

CIRCULAR Nº 029/2025**Lisboa, 02/04/2024****Assunto:** Campeonato Territorial Base e 1ª Divisão - 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.

1. Informações Complementares

- Os ginastas devem dirigir-se aos balneários/zona de ginastas, para deixar as coisas, e de seguida, dirigirem-se 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/zona de ginastas, para levantar as suas coisas, e dirigirem-se para a bancada;
- Os períodos de aquecimento e hora de entrada no praticável de competição podem ser antecipados de acordo com o desenrolar da competição (até 30 minutos).

2. Música

Serão aceites as músicas transferidas em formato mp3.

Todas as músicas têm de dar entrada na AGL, até às 17h00 de dia **08/04/2024**, transferidas por “WeTransfer”, exclusivamente, para o mail DTDistrital@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 2025
- Manual Técnico FGP Ginástica Aeróbica 2024- 2025
- Código de Pontuação FIG 2025-2028/Código Nacional Adaptado Ginástica Aeróbica 2025-2028
- Programa AEROKIDS da FGP

Em casos omissos a AGDS/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 desejaram 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 2024/2025.

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 podem participar nas cerimónias protocolares. Contudo, dado a extensão da prova, os ginastas não medalhados não são obrigados a participar nas Cerimónias protocolares.

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

A DIREÇÃO

Competição: AGDS - Campeonato Territorial Base Ginástica Aeróbica

Data: Sábado, 12 de abril de 2025


Abertura do Recinto: 7h45

Local: Pav. da Escola Secundária de Santo António, Barreiro


Direção de competição: Ana Figueiras

Clubes participantes:

- Aureagym AD- AureaGym Associação Desportiva
- ABGC- Associação Barreiro Ginásio Clube
- AGT- Associação Gimnochamps de Tavira

 Campeonato Territorial de Ginástica Aeróbica Divisão Base e Encontro Territorial de Infantis								
Início do Aquecimento- 8h00								
Nº	Cat.	Esc.	Nível	Ginastas	Hora	Clube	Eq	Divisão
1	IF1	INF	8	Mariana Gentil	08:30	AureaGym AD		BASE
2	IF2	INF	8	Ema Lebrinhas	08:33	AureaGym AD		BASE
3	IF3	INF	8	Bianca Brás	08:36	AureaGym AD		BASE
4	IF4	INF	7	Clara Soares	08:39	AureaGym AD		BASE
5	GR	INF	8	Fernandes, Costa, Carreteiro, Fernandes	08:42	ABGC		BASE
6	IF1	INI		Ema Carreteiro	08:45	ABGC		BASE
7	IF2	INI		Beatriz Fernandes	08:48	AureaGym AD		BASE
8	IF3	INI		Carolina Almeida	08:51	ABGC		BASE
9	IF4	INI		Alicia Brito	08:54	ABGC		BASE
10	IF5	INI		Lia Paulino	08:57	AureaGym AD		BASE
11	IF6	INI		Sofia Krivosheyeva	09:00	AureaGym AD		BASE
12	IF7	INI		Isis Santos	09:03	ABGC		BASE
13	IF8	INI		Inês Brás	09:06	AureaGym AD		BASE
14	IF9	INI		Maria Proença	09:09	ABGC		BASE
15	IF10	INI		Inês Ferreira	09:12	AureaGym AD		BASE
16	IF1	JUV		Maria Rita Mouro	09:16	AureaGym AD		BASE
17	IF2	JUV		Maria Inês Valentim	09:20	AureaGym AD		BASE
18	IF3	JUV		Margarida Ferreira	09:24	ABGC		BASE
19	IF4	JUV		Inês Vinagre	09:28	ABGC		BASE
20	IF5	JUV		Gabriella Nascimento	09:32	AureaGym AD		BASE
21	IF6	JUV		Leonor Caetanita	09:36	ABGC		BASE
22	IF7	JUV		Júlia Mendes	09:40	ABGC		BASE
23	IF8	JUV		Domingas António	09:44	AureaGym AD		BASE
24	IF9	JUV		Maria Inês Palma	09:48	ABGC		BASE
25	IF10	JUV		Marta Caturra	09:52	AureaGym AD		BASE
26	IF11	JUV		Diana Gonçalves	09:56	ABGC		BASE
27	IF12	JUV		Kyara Chaves	10:00	AureaGym AD		BASE
28	IF13	JUV		Matilde Jerónimo	10:04	AureaGym AD		BASE
29	IF14	JUV		Matilde Proença	10:08	ABGC		BASE
30	IF15	JUV		Matilde Felício	10:12	AureaGym AD		BASE
31	IF16	JUV		Sofia Santos	10:16	ABGC	B	BASE
32	IF17	JUV		Margarida Cruz	10:20	AureaGym AD	A	BASE

