



AGL

Associação de Ginástica de Lisboa

Manual Técnico

Ginástica Artística Feminina

Lisboa, 24 de janeiro 2024

Índice

Planeamento Anual 2024	3
Inscrições.....	3
CAMPEONATO TERRITORIAL 1ª DIVISÃO	4
Escalões etários/Categorias	4
Participação.....	4
Programa de Competição.....	4
Prémios.....	4
Apuramento para as fases seguintes	4
CAMPEONATO TERRITORIAL 2ª DIVISÃO	5
Escalões etários/Categorias	5
Participação.....	5
Programa de Competição.....	5
Prémios.....	5
Apuramento para as fases seguintes	5
TORNEIO DO TEJO	6
Divisão	6
Escalões etários/Categorias	6
Participação.....	6
Programa de Competição.....	6
Prémios.....	6
CAMPEONATO TERRITORIAL BASE.....	7
Escalões etários/Categorias	7
Participação.....	7
Programa de Competição.....	7
Prémios.....	7
Apuramento para as fases seguintes	7
CAMPEONATO TERRITORIAL INFANTIS	8
Escalões etários/Categorias	8
Participação.....	8
Programa de Competição.....	8

Prémios.....	8
Apuramento para as fases seguintes	8
TORNEIO DE LISBOA e ENCONTRO DE BENJAMINS	9
Divisão	9
Escalões etários/Categorias	9
Participação.....	9
Programa de Competição.....	9
Prémios.....	9
TORNEIO DE PRIMAVERA.....	10
Escalões etários/Categorias	10
Participação.....	10
Programa de Competição.....	10
Prémios.....	10
TORNEIO DE NATAL.....	11
Divisão	11
Escalões etários/Categorias	11
Participação.....	11
Programa de Competição.....	11
Prémios.....	11

Planeamento Anual 2024

	Competição	Data	Data-limite inscrição	Local
Campeonato Territorial de 1ª e 2ª Divisão	Campeonato Territorial 1ª Divisão	15/03/2025 e/ou 16/03/2025	13/02/2025	Complexo Municipal dos Desportos "Cidade de Almada"
	Campeonato Territorial 2ª Divisão	15/03/2025 e/ou 16/03/2025	13/02/2025	
Torneio do Tejo	Torneio Preparação (Divisão Base e infantis) e Encontro Benjamins	15/03/2025 e/ou 16/03/2025	13/02/2025	
Campeonato Territorial de Divisão Base	Campeonato Territorial Divisão Base	05/04/2025 e/ou 06/04/2025	06/03/2025	Complexo Desportivo Municipal do Casal Vistoso
Campeonato Territorial de Infantis	Campeonato Territorial Infantis	05/04/2025 e/ou 06/04/2025	06/03/2025	
Torneio de Lisboa	Torneio Preparação (1ª Divisão e 2ª Divisão) e Encontro Benjamins	05/04/2025 e/ou 06/04/2025	06/03/2025	
Torneio da Primavera	Encontro Divisão Base, Infantis e Benjamins	17/05/2025 e 18/05/2025	17/04/2025	Lisboa Ginásio Clube
Torneio de Natal	Torneio Preparação (Divisão Base), Encontro Benjamins e Infantis	15/11/2025 e/ou 16/11/2025	16/10/2025	A indicar

Os programas de competição seguem as determinações nacionais divulgadas do manual da disciplina, pela FGP.

Inscrições

As inscrições para as provas são efetuadas nas fichas de inscrição disponibilizadas na página internet da AGL, enviadas obrigatoriamente para o endereço inscricoes@aglisboa.pt, até às 17h do último dia de inscrição indicado na tabela.

É igualmente obrigatória a inserção dos participantes na Plataforma *Gymbase* no respetivo evento.

CAMPEONATO TERRITORIAL 1ª DIVISÃO

Escalões etários/Categorias

- Iniciadas, Juvenis, Juniores, Seniores, Juniores Elite e Seniores Elite.

Participação

- Aberta a todos as ginastas filiadas na FGP do distrito de Lisboa, que quiserem apuramento para o Campeonato Nacional.

4

Programa de Competição

- Competição por aparelhos, geral individual e por equipas por escalão.

- O programa técnico segue as determinações nacionais apresentadas no do Manual Técnico 2024-2025 da FGP para as divisões e escalões participantes.

Prémios

- Troféu para as equipas em 1º, 2º e 3º lugar em cada escalão/categoria.

- Medalhas para o 1º, 2º e 3º classificado geral individual e por aparelhos em cada escalão

Apuramento para as fases seguintes

- De acordo com as informações a disponibilizar pela FGP

CAMPEONATO TERRITORIAL 2ª DIVISÃO

Escalões etários/Categorias

-Iniciadas, Juvenis, Juniores, Seniores.

Participação

- Aberta a todas as ginastas filiadas na FGP, que quiserem apuramento para o Campeonato Nacional.

5

Programa de Competição

- Competição por aparelhos, geral individual e por equipas por categoria.

