brito	ABGC	A	Base
59	GR2	INI	14:57:00	15:57:00		Matilde Silva - Clara Ascensão - Dália Brigido - Amélia Brigido - Mafalda Gavino	URD	A Base
60	GR1	SEN	15:00:00	16:00:00	Inês Santos - Leonie Brito - Lara Martins - Marta Fernandes - Rita Vieira	ABGC	A	Base
61	GR1	INF	15:03:00	16:03:00		Leonor Silva - Carolina Antunes - Carolina Geada - Luísa Curtinha - Inês Galrito	URD	A Infantis
62	GR2	INF	15:06:00	16:06:00	Madalena Simões - Maria Henriques - Sara Guerreiro - Olívia Batista - Carlota Batista	URD	A	Infantis
63	IF1	JUV	15:09:00	16:09:00		Lara Ribeiro	GDUC	A Base
64	IF2	JUV	15:12:00	16:12:00	Ana Beatriz Garcia	AGDM	A	Base
65	IF3	JUV	15:15:00	16:15:00		Diana Neves	ABGC	A Base
66	IF4	JUV	15:18:00	16:18:00	Matilde Antunes	GDUC	A	Base
67	IF5	JUV	15:21:00	16:21:00		Leonor Ira	ABGC	A Base
68	IF6	JUV	15:24:00	16:24:00	Maria Henriques	URD	A	Base
69	IF7	JUV	15:27:00	16:27:00		Maria Lopes	GDUC	A Base
70	IF8	JUV	15:30:00	16:30:00	Lia Silva	ARLAV	A	Base

Nº	Cat.	Esc.	Aquec.	Hora	Ginastas	Clube	Painel	Divisão
71	IF9	JUV	15:33:00	16:33:00		Helena Ribeiro	ARLAV	A Base
72	IF10	JUV	15:36:00	16:36:00	Maria Matias	GDUC	A	Base
73	IF11	JUV	15:39:00	16:39:00		Diana Gonçalves	ABGC	A Base
74	IF12	JUV	15:42:00	16:42:00	Leonor Antunes	ARLAV	A	Base
75	IF13	JUV	15:45:00	16:45:00		Rita Mendes	AGDM	A Base
76	IF14	JUV	15:48:00	16:48:00	Carolina Cassamo	URD	A	Base
77	IF16	JUV	15:51:00	16:51:00		Sarah Alves	ABGC	A Base
78	IF17	JUV	15:54:00	16:54:00	Stefanie Varela	GDUC	A	Base
79	IF18	JUV	15:57:00	16:57:00		Joana Alves	ABGC	A Base
80	IF19	JUV	16:00:00	17:00:00	Matilde Achando	ARLAV	A	Base
81	IF20	JUV	16:03:00	17:03:00		Madalena Curtinha	URD	A Base
82	IF21	JUV	16:06:00	17:06:00	Sara Taveira	GDUC	A	Base
83	IF22	JUV	16:09:00	17:09:00		Mª Inês Palma	ABGC	A Base
84	IF1	JUN	16:12:00	17:12:00	Sara Canha	ARLAV	A	Base
85	IF2	JUN	16:15:00	17:15:00		Raissa Fabiano	AGDM	A Base
86	IF3	JUN	16:18:00	17:18:00	Maria Belchiou	ABGC	A	Base
87	IF4	JUN	16:21:00	17:21:00		Mª Francisca Luz	AGDM	A Base
88	IF5	JUN	16:24:00	17:24:00	Ellen Carvalho	GDUC	A	Base
89	IF6	JUN	16:27:00	17:27:00		Mª Flor Alves	ARLAV	A Base
90	IF7	JUN	16:30:00	17:30:00	Lara Nunes	CUAB	A	Base
91	IF8	JUN	16:33:00	17:33:00		Sara Sousa	URD	A Base
92	IF9	JUN	16:36:00	17:36:00	Lara Lopes	CUAB	A	Base
93	IF10	JUN	16:39:00	17:39:00		Rita Neves	ABGC	A Base
94	TR1	JUV	16:42:00	17:42:00	Lara Ribeiro - Sara Taveira - Maria Matias	GDUC	A	Base
95	TR2	JUV	16:45:00	17:45:00		Camila Lopes - Maria Lopes - Matilde Antunes	GDUC	A Base
96	TR3	JUV	16:48:00	17:48:00	Joana Alves - Sarah Alves - Diana Neves	ABGC	A	Base

