

DISTRIBUIÇÃO: FGP, Clubes inscritos

ASSUNTO: Gym For Life Regional da Associação de Ginástica de Lisboa 2022 - Informações

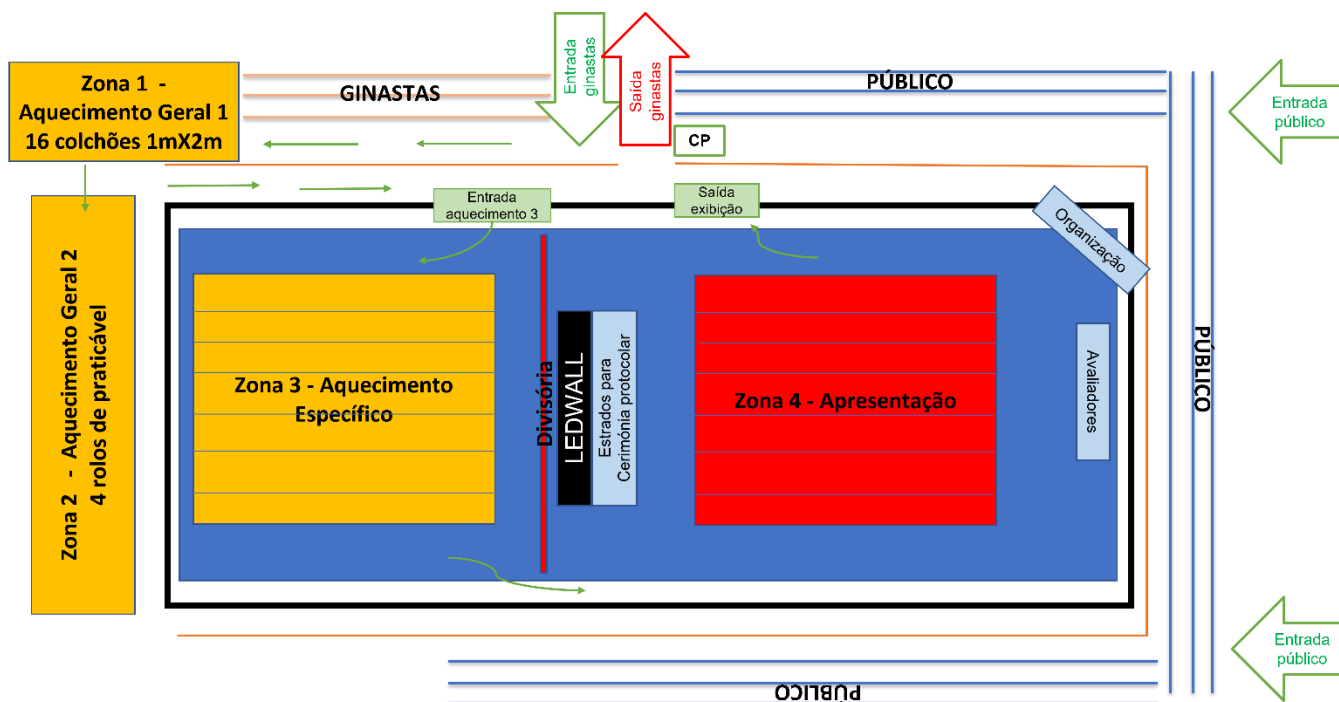
Data: 26 de março de 2022

Local: Pavilhão Municipal de Estremoz

Coorganização: Clube de Futebol de Estremoz e Câmara Municipal de Estremoz

Considerações:

1. Irão existir 5 espaços específicos por onde vão circular as diferentes classes/grupos – Balneários | Zona de Aquecimento Geral 1 (6m x 8m) | Zona de Aquecimento Geral 2 (4,5m x 20m) | Zona de Aquecimento Específico (14m x 14m) | Zona de Apresentação;
2. Será montado um sistema de rotações pelos diferentes espaços de forma que cada grupo/classe esteja em cada um dos espaços no máximo 12mins30, de acordo o esquema seguinte:



3. Na zona de apresentação estará montado um praticável com 7 rolos (14m por 14m) orientados na vertical, tendo em consideração a posição dos avaliadores. Não será possível a rotação ou remoção do praticável.
4. Todos os ginastas deixarão os seus pertences nas bancadas de participantes, durante a passagem pelas diferentes zonas de aquecimento e exibição, sendo que após a sua exibição deverão sair da zona dos participantes;