INTERVALO 10 mins - Entrega medalhas participação Infantis								
33	IF1	JUN		Diana Neves	10:35	ABGC		BASE
34	IF2	JUN		Maria Rita Nunes	10:39	AureaGym AD		BASE
35	IF3	JUN		Inês Torres	10:43	AureaGym AD		BASE
36	IF4	JUN		Rita Neves	10:47	ABGC		BASE
37	IF5	JUN		Margarida Veiga	10:51	AureaGym AD		BASE
38	IF6	JUN		Maria Belchior	10:55	ABGC		BASE
39	IF7	JUN		Inês Cruz	10:59	AureaGym AD		BASE
40	IF8	JUN		Rita Guerra	11:03	ABGC		BASE
41	IF9	JUN		Margarida Mariani	11:07	AureaGym AD	D	BASE
42	IF10	JUN		Sarah Alves	11:11	ABGC	C	BASE
43	IF11	JUN		Melanie Vicente	11:15	ABGC		BASE
44	PR1	INI		Margarida Costa, Sofia Couceiro	11:19	ABGC		BASE
45	PR2	INI		Beatriz Fernandes, Inês Ferreira	11:22	AureaGym AD		BASE
46	PR3	INI		Alicia Brito, Maria Proença	11:25	ABGC		BASE
47	PR5	INI		Filipa Madeira, Rafela Baião	11:31	ABGC	C	BASE
48	PR1	JUV		Marta Caturra, Maria Rita Mouro	11:34	AureaGym AD		BASE
49	PR2	JUV		Margarida Ferreira, Inês Vinagre	11:38	ABGC	B	BASE
50	PR3	JUV		Margarida Cruz, Matilde Jerónimo	11:42	AureaGym AD	A	BASE
51	PR1	JUN		Margarida Mariani, Inês Cruz	11:46	AureaGym AD	D	BASE
52	PR2	JUN		Marta Oliveira, Sara Pereira	11:50	ABGC	C	BASE
53	PR3	JUN		Camila Cabrita, Margarida Veiga	11:54	AureaGym AD		BASE
54	TR1	INI		Blendcy Melo, Carolina Guerreiro, Laura Lourenço	11:58	ABGC		BASE
55	TR2	INI		Catarina Coelho, Inês Brás, Sofia Krivosheyeva	12:01	AureaGym AD		BASE
56	TR3	INI		Maria Proença, Alícia Brito, Clara Palma	12:04	ABGC		BASE
INTERVALO 10 mins								
57	TR1	JUV		Ema Carreteiro, Júlia Mendes, Sofia Santos	12:20	ABGC	B	BASE
58	TR2	JUV		Margarida Cruz, Matilde Jerónimo, Matilde Felício	12:24	Aureagym AD	A	BASE
59	TR3	JUV		M.ª Inês Palma, Diana Gonçalves, Luísa Casquinha	12:28	ABGC		BASE
60	TR1	JUN		Sara Pereira, Marta Oliveira, Leonor Iria	12:32	ABGC		BASE
61	TR2	JUN		Joana Alves, Diana Neves, Sarah Alves, Guerra (sup)	12:36	ABGC	C	BASE
62	TR3	JUN		Beatriz Marinho, M.ª Rita Nunes, Inês Torres	12:40	AureaGym AD	D	BASE
63	GR	JUV		Carreteiro, Mendes, Santos, Palma, Almeida	12:44	ABGC	B	BASE
64	GR1	JUN		Torres, Nunes, Marinho, Mariani, Cruz	12:48	AureaGym AD	D	BASE
65	GR2	JUN		Alves, Neves, Alves, Neves, Belchior, Guerra (supl)	12:52	ABGC	C	BASE
66	TR	SEN		Rita Neves, Maria Belchior, Leonie Brito	12:56	ABGC		BASE
67	AS	JUV		Cruz, Jerónimo, Felício, Chaves, Nascimento, Mouro	13:00	AureaGym AD	A	BASE
68	AS	JUN		Torres, Nunes, Marinho, Mariani, Cruz, Caturra	13:04	AureaGym AD		BASE