Nº	Cat.	Esc.	Aquec.	Hora	Ginastas	Clube	Painel	Divisão
97	PR1	JUN	16:51:00	17:51:00		Lara Nunes - Lara Lopes	CUAB	A Base
98	TR1	JUN	16:54:00	17:54:00	Leonor Quintas - Ellen Carvalho - Stefanie Varela	GDUC	A	Base
99	TR2	JUN	16:57:00	17:57:00		Rita Neves - Maria Belchior - Diana Gonçalves	ABGC	A Base
100	AD1	INI	17:00:00	18:00:00	Ramona Tagle - Joana Santos - Maria Ferreira - Maria Pereira - Rita Gouveia - Maria Henriques - Beatriz Paiva	URD	A	Base
101	AD1	JUN	17:03:00	18:03:00	Helena Ribeiro - Matilde Achando - Lia Silva - Leonor Antunes - Mª Flor Alves - Sara Canha	ARLAV	A	Base
INTERVALO								
102	IF1	INI	17:30:00	18:30:00	Sara Peixe	URD	A	1º Div.
103	IF2	INI	17:33:00	18:33:00		Diana Carvalheira	URD	A 1º Div.
104	IF3	INI	17:36:00	18:36:00	Lara Lourenço	URD	A	1º Div.
105	IF4	INI	17:39:00	18:39:00		Camila Lopes	GDUC	A 1º Div.
106	IF5	INI	17:42:00	18:42:00	Carmen Lima	URD	A	1º Div.
107	IF6	INI	17:45:00	18:45:00		Carmo Mota	URD	A 1º Div.
108	IF7	INI	17:48:00	18:48:00	Mª Clara Borrego	URD	A	1º Div.
109	IF8	INI	17:51:00	18:51:00		Mariana Almeida	URD	A 1º Div.
110	IF1	JUV	17:54:00	18:54:00	Angelica Yanenko	A4G	A	1º Div.
111	IF2	JUV	17:57:00	18:57:00		Rafaela Brito	URD	A 1º Div.
112	IF3	JUV	18:00:00	19:00:00	Beatriz Lucas	A4G	A	1º Div.
113	IF4	JUV	18:03:00	19:03:00		Leonor Mota	URD	A 1º Div.
114	IF5	JUV	18:06:00	19:06:00	Ana Beatriz Sousa	A4G	A	1º Div.
115	IF6	JUV	18:09:00	19:09:00		Francisca Lopes	URD	A 1º Div.
116	TR1	INI	18:12:00	19:12:00	Sara Peixe - Mariana Almeida - Diana Carvalheira	URD	A	1º Div.
117	TR2	INI	18:15:00	19:15:00		Mª Clara Borrego - Lara Lourenço - Carmo Mota	URD	A 1º Div.
118	TR1	JUN	18:18:00	19:18:00	Matilde Cymbron - Mª Rita Santos - Nádía Almeida	URD/CAGPD	A	Extra
119	IM1	SEN	18:21:00	19:21:00		Rui Cansado	CAGPD	A 1º Div.
120	IM2	SEN	18:24:00	19:24:00	Diogo Soares	CUAB	A	1º Div.
121	IM3	SEN	18:27:00	19:27:00		Quirilo Yanenko	A4G	A 1º Div.