5. Antes da hora prevista para a acreditação ou depois da sua exibição, os grupos poderão assistir ao evento das bancadas do público;
6. Os horários para o dia do evento seguem, em anexo, no programa. Este planeamento indicará horas de chegada das classes, tempo de permanência em cada zona do pavilhão e horário de exibição.
7. Existirão 2 tipos de balneários: 2 de entrada, que são apenas vestiários (utilização após a acreditação) e 2 de saída (utilização após exibição) estes com duches para quem necessitar. Em qualquer dos casos, a permanência nos balneários não poderá exceder os 10 minutos para possibilitar a sua limpeza após cada utilização.
8. Só poderão entrar no pavilhão, pela zona acreditada, ginastas, treinadores e dirigentes inscritos pelos respetivos clubes, aquando da inscrição, e elementos da organização;
9. É obrigatório o uso de máscara para todos os agentes desportivos, em todo o pavilhão, com exceção dos ginastas nas zonas de aquecimento e exibição.

Música:

Os grupos participantes deverão enviar as músicas em formato mp3, até ao dia 18 de março, para gptodos.agl@gmail.com. Contudo, por segurança, os clubes deverão levar as músicas em suporte de pen.

Fotografia:

Uma vez que o Evento dispõe de LedWall, solicita-se o envio de uma **fotografia** da classe e **logo** do **clube**, até dia 18 de março, juntamente com o ficheiro da música.

Material Gímnico Disponível:

- Praticável 14x14
- 2 colchões de quedas
- 1 Airtrack
- 1 Mini-trampolim "Open-end"
- 2 a 4 tapetes 1x2

Cerimónia Protocolar:

Durante a realização das cerimónias protocolares os ginastas devem apresentar-se de fato de treino, máscara, ser portadores do respetivo estandarte e perfilar (se for o caso) de forma ordeira respeitando a solenidade do momento. Cada clube deverá levar um porta-estandarte mais dois elementos representativos da classe que irá participar na cerimónia.

A Cerimónia Protocolar terá início com o desfile dos Clubes/Grupos participantes, seguindo-se o anúncio e entrega das respetivas menções. Os elementos das classes indicados para o desfile devem deslocar-se para a zona “CP” indicada no croqui, 10 minutos antes da respetiva cerimónia protocolar, pela frente das bancadas do público, não necessitando (nem podendo) voltar a entrar nos acessos para os ginastas que ainda irão realizar as suas apresentações.

Público - ATUALIZAÇÃO

Será permitida a entrada livre de público no limite máximo da lotação do pavilhão. Espaço acessível a pessoas com Mobilidade Reduzida.

Autocarros - ATUALIZAÇÃO

Os autocarros poderão entrar no estacionamento do recinto para deixar ou recolher a comitiva, contudo, não poderão permanecer neste local. No momento da chegada será indicado um local perto do Pavilhão onde poderão permanecer os autocarros e outros veículos.

Local - ATUALIZAÇÃO

Um dirigente ou treinador, poderá, na zona da acreditação, levantar os passaportes turísticos para o grupo, ao longo do dia, independente da acreditação específica para a entrada na prova. O passaporte turístico terá acesso aos seguintes serviços:

- Piscina coberta aberta, adjacente ao pavilhão do evento, exclusivo para todos os participantes, entre as 14h30 e as 19h, com o último grupo de entrada às 18h30, obrigatório o uso de fato de banho ou calções de licra, chinelos e touca. Funcionará em grupos de 30, de meia em meia hora, cuja respetiva marcação deverá ser feita na entrada das piscinas;
- Entrada gratuita nos vários museus da cidade, igrejas e Teatro Bernardim Ribeiro para ginastas e acompanhantes - OPEN DAY CULTURAL para toda a comitiva;
- Visita ao Mercado Tradicional da Cidade e Feira das Antiguidades e Velharias, que se realiza durante toda a manhã de sábado na praça da cidade (Rossio Marquês de Pombal);



Piscina Municipal



Teatro Bernardim Ribeiro



Rossio Marquês de Pombal

Para além do bar, que estará disponível no pavilhão durante o evento, próximo ao recinto, existem diversos estabelecimentos que servem refeições e poderão ser opções para o almoço ou jantar da comitiva.

Bem-vindos a Estremoz! A cidade: <https://cloud.cm-estremoz.pt/index.php/s/4ay2HyWzfHfSqYi>

Com os melhores cumprimentos,
O departamento técnico de
Ginástica para Todos