 Campeonato Territorial de Ginástica Aeróbica Divisão Base Associação de Ginástica do Algarve								
69	IF	INI		Pandora French	13:08	AGT		BASE
70	IF	JUV		Gali Berger	13:12	AGT		BASE
13:15	Cerimónia Protocolar							

Competição: AGL - Campeonato Territorial Base Ginástica Aeróbica

Data: Sábado, 12 de abril de 2025


Abertura do Recinto: 13h15

Local: Pav. da Escola Secundária de Santo António, Barreiro

Direção de competição: A indicar

Clubes participantes:

- ARLAV – Academia Recreativa Linda-a-Velha
- GDUC – Grupo Desportivo Unidos Caxienses
- URD – União Recreativa do Dafundo

 Campeonato Territorial de Ginástica Aeróbica Divisão Base e Encontro Territorial de Infantis								
Início do Aquecimento- 13h30								
Nº	Cat.	Esc.	Nível	Ginastas	Hora	Clube	Equipas	
1	IF1	INF	6	Priscila Corrales	14:30	URD		
2	IF2	INF	7	Maria Miguel Ribeiro	14:34	ARLAV		
3	IF3	INF	7	M.ª Beatriz Lourenço	14:38	GDUC		
4	IF4	INF	6	Sofia Corrales	14:42	URD		
5	IF5	INF	7	Margarida Leitão	14:46	GDUC		
6	IF7	INF	1	Lara Neville	14:50	URD		
7	IF8	INF	7	Polina Annastasiadi	14:54	ARLAV		
8	PR1	INF	6	Priscila Corrales, Malena Aspiazu	14:58	URD		
9	PR2	INF	6	Sofia Corrales, Candela Galindo	15:02	URD		
10	PR3	INF	7	M.ª Beatriz Lourenço, Margarida Leitão	15:06	GDUC		
11	IM1	INI		Jaime Silveira	15:10	URD		B
12	IM2	INI		Diogo Rodrigues	15:14	GDUC		
13	IF1	INI		Laura Quaresma	15:18	URD		
14	IF2	INI		Madalena Domingues	15:22	URD		
15	IF3	INI		Leonor Silva	15:26	ARLAV		
16	IF4	INI		Maria Luísa Cal	15:30	URD		
17	IF5	INI		Matilde Pina	15:34	ARLAV		
18	IF6	INI		Maria Rosário Albuquerque	15:38	URD		
19	IF7	INI		Ticiano Orrico	15:42	GDUC		
20	IF8	INI		Amélia Brígido	15:46	URD		
21	IF9	INI		Ana Lotto	15:50	ARLAV		
22	IF10	INI		Nina Neville	15:54	URD		
23	IF11	INI		Rosa Inácio	15:58	GDUC		
24	IF12	INI		Leonor Silva	16:02	URD		B
25	IF13	INI		Verónica Gonçalves	16:06	ARLAV		
26	IF14	INI		Jéssica Almeida	16:10	URD		
27	IF15	INI		Clara Ascensão	16:14	URD		
28	IF16	INI		Carlota Curião	16:18	GDUC		
29	IF17	INI		Dália Brígido	16:22	URD		
30	IF18	INI		Maria del Carmen Lima	16:26	URD		A
31	IF19	INI		Chloe Roch	16:30	ARLAV		
32	IF20	INI		Matilde Silva	16:34	URD		