- O programa técnico segue as determinações nacionais apresentadas no do Manual Técnico 2024-2025 da FGP para as divisões e escalões participantes.

Prémios

- Troféu para as equipas em 1º, 2º e 3º lugar em cada escalão;

- Medalhas para a 1º, 2º e 3º classificada geral individual e por aparelhos em cada escalão.

Apuramento para as fases seguintes

- De acordo com as informações a disponibilizar pela FGP

TORNEIO DO TEJO

Divisão

- Base e Benjamins

Escalões etários/Categorias

- Benjamins, Infantis, Iniciados, Juvenis, Juniores, Seniores.

6

Participação

- Aberta a todas as ginastas filiadas na FGP, do distrito de Lisboa e Setúbal.

Programa de Competição

- Competição geral individual por categoria, com exceção do escalão de infantis, onde existe apenas classificação por equipas (contando os 8 melhores resultados de cada aparelho de cada clube), e Benjamins onde existe apenas a sua participação, sem a respetiva seriação, ao abrigo do artigo 37º do Regulamento Geral e de Competições da FGP.
- O programa técnico segue as determinações nacionais apresentadas no Manual Técnico 2024-2025 da FGP para as divisões e escalões participantes.

Prémios

- Medalhas para o 1º, 2º e 3º classificado por aparelho em cada escalão;
- Troféu para os clubes em 1º, 2º e 3º lugar do escalão de infantis e medalha de participação para todas as ginastas.
- Medalhas de participação para o escalão de Benjamins.

CAMPEONATO TERRITORIAL BASE

Escalões etários/Categorias

- Iniciados, Juvenis, Júniores, Seniores.

Participação

- Aberta a todas as ginastas filiadas na FGP no distrito de Lisboa, que quiserem apuramento para o Campeonato Nacional.

7

Programa de Competição

- Competição geral individual por aparelhos e por equipas por escalão/categoria.

- O programa técnico segue as determinações nacionais apresentadas no Manual Técnico 2024-2025 da FGP.

Prémios

- Troféu para as equipas em 1º, 2º e 3º lugar em cada escalão/categoria.

- Medalhas para o 1º, 2º e 3º classificado geral individual e por aparelhos em cada escalão/categoria.

Apuramento para as fases seguintes

- De acordo com as informações a disponibilizar pela FGP

CAMPEONATO TERRITORIAL INFANTIS

Escalões etários/Categorias

-Infantis.

Participação

- Aberta a todos os ginastas filiados na FGP, que quiserem apuramento para o Campeonato Nacional.

8

Programa de Competição

- Competição por equipa por clube, contando os 8 melhores resultados de cada aparelho de cada clube.

- O programa técnico segue as determinações nacionais apresentadas no Manual Técnico 2024-2025 da FGP para as divisões e escalões participantes.

Prémios

- Troféu para os clubes em 1º, 2º e 3º lugar.

Apuramento para as fases seguintes

- De acordo com as informações a disponibilizar pela FGP

TORNEIO DE LISBOA e ENCONTRO DE BENJAMINS

Divisão

- Benjamins, 1ª Divisão e 2ª Divisão

Escalões etários/Categorias

Divisão Base: Benjamins;

2ª Divisão: Iniciados, Juvenis, Juniores e Seniores;

1ª Divisão: Iniciados, Juvenis, Juniores, Seniores, Juniores Elite e Seniores Elite.

9

Participação

- Aberta a todas as ginastas filiadas na FGP, do distrito de Lisboa e Setúbal.

Programa de Competição

- Competição individual por aparelho, com exceção do escalão de Benjamins onde existe apenas a sua participação, sem a respetiva seriação, ao abrigo do artigo 37º do Regulamento Geral e de Competições da FGP.

- O programa técnico segue as determinações nacionais apresentadas no Manual Técnico 2024-2025 da FGP para as divisões e escalões participantes.

Prémios

- Medalhas para a 1ª, 2ª e 3ª classificada por aparelhos em cada escalão/categoria;

- Medalhas de participação para o escalão de Benjamins.

TORNEIO DE PRIMAVERA

Escalões etários/Categorias

Benjamins e infantis

Divisão Base: Iniciados, Juvenis, Juniores, Seniores;

10

Participação

- Aberta a todos os ginastas filiados na FGP, do distrito de Lisboa, Santarém e Setúbal.

Programa de Competição

- Competição geral individual por categoria, com exceção do escalão de infantis, onde existe apenas classificação por equipas (contando os 8 melhores resultados de cada aparelho de cada clube), e Benjamins onde existe apenas a sua participação, sem a respetiva seriação, ao abrigo do artigo 37º do Regulamento Geral e de Competições da FGP.

- O programa técnico segue as determinações nacionais apresentadas no Manual Técnico 2024-2025 da FGP para as divisões e escalões participantes.

Prémios

- Medalha de participação para o escalão de benjamins.

- Troféu para os clubes em 1º, 2º e 3º lugar do escalão de infantis e medalhas de participação para todos os ginastas;

- Medalhas para o 1º, 2º e 3º classificação por aparