

Circular 030/2021

Data: 18/10/2021

ASSUNTO: IV Encontro Distrital:

- Campeonato Distrital de Conjuntos 2021

DISTRIBUIÇÃO: FGP, Escola D. Diniz e Clubes inscritos

Exmos. Senhores,

Vimos por este meio informar-vos de alguns aspetos relativamente aos eventos referidos em epígrafe, que se realizam no próximo dia **30 de outubro**, no **Complexo Desportivo da Escola Secundária D. Dinis**, Lisboa.

Notas:

- **Envio das músicas de prova:** até às 17h do dia 22 de outubro de 2021 (6ª feira) para o endereço de e-mail gritmica.agl@gmail.com com identificação clara de **[Clube]_[Nome do Conjunto]_[Aparelho]**.
- Os clubes deverão enviar **a lista de contactos para a DGS, com os dados referentes às ginastas, treinadoras e dirigentes, que participarem na competição, para o email geral@aglisboa.pt**, até às 17h do dia 22 de outubro.
- As treinadoras deverão levar consigo a Ordem de Passagem para a Prova.

Regras para a realização da competição:

- Ginastas, treinadoras e juizes **apenas podem estar no recinto de prova durante os períodos que lhes estão atribuídos.**
- As ginastas devem **entregar à chegada ao recinto, ao respetivo responsável, o Termo de Responsabilidade da DGS devidamente preenchido.**
- Apenas é permitida a entrada para o recinto de **uma treinadora por clube**, para cada grupo de ginastas.
- No recinto de competição apenas podem estar as ginastas em competição ou no seu tempo de aquecimento, uma treinadora por clube, as juizes de prova, direção de prova e equipa de voluntários.
- As ginastas e treinadoras deverão **entrar pela porta indicada para o seu local de aquecimento.**
- Não é permitido comer nem deixar objetos pessoais no recinto de prova, as ginastas e treinadoras deverão utilizar os balneários para guardar os seus objetos pessoais à exceção de malas de ombro e maillots de prova.
- As treinadoras que terminem o seu grupo de prova num escalão, mas que terão novamente ginastas em prova, poderão permanecer no recinto na zona do público.
- Os resultados da Competição serão entregues **no final do dia de prova.**

Com os melhores Cumprimentos,

O DEPARTAMENTO TÉCNICO
DE GINÁSTICA RÍTMICA
Amélia Paredes e Ana Figueiredo

30 de Outubro de 2021

Abertura do recinto	09h00
Reunião de Juízes	09h30
Início do Treino de Pódio de Infantis, Iniciadas e Juvenis	10h10
Desfile de todas as ginastas	10h30
Início da Competição de Infantis, Iniciadas e Juvenis	10h40
Intervalo	11h20
Início do Treino de Pódio de Júniores e Seniores	11h45
Início da Competição de Júniores e Seniores	12h10
Cerimónias Protocolares de todos os escalões	13h10