33	IF21	INI		M. Clara Veríssimo	16:38	GDUC	
INTERVALO 10 mins - Entrega medalhas participação Infantis							
34	PR1	INI		M.ª Rosário Albuquerque, Maria Lopes	16:50	URD	
35	PR3	INI		Matilde Pina, Leonor Silva	16:54	ARLAV	
36	PR4	INI		Maria Del Carmen Lima, Leonor Fonseca	16:58	URD	
37	PR5	INI		Clara Ascensão, Jéssica Almeida	17:02	URD	
38	PR6	INI		M.ª Clara Henriques, Sara Guerreiro	17:06	URD	
39	PR7	INI		Ana Lotto, Chloe Roch	17:10	ARLAV	
40	PR8	INI		Amélia Brígido, Dália Brígido	17:14	URD	A
41	PAR	JUN		Sara Canha e Helena Ribeiro	17:18	ARLAV	
42	IF1	JUV		Filipa Soares	17:22	URD	
43	IF2	JUV		Lia Silva	17:26	ARLAV	
44	IF3	JUV		Maria Matias	17:30	GDUC	
45	IF4	JUV		Inês Brito	17:34	ARLAV	
46	IF5	JUV		Stefanie Varela	17:38	GDUC	
47	IF6	JUV		Joana Santos	17:42	URD	
48	IF7	JUV		Ramona Tagle	17:46	URD	
49	IF8	JUV		Mariana Nsué	17:50	ARLAV	
50	IF9	JUV		Constança Morais	17:54	URD	
51	IF10	JUV		Carolina Cassamo	17:58	URD	
52	IF11	JUV		Matilde Amaral	18:02	GDUC	
53	IF12	JUV		Leonor Antunes	18:06	ARLAV	
54	IF13	JUV		Joana Alinho	18:10	GDUC	
55	IF14	JUV		Matilde Antunes	18:14	GDUC	
56	IF15	JUV		Noa Barbosa	18:18	GDUC	
57	IF16	JUV		Maria Leonor Ferreira	18:22	URD	
58	IF17	JUV		Lara Ribeiro	18:26	GDUC	
59	IF18	JUV		M. Vitória Lopes	18:30	GDUC	
60	IF19	JUV		Sophia Pavoni	18:34	ARLAV	
61	IF20	JUV		Diana Carvalheira	18:38	URD	C
INTERVALO- 10 mins							
62	IF2	JUN		Sara Canha	18:50	ARLAV	
63	IF3	JUN		Helena Ribeiro	18:54	ARLAV	
64	IF4	JUN		Maria Flor Alves	18:58	ARLAV	
65	PR1	JUV		Joana Alinho, Lara Ribeiro	19:02	GDUC	
66	PR2	JUV		Mariana Nsué, Inês Brito	19:06	ARLAV	
67	PR3	JUV		Joana Santos, Ramona Tagle	19:10	URD	
68	PR4	JUV		Lia Silva, Leonor Antunes	19:14	ARLAV	
69	PR5	JUV		Diana Carvalheira, Filipa Soares	19:18	URD	
70	PR6	JUV		Carolina Cassamo, Maria Ferreira	19:22	URD	C
71	PR7	JUV		Matilde Amaral, Carlota Curião	19:26	GDUC	
72	TR1	INI		Laura Quaresma, Alice Nina, Maria Luísa Cal	19:30	URD	
73	TR2	INI		Rosa Inácio, M. Clara Veríssimo, Ticiano Orrico	19:34	GDUC	
74	TR3	INI		Júlia Cordeiro, Inês Lopes, Pilar Morais	19:38	URD	B
75	TR4	INI		Clara Henriques, Jaime Silveira, Sara Guerreiro	19:42	URD	
76	TR5	INI		Verónica Gonçalves, Chloe Roch, Ana Lotto	19:46	ARLAV	

77	TR6	INI		Amélia Brígido, Dália Brígido, Matilde Silva	19:50	URD	
78	TR7	INI		M.ª Carmen Del Lima, Clara Ascensão, Leonor Fonseca	19:54	URD	A
79	TR9	INI		Francisca Rodrigues, Sofia Afonso, Leonor Caeiro	19:58	ARLAV	
80	TR1	JUV		Cloe Leao, Ramona Tagle, Joana Santos	20:02	URD	
81	TR2	JUV		Matilde Antunes, Stefanie Varela, Noa Barbosa	20:06	GDUC	
82	TR3	JUV		Carolina Cassamo, Constança Morais, Diana Carvalheira	20:10	URD	C
83	TR4	JUV		M. Vitória, Sara Taveira, Camila Lopes	20:14	GDUC	
84	GR1	INI		Quaresma, Albuquerque, Nina, Cal, Maria Lopes	20:18	URD	
85	GR3	INI		Morais, Silva, Henrique, Cordeiro, Lopez	20:22	URD	B
86	GR2	INI		Gonçalves, Silva, Lotto, Rodrigues, Pina	20:26	ARLAV	
87	GR4	INI		Brigido, Brigido, Silva, Fonseca, Ascensão	20:30	URD	A
88	GR1	JUV		Cassamo, Carvalheira, Ferreira, Soares, Morais	20:34	URD	C
89	GR2	JUV		Silva, Antunes, Nsué, Brito, Roch	20:38	ARLAV	
90	AD	JUN		Alves, Canha, Raposo, Silva, Antunes, Nsué, Brito, Pavoni	20:42	ARLAV	
Cerimónia Protocolar							

