

**Circular nº 030/2024**

**Lisboa, 27/03/2024**

**DISTRIBUIÇÃO:** FGP, ATG's e Clubes com Ginástica Trampolins

**ASSUNTO:** Campeonato Territorial de TRI & TRS

**Data:** Domingo, 21 de abril de 2024

**Local:** Pavilhão Municipal de Casal de Cambra, R. da Covilhã 2605, Sintra

**Abertura do recinto:** 08h00

**Direção de competição:** Inês Gonçalves; Davide Dias

### **Clubes Participantes**

#### **AGL**

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
SAR	Sociedade Artística Reguenguense
URD	União Recreativa do Dafundo

### Manhã

HORÁRIO	ATIVIDADE	TRS 1	TRS 2
08:00 – 08:30	Abertura do recinto / Treinos livres		
08:30 - 08:50	AQUECIMENTO	INF Fem	INI Fem
<b>08:50 - 09:30</b>	<b>COMPETIÇÃO</b>	INF Mas	INI Mas
09:30 - 09:50	AQUECIMENTO	SEN	JUV / JUN
<b>09:50 - 10:30</b>	<b>COMPETIÇÃO</b>		
10:30 - 10:50	AQUECIMENTO	Elite/1ªDiv Fem	Elite/1ªDiv Mas
<b>10:50 - 11:30</b>	<b>COMPETIÇÃO</b>		
		<b>TRI 1</b>	<b>TRI 2</b>
11:30 - 11:50	AQUECIMENTO	Benjamins	INF Fem G1
<b>11:50 – 12:30</b>	<b>COMPETIÇÃO</b>		
12:30 - 12:50	AQUECIMENTO	INF Mas	INF Fem G2
<b>12:50 – 13:30</b>	<b>COMPETIÇÃO</b>		
<b>13:30</b>	<b>CERIMÓNIA PROTOCOLAR</b>		

### Tarde

HORÁRIO	ATIVIDADE	TRI 1	TRI 1
14:00 – 14:30	Abertura do recinto / Treinos livres		
14:30 - 14:50	AQUECIMENTO	Ini Base Fem G1	Ini base Mas
<b>14:50 - 15:30</b>	<b>COMPETIÇÃO</b>		
15:30 - 15:50	AQUECIMENTO	Ini Base Fem G2	Juv base Mas/Fem
<b>15:50 - 16:30</b>	<b>COMPETIÇÃO</b>		
16:30 - 16:50	AQUECIMENTO	Sen base Fem	Jun base Fem / Níveis
<b>16:50 - 17:30</b>	<b>COMPETIÇÃO</b>		
17:30 - 17:50	AQUECIMENTO	Sen base Mas Jun base Mas	1ª Div Fem
<b>17:50 - 18:30</b>	<b>COMPETIÇÃO</b>		
18:30 - 18:50	AQUECIMENTO	Elites Mas/Fem	1ª Divisão Mas
<b>18:50 - 19:30</b>	<b>COMPETIÇÃO</b>		
<b>19:30</b>	<b>CERIMÓNIA PROTOCOLAR</b>		

## 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 2024
- Código de Pontuação em vigor na FGP e FIG.

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

## Recinto de competição

As Cartas de Competição devem ser entregues até ao início da competição do grupo anterior.

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 permanência no recinto de competição (pavilhão e ginásio 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), Juízes e Dirigentes, filiados na FGP, na presente época.

### **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.

### **Protestos**

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

### **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