Nº	Cat.	Esc.	Aquec.	Hora	Ginastas	Clube	Painel	Divisão	
122	IF1	SEN	18:30:00	19:30:00	Leonor Januário	CAGPD	A	1º Div.	
123	IF2	SEN	18:33:00	19:33:00		Inês Santos ABGC	A	1º Div.	
124	IF3	SEN	18:36:00	19:36:00	Sara Domingos	CUAB	A	1º Div.	
125	IF4	SEN	18:39:00	19:39:00		Leonie Brito ABGC	A	1º Div.	
126	IF5	SEN	18:42:00	19:42:00	Matilde Silvestre	A4G	A	1º Div.	
127	IF6	SEN	18:45:00	19:45:00		Ana Soares CUAB	A	1º Div.	
128	TR1	JUV	18:48:00	19:48:00	Rafaela Brito - Leonor Mota - Francisca Lopes	URD	A	1º Div.	
129	GR1	JUN	18:51:00	19:51:00	Matilde Cymbrom - Mª Rita Santos - Nádía Almeida - Matilde Borrego - Camila Pires	URD/CAGPD	A	Extra	
130	GR1	INI	18:54:00	19:54:00	Mª Clara Borrego - Lara Lourenço - Carmo Mota - Maria Lima - Sara Peixe	URD	A	1º Div.	
131	PM1	SEN	18:57:00	19:57:00		Diogo Soares - Sara Domingos	CUAB	A	1º Div.
132	PM2	SEN	19:00:00	20:00:00	Quirilo Yanenko - Matilde Silvestre	A4G	A	1º Div.	
133	TR1	SEN	19:03:00	20:03:00		Rui Cansado - Leonor Januário - Tomás Amaral	CAGPD	A	1º Div.
134	IF1	JUN	19:06:00	20:06:00	Diana Formiga	A4G	A	1º Div.	
135	IF2	JUN	19:09:00	20:09:00		Leonor Quintas GDUC	A	1º Div.	
136	IF3	JUN	19:12:00	20:12:00	Mª Rita Santos	URD	A	1º Div.	
137	IF4	JUN	19:15:00	20:15:00		Matilde Borrego	URD	A	1º Div.
138	IF5	JUN	19:18:00	20:18:00	Nádía Almeida	URD	A	1º Div.	

CERIMÓNIAS PROTOCOLARES

EQUIPAS

Infantis		
EQUIPAS	NOMES	CAT.
União Recreativa do Dafundo		
A	Inês Galrito	IF
A	Inês Galrito - Carolina Geada - Luísa Curtinha	TR
B	Carolina Antunes - Maria Franco	PR
B	Carolina Antunes - Maria Franco - Leonor Silva	TR
C	Olívia Batista - Carlota Batista	PR
C	Olívia Batista - Carlota Batista - Sara Guerreiro - Maria Henriques - Madalena Simões	GR

Divisão Base			
EQUIPAS	NOMES	ESC.	CAT.
Associação Barreiro Ginásio Clube			
A	Joana Alves	JUV	IF
A	Joana Alves - Diana Neves - Sarah Alves	JUV	TR
A	Rita Neves - Maria Belchior - Diana Gonçalves	JUN	TR
A	Inês Santos - Leonie Brito - Lara Martins - Marta Fernandes - Rita Vieira	SEN	GR
Academia Recreativa de Linda-a-Velha			
A	Inês Brito	INI	IF
A	Inês Brito - Mariana Nsúe	INI	PR
A	Helena Ribeiro - Inês Brito - Lia Silva - Leonor Antunes - Mariana Nsúe	JUV	GR
A	M ^a Flor Alves	JUN	IF
União Recreativa do Dafundo			
A	Clara Ascensão - Mafalda Gavino - Matilde Silva	INI	TR
A	Clara Ascensão - Mafalda Gavino - Matilde Silva - Dália Brigido - Amélia Brigido	INI	GR
A	Madalena Curtinha	JUV	IF
A	Sara Sousa	JUN	IF

1º Divisão			
EQUIPAS	NOMES	ESC.	CAT.
Associação Gímnica de Águeda			
A	Ana Beatriz Sousa	JUV	IF
A	Diana Formiga	JUN	IF
A	Quirilo Yanenko	SEN	IM
A	Quirilo Yanenko - Matilde Silvestre	SEN	PM
União Recreativa do Dafundo			
A	Lara Lourenço - Carmo Mota - Sara Peixe - M ^a Clara Borrego - M ^a Carmen Lima	INI	GR
A	Rafaela Brito	JUV	IF
A	Leonor Mota - Francisca Lopes - Rafaela Brito	JUV	TR
A	Nádia Almeida	JUN	IF