Praticável Aquecimento		Praticável Competição		
9:40:00	INFANTIS - Sport Algés e Dafundo	9:40:00		
9:45:00	INICIADAS - Ginásio Clube Português	9:45:00		
9:50:00	INICIADAS - Sport Algés e Dafundo	9:50:00	INFANTIS - Sport Algés e Dafundo	
9:55:00	JUVENIS - Sport Algés e Dafundo	9:55:00	INICIADAS - Ginásio Clube Português	
10:00:00	INFANTIS - Sport Algés e Dafundo	10:00:00	INICIADAS - Sport Algés e Dafundo	
10:05:00	INICIADAS - Ginásio Clube Português	10:05:00	JUVENIS - Sport Algés e Dafundo	
10:10:00	INICIADAS - Sport Algés e Dafundo	10:10:00	INFANTIS - Sport Algés e Dafundo	Treino de Pódio
10:15:00	JUVENIS - Sport Algés e Dafundo	10:15:00	INICIADAS - Ginásio Clube Português	
10:20:00	INFANTIS - Sport Algés e Dafundo	10:20:00	INICIADAS - Sport Algés e Dafundo	
10:25:00	INICIADAS - Ginásio Clube Português	10:25:00	JUVENIS - Sport Algés e Dafundo	
10:30:00	Desfile de Todas as Ginastas			
10:35:00				
10:40:00	INICIADAS - Sport Algés e Dafundo	10:40:00	INFANTIS - Sport Algés e Dafundo	Competição
10:45:00	JUVENIS - Sport Algés e Dafundo	10:45:00	INICIADAS - Ginásio Clube Português	
10:50:00	INFANTIS - Sport Algés e Dafundo	10:50:00	INICIADAS - Sport Algés e Dafundo	
10:55:00	INICIADAS - Ginásio Clube Português	10:55:00	JUVENIS - Sport Algés e Dafundo	
11:00:00	INICIADAS - Sport Algés e Dafundo	11:00:00	INFANTIS - Sport Algés e Dafundo	
11:05:00	JUVENIS - Sport Algés e Dafundo	11:05:00	INICIADAS - Ginásio Clube Português	
11:10:00	JUNIORES - Sport Algés e Dafundo 1	11:10:00	INICIADAS - Sport Algés e Dafundo	
11:15:00	JUNIORES - Sport Algés e Dafundo 2	11:15:00	JUVENIS - Sport Algés e Dafundo	
11:20:00	SENIORES - Clube Desportivo Agrupamento de Escolas Amadora Oeste	11:20:00	JUNIORES - Sport Algés e Dafundo 1	Treino de Pódio
11:25:00	SENIORES - Ginásio Clube Português	11:25:00	JUNIORES - Sport Algés e Dafundo 2	
11:30:00	SENIORES - Sport Algés e Dafundo	11:30:00	SENIORES - Clube Desportivo Agrupamento de Escolas Amadora Oeste	
11:35:00	JUNIORES - Sport Algés e Dafundo 1	11:35:00	SENIORES - Ginásio Clube Português	
11:40:00	JUNIORES - Sport Algés e Dafundo 2	11:40:00	SENIORES - Sport Algés e Dafundo	
11:45:00	SENIORES - Clube Desportivo Agrupamento de Escolas Amadora Oeste	11:45:00	JUNIORES - Sport Algés e Dafundo 1	
11:50:00	SENIORES - Ginásio Clube Português	11:50:00	JUNIORES - Sport Algés e Dafundo 2	
11:55:00	SENIORES - Sport Algés e Dafundo	11:55:00	SENIORES - Clube Desportivo Agrupamento de Escolas Amadora Oeste	
12:00:00	JUNIORES - Sport Algés e Dafundo 1	12:00:00	SENIORES - Ginásio Clube Português	
12:05:00	JUNIORES - Sport Algés e Dafundo 2	12:05:00	SENIORES - Sport Algés e Dafundo	
12:10:00	SENIORES - Clube Desportivo Agrupamento de Escolas Amadora Oeste	12:10:00	JUNIORES - Sport Algés e Dafundo 1	Competição
12:15:00	SENIORES - Ginásio Clube Português	12:15:00	JUNIORES - Sport Algés e Dafundo 2	
12:20:00	SENIORES - Sport Algés e Dafundo	12:20:00	SENIORES - Clube Desportivo Agrupamento de Escolas Amadora Oeste	
12:25:00	JUNIORES - Sport Algés e Dafundo 1	12:25:00	SENIORES - Ginásio Clube Português	
12:30:00	JUNIORES - Sport Algés e Dafundo 2	12:30:00	SENIORES - Sport Algés e Dafundo	
12:35:00	SENIORES - Clube Desportivo Agrupamento de Escolas Amadora Oeste	12:35:00	JUNIORES - Sport Algés e Dafundo 1	
12:40:00	SENIORES - Ginásio Clube Português	12:40:00	JUNIORES - Sport Algés e Dafundo 2	
12:45:00	SENIORES - Sport Algés e Dafundo	12:45:00	SENIORES - Clube Desportivo Agrupamento de Escolas Amadora Oeste	
12:50:00		12:50:00	SENIORES - Ginásio Clube Português	
12:55:00		12:55:00	SENIORES - Sport Algés e Dafundo	