



ASSOCIAÇÃO DE GINÁSTICA DE LISBOA

Instituição de Utilidade Pública

D.R.: 260, de 10 de Novembro de 1995 – II Série

<http://www.facebook.com/AGLisboa> ou <http://www.aglisboa.pt/>

Fundada em 17.04.1990



CIRC: 009/21

Lisboa, 24/05/2021

DISTRIBUIÇÃO: FGP, AGDS E CLUBES PARTICIPANTES DE LISBOA

ASSUNTO: CAMPEONATO DISTRITAL GAF 2021 - DISTRITOS LISBOA E SETÚBAL

Data e horário: 29 de maio de 2021 – 13h00 – 19h15 e
30 de maio de 2021 – 9h00 – 13h30

Local: Lisboa Ginásio Clube (Lisboa)

Organização: ASSOCIAÇÃO DE GINÁSTICA DE LISBOA e LISBOA GINÁSIO CLUBE

Responsabilidade: AGL e AGDS

Total de participantes: GAF 112

1. A participação efetiva nos Campeonatos Distritais, é condição requerida para o acesso aos Campeonatos Nacionais;
2. Os grupos previstos podem sofrer alterações até ao início da competição, por forma a garantir a facilitação dos horários previstos para as subdivisões. Assim, perante a confirmação de ausências de ginastas, agradecemos o prévio envio dessa informação pelos canais oficiais ou logo no início da competição;
3. Pode haver ajustamentos nas horas de início das provas; no entanto, estas não podem começar antes da hora prevista nesta circular;
4. O aquecimento geral será realizado nos ginásios 3.1 e 3.2;
5. Em todas as competições, a apresentação dos ginastas aos juízes é efetuada apenas aquando do seu momento de competição, não havendo lugar a essa formalidade antes dos períodos de aquecimento específico (procedimento adotado pela FIG no último Campeonato do Mundo de Doha, 2018);
6. Não haverá cerimónias protocolares;

A DIREÇÃO

CAMPEONATO DISTRITAL DE BASE GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA

DIA	ESCALÃO	PERÍODO	ABERTURA DO RECINTO PARA AQUECIMENTO GERAL	INÍCIO AQUECIMENTO ESPECIFICO E PROVA PREVISTO	FINAL PROVA PREVISTO
29 de maio Sábado	Iniciadas	13h00 - 17h30	13H00	13h15	17h30
	Juvenis	17h30 - 19h15	17H30	17h45	19h15
30 de maio Domingo	Juniores	09h00 - 11h15	09H00	09h15	11h15
	Seniores	11h15 - 13h30	11H15	11h30	13h30

CLUBES PARTICIPANTES

CGA - CLUBE GINÁSTICA ALMADA

EGYM – ÉVORA GINÁSIO CLUBE

GDA - GRUPO DESPORTIVO DE AZAMBUJA

GCP - GINÁSIO CLUBE PORTUGUÊS

LGC - LISBOA GINÁSIO CLUBE

CAMPEONATO DISTRIAL DE BASE – GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA**29 maio – INICIADAS E JUVENIS – 13H00-19H30****INICIADAS**

Clube	Nº	Nome
CGA	1	Madalena Rodrigues
EGYM	2	Constança Rocha
	3	Beatriz Duarte
	4	Margarida Borges
	5	Margarida Fernandes
	6	Mariana Soares
	7	Maria Costa
	8	Mª Leonor Madureira
	9	Mª Rita Carvalho
GCP	10	Adriana Gomes
	11	Cláudia Gonçalves
	12	Helena Ribeiro
	13	Maria Pires
	14	Mariana Machado
	15	Beatriz Santos
	16	Maille Gomes
	17	Maria Santos
	18	Filipa Parente
	19	Isabel Beça
	20	Isabel Albuquerque
	21	Lara Botte
	22	Laura Faria
	23	Leonor Nifo
	24	Madalena Gonçalves
	25	Madalena Leocádio
	26	Mafalda Barata
	27	Maria Melo
	28	Maria Carlota Abreu
	29	Maria Batalha
	30	Mariana Machado
	31	Marta Videira
	32	Sara Tavares
	33	Violeta Fernandes
GDA	34	Alice Matos
	35	Maria Fonseca
	36	Natacha Marques