Competição: Campeonato Territorial 1ª divisão Ginástica Aeróbica

Data: Domingo, 13 de abril de 2025

Abertura do Recinto: 8h45


Local: Pav. da União Recreativa do Dafundo

Direção de competição: Ana Figueiras

Clubes participantes:

- Aureagym AD- AureaGym Associação Desportiva
- ABGC- Associação Barreiro Ginásio Clube
- GDUC – Grupo Desportivo Unidos Caxienses
- URD – União Recreativa do Dafundo

 Campeonato Territorial de Ginástica Aeróbica						
1.ª Divisão						
Início do Aquecimento- 9h30						
Nº	Cat.	Esc.	Ginastas	Hora	Eq	Clube
1	IF1	JUV	Madalena Curtinha	10:30		URD
2	IF2	JUV	Francisca Lopes	10:34		URD
3	IF3	JUV	Maria Clara Borrego	10:38	C	URD
4	IF4	JUV	Sara Taveira	10:42		GDUC
5	IF5	JUV	Leonor Mota	10:46		URD
6	IF6	JUV	Carmo Mota	10:50		URD
7	IF1	INI	Inês Galrito	10:54		URD
8	IF2	INI	Carolina Geada	10:58		URD
9	IF3	INI	Luísa Curtinha	11:02		URD
10	IF4	INI	Sara Peixe	11:06		URD
11	IF5	INI	Mariana Almeida	11:10	B	URD
12	IF6	INI	Maria Del Mar Franco	11:14		URD
13	IF7	INI	Maria Teresa Borrego	11:18	A	URD
14	IF8	INI	Lara Lourenço	11:22		URD
15	IF9	INI	Carolina Antunes	11:26		URD
16	IF10	INI	Camila Lopes	11:30		GDUC
17	IF11	INI	Olívia Batista	11:34		URD
18	TR	JUV	Carmo Mota, Leonor Mota,Francisca Lopes	11:38	C	URD
19	IF1	JUN E	Matilde Borrego	11:42		URD
20	IF2	JUN E	Maria Rita Santos	11:46		URD
21	IF3	JUN	Leonor Quintas	11:50		GDUC
22	TR1	INI	Almeida, Peixe, Franco	11:54	B	URD
23	TR2	INI	Curtinha, Geada, Antunes	11:58	A	URD
24	IF1	SEN E	Tânia Almeida	12:02		URD
25	IF2	SEN E	Nádia Almeida	12:06		URD
26	GR	JUV	Mota, Mota, Lopes, Borrego, Curtinha	12:10	C	URD
27	GR1	INI	Antunes, Galrito, Borrego, Curtinha, Lourenço	12:14	A	URD
28	GR2	INI	Peixe, Franco, Almeida, Batista, Geada	12:18	B	URD

 Campeonato Territorial de Ginástica Aeróbica 1.ª Divisão						
Início do Aquecimento- 11h30 Aquecimento praticável 12h20/12h35						
29	IF1	SEN	Leonie Brito	12:40		ABGC
30	IF2	SEN	Marta Fernandes	12:44		ABGC
31	IF3	SEN	Rita Vieira	12:48		ABGC
32	IF4	SEN	Inês Santos	12:52		ABGC
33	IM	INI	Manuel Costa	12:56		ABGC
34	IF	JUV	Joana Alves	13:00		ABGC
35	IF	JUN	Beatriz Marinho	13:04		Aureagym AD
36	TR	SEN	Rita Vieira, Marta Fernandes, Inês Santos	13:08		ABGC
Cerimónia Protocolar						