

**CIRCULAR Nº 45/2023**

**Lisboa, 12/05/2023**

**Assunto:** Campeonatos Territoriais 1ª Divisão e Divisão Base / Encontro de Infantis - 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:** CT's 1ª Divisão e Divisão Base / Encontro de Infantis - Ginástica Aeróbica

**Data:** 20/02/2023

**Local:** Pavilhão da União Recreativa do Dafundo

**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 **17/05/2023**, transferidas por "WeTransfer", exclusivamente, para o mail [inscricoes@aglisboa.pt](mailto: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 2023
- Manual FGP Ginástica Aeróbica 2023
- 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 2022/2023.

### **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.

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

A DIREÇÃO

## CAMPEONATOS TERRITORIAIS - GINÁSTICA AERÓBICA 2023

DATA: 20 DE MAIO DE 2023

LOCAL: União Recreativa do Dafundo

Abertura do recinto: 13h30

Horário de Aquecimento geral: 14h00

Aquecimento específico (praticável): 14h30

Início da competição - Divisão BASE: 15h00

Hora	Nr	Cube	Divisão	Escalão	Nº Cat.	Categoria	Nomes dos ginastas
15h00	1	URD	Base	Infantil	1	GR	Curtinha - Geada - Antunes - Galrito - Batista
15h04	2	GDUC	Base	Iniciado	1	IF	Sara Taveira
15h08	3	ARLAV	Base	Iniciado	2	IF	Maria Sobral
15h12	4	GDUC	Base	Iniciado	3	IF	Maria Matias
15h16	5	ARLAV	Base	Iniciado	4	IF	Ana Lotto
15h20	6	URD	Base	Iniciado	5	IF	Lara Lourenço
15h24	7	GDUC	Base	Iniciado	6	IF	Maria Lopes
15h28	8	ARLAV	Base	Iniciado	7	IF	Chloé Roch
15h32	9	URD	Base	Iniciado	8	IF	Diana Carvalheira
15h36	10	GDUC	Base	Iniciado	9	IF	Joana Alinho
15h40	11	ARLAV	Base	Iniciado	10	IF	Maria Neto
15h44	12	GDUC	Base	Iniciado	11	IF	Matilde Antunes
15h48	13	URD	Base	Iniciado	12	IF	Carolina Cassamo
15h52	14	GDUC	Base	Iniciado	13	IF	Camila Lopes
15h56	15	URD	Base	Infantil	1	TR	Curtinha - Batista - Silva
16:00	16	URD	Base	Infantil	2	TR	Geada - Antunes - Galrito
16:04	18	GDUC	Base	Juvenil	1	IF	Ellen Carvalho
16:08	19	URD	Base	Juvenil	2	IF	Leonor Mota
16:12	20	URD	Base	Juvenil	3	IF	Madalena Curtinha
16:16	21	GDUC	Base	Juvenil	4	IF	Stefanie Varela
16:20	22	URD	Base	Juvenil	5	IF	Sara Sousa
16:24	23	ARLAV	Base	Iniciado	1	TR	Henriques - Mota - Carracha

Hora	Nr	Cube	Divisão	Escalão	Nº Cat.	Categoria	Nomes dos ginastas
16:28	24	GDUC	Base	Iniciado	2	TR	Lopes - Antunes - Lopes
16:32	25	ARLAV	Base	Iniciado	3	TR	Sobral - Lotto - Roch
16:36	26	GDUC	Base	Iniciado	4	TR	Matias - Alinho - Taveira
16:40	27	URD	Base	Juvenil	1	TR	Sousa - Curtinha - Mota
16:44	28	ARLAV	Base	Junior	1	PF	Ribeiro - Alves
16:48	29	GDUC	Base	Junior	2	PF	Gomes - Santos
16:52	30	URD	Base	Infantil	1	IF	Inês Galrito
16:56	31	URD	Base	Infantil	2	IF	Carolina Geada
17:00	32	URD	Base	Infantil	3	IF	Carlota Batista
17:04	33	GDUC	Base	Infantil	4	IF	Rosa Inácio
17:08	34	URD	Base	Infantil	5	IF	Luísa Curtinha
17:12	35	URD	Base	Infantil	6	IF	Carolina Antunes
17:16	36	ARLAV	Base	Iniciado	1	PF	Mota - Henriques
17:20	37	URD	Base	Iniciado	2	PF	Lourenço - Almeida
17:24	38	ARLAV	Base	Iniciado	3	PF	Lotto - Roch
17:28	39	URD	Base	Iniciado	4	PF	Cassamo - Tagle
17:32	40	GDUC	Base	Junior	1	IF	Leonor Quintas
17:36	41	ARLAV	Base	Junior	2	IF	Sara Canha
17:40	42	GDUC	Base	Iniciado	1	GR	Matias - Alinho - Taveira - Antunes - Lopes
17:44	43	ARLAV	Base	Junior	1	TR	Canha - Ribeiro - Alves
17:48	44	GDUC	Base	Junior	1	PF	Gomes - Santos
17:52	45	GDUC	Base	Iniciado	1	AS	Matias - Alinho - Taveira - Antunes - Lopes - Lopes - Nogueira
17:56	46	GDUC	Base	Junior	1	GR	Gomes - Santos - Quintas - Carvalho - Varela
18:00	47	URD	Base	Iniciado	1	AD	Gouveia - Cassamo - Pereira - Santos - Tagle - Nunes - Saraiva - Carvalheira
18:04	48	ARLAV	Base	Iniciado	2	AD	Brito - Morais - Antunes - Achando - Nsué - Henriques - Mota
18:08	49	URD	Base	Junior	1	AD	Curtinha - Sousa - Borrego - Brito - Almeida - Santos - Lopes
18:12	50	ARLAV	Base	Junior	2	AD	Macedo - Alves - Canha - Ribeiro - Cruz - Neves

## Intervalo

Aquecimento específico (praticável): 18h15

Início da competição - 1º DIVISÃO: 18h30

Hora	Número de prova	Cube	Divisão	Escalão	Nº Cat.	Categoria	Nomes dos ginastas
18h30	51	URD/ CAGPD	Elites	Senior	Extra	PM	Tânia Almeida - Rui Cansado
18h34	52	ARLAV	1º Div	Iniciado	1	IF	Constança Morais
18h38	53	ARLAV	1º Div	Iniciado	2	IF	Matilde Achando
18h42	54	URD	1º Div	Iniciado	3	IF	Carmo Mota
18h46	55	ARLAV	1º Div	Iniciado	4	IF	Mariana Nsúé
18h50	56	ARLAV	1º Div	Iniciado	5	IF	Inês Brito
18h54	57	URD	1º Div	Juvenil	1	IF	Matilde Borrego
18h58	58	URD	1º Div	Juvenil	2	IF	Francisca Lopes
19h02	59	URD	1º Div	Juvenil	3	IF	Rafaela Brito
19h06	60	URD	Elites	Junior	1	IF	Maria Rita Santos
19h10	61	URD	Elites	Junior	2	IF	Nádia Almeida
19h14	62	ARLAV	1º Div	Iniciado	1	TR	Brito - Nsúé - Achando
19h18	63	ARLAV	1º Div	Iniciado	2	TR	Pavoni - Antunes - Morais
19h22	64	URD	1º Div	Juvenil	1	TR	Lopes - Borrego - Brito
19h26	65	URD	Elites	Senior	1	IF	Tânia Almeida
19h30	66	ARLAV	1º Div	Iniciado	1	GR	Brito - Morais - Antunes - Achando - Nsúé