Clube	Nº	Nome
LGC	37	Elizabeth Zherebna
	38	Lueji Tomás
	39	Francisca Almeida
	40	Júlia Moleiro
	41	Carolina Machado
	42	Maria do Pilar Marçal
	43	Mª Madalena Esteves

INICIADAS

1ª Subdivisão

GRUPO A	GRUPO B	GRUPO C	GRUPO D
GCP	GCP	GCP	GDA+LGC
13,14,15,16,17	18,19,20,21,22,23	24,25,26,27,28	34,35,36, 37,38

- Aquecimento Geral: 13h00-13h15

Grupos A e B: Ginásio 3.2

Grupos C e D: Ginásio 3.1

- Aquecimento e Competição nos 2 primeiros aparelhos: 13h15-14h15

Grupo A e B: Ginásio 5 Grupo C e D: Pavilhão		SALTOS	PARALELAS	TRAVE	SOLO
AQUECIMENTO	13h15	A	B	C	D
	13h30	B	A	D	C
COMPETIÇÃO	13h45	B	A	D	C
		A	B	C	D

- Aquecimento e Competição nos 2 segundos aparelhos: 14h15-15h15

Grupo C e D: Ginásio 5 Grupo A e B: Pavilhão		SALTOS	PARALELAS	TRAVE	SOLO
AQUECIMENTO	14h15	C	D	A	B
	14h30	D	C	B	A
COMPETIÇÃO	14h45	D	C	B	A
		C	D	A	B

INICIADAS

2ª Subdivisão

GRUPO E	GRUPO F	GRUPO G	GRUPO H
CGA+EGYM	EGYM+GCP	GCP	LGC
1,2,3,4,5,6	7,8,9,10,11,12	29,30,31,32,33	39,40,41,42,43

- Aquecimento Geral: 15h15-15h30

Grupos E e F: Ginásio 3.2

Grupos G e H: Ginásio 3.1

- Aquecimento e Competição nos 2 primeiros aparelhos: 15h30-16h30

Grupo E e F: Ginásio 5 Grupo G e H: Pavilhão		SALTOS	PARALELAS	TRAVE	SOLO
AQUECIMENTO	15h30	E	F	G	H
	15h45	F	E	H	G
COMPETIÇÃO	16h00	F	E	H	G
		E	F	G	H

- Aquecimento e Competição nos 2 segundos aparelhos: 16h30-17h30

Grupo G e h: Ginásio 5 Grupo E e F: Pavilhão		SALTOS	PARALELAS	TRAVE	SOLO
AQUECIMENTO	16h30	G	H	E	F
	16h45	H	G	F	E
COMPETIÇÃO	17h00	H	G	F	E
		G	H	E	F

JUVENIS

Clube	Nº	Nome
CGA	1	Helena Figueiredo
	2	Carolina Bento
	3	Catarina Ferreira
	4	Dulce Cerveira
	4-A	Carolina Pinto
EGYM	5	Lara Gervásio
	6	Iara Casquinha
GCP	7	Maria Francisca Leal
	8	Ana Santos
	9	Catarina Crespo
	10	Joséphine Beaulieu
	11	Leonor Matos
	12	Maria Madalena Bento
	13	Maria Kachimbali
	14	Mariana Frutuoso
	15	Matilde Roque
	16	Cayetana Rosa
	17	Joana Ratilal
18	Mª do Mar Fernandes	
GDA	19	Matilde Martins
	20	Sara Guerra
	21	Joana Jerónimo
	22	Inês Barroso
LGC	23	Juliana Ribeiro
	24	Mª Francisca Ferreira
	25	Zoe Melo

JUVENIS

GRUPO I	GRUPO J	GRUPO K	GRUPO L
GCP	GCP	GDA+LGC	CGA+EGYM
7,8,9,10,11,12	13,14,15,16,17,18	19,20,21,22, 23,24,25	1,2,3,4,4-A, 5,6

- Aquecimento Geral: 17h30-17h45

Grupos I e J: Ginásio 3.2

Grupos K e L: Ginásio 3.1

- Aquecimento e Competição nos 2 primeiros aparelhos: 17h45-18h45

Grupo I e J: Ginásio 5 Grupo K e L: Pavilhão		SALTOS	PARALELAS	TRAVE	SOLO
AQUECIMENTO	17h45	I	J	K	L
	18h00	J	I	L	K
COMPETIÇÃO	18h15	J	I	L	K
		I	J	K	L

- Aquecimento e Competição nos 2 segundos aparelhos: 18h45-19h15

Grupo K e L Ginásio 5 Grupo I e J: Pavilhão		SALTOS	PARALELAS	TRAVE	SOLO
AQUECIMENTO	18h45	K	L	I	J
	19h00	L	K	J	I
COMPETIÇÃO	19h15	L	K	J	I
		K	L	I	J

30 maio – JUNIORES E SENIORES – 9H00-13H30

JUNIORES

Clube	Nº	Nome
CGA	1	Mariana Ribeiro
	2	Joana Charrinho
EGYM	3	Rita Chambel
GCP	4	Margarida Santos
	5	Marina Brazhnyuk
	6	Marta Mestre
	7	Camila do Ó
	8	Clara Mota
	9	Leonor Costa
	10	Marta Crespo
	11	Nicolie da Rosa
GDA	12	Constança Alexandre
LGC	13	Ana Leonor Botelho
	14	Madalena Silva
	15	Margarida Santos
	16	Maria Vicente
	17	Matilde Casanova

JUNIORES

GRUPO M	GRUPO N	GRUPO O	GRUPO P
CGA+EGYM+GDA	LGC	GCP	GCP
1,2,3,12	13,14,15,16,17	4,5,6,7	8,9,10,11

- Aquecimento Geral: 09h00-09h15

Grupos M e N: Ginásio 3.2

Grupos O e P: Ginásio 3.1

- Aquecimento e Competição nos 2 primeiros aparelhos: 09h15-10h15

Grupo M e N: Ginásio 5 Grupo O e P: Pavilhão		SALTOS	PARALELAS	TRAVE	SOLO
AQUECIMENTO	09h15	M	N	O	P
	09h30	N	M	P	O
COMPETIÇÃO	09h45	N	M	P	O
		M	N	O	P

- Aquecimento e Competição nos 2 segundos aparelhos: 10h15-11h15

Grupo O e P: Ginásio 5 Grupo M e N: Pavilhão		SALTOS	PARALELAS	TRAVE	SOLO
AQUECIMENTO	10h15	O	P	M	N
	10h30	P	O	N	M
COMPETIÇÃO	10h45	P	O	N	M
		O	P	M	N

SENIORES

Clube	Nº	Nome
CGA	1	Rita Barreiros
	2	M ^a Carolina Almeida
	3	Carolina Alves
	4	M ^a Inês Rodrigues
GCP	5	Catarina Camarate
	6	M ^a Teresa Neves
	7	Beatriz Lapa
	8	Mariana Fernandes
	9	Rita Cerqueira
	10	Raquel Rodrigues
	11	Ana Sofia Ribeiro
	12	Madalena Rosmaninho
	13	Catarina Afonso
	14	Lara Drago
	15	Rita Cerqueira
16	Madalena Pelágio	
GDA	17	Raquel Costa
	18	Beatriz Barroso
	19	Margarida Grosso
LGC	20	Eva Henriques
	21	Filipa Valente
	22	Giovana Romão
	23	Joana Contige
	24	M ^a Leonor Nunes
	25	Nádia Frutuoso
	26	Victória Afonso

SENIORES

GRUPO Q	GRUPO R	GRUPO S	GRUPO T
LGC	GCP	GCP	CGA+GDA
20,21,22,23,24,25,26	5,6,7,8,9,10	11,12,13,14,15,16	1,2,3,4,17,18,19

- Aquecimento Geral: 11h15-11h30

Grupos Q e R: Ginásio 3.2

Grupos S e T: Ginásio 3.1

- Aquecimento e Competição nos 2 primeiros aparelhos: 11h30-12h30

Grupo Q e R: Ginásio 5 Grupo S e T: Pavilhão		SALTOS	PARALELAS	TRAVE	SOLO
AQUECIMENTO	11h30	Q	R	S	T
	11h45	R	Q	T	S
COMPETIÇÃO	12h00	R	Q	T	S
		Q	R	S	T

- Aquecimento e Competição nos 2 segundos aparelhos: 12h30-13h30

Grupo S e T: Ginásio 5 Grupo Q e R: Pavilhão		SALTOS	PARALELAS	TRAVE	SOLO
AQUECIMENTO	12h30	S	T	Q	R
	12h45	T	S	R	Q
COMPETIÇÃO	13h00	T	S	R	Q
		S	T	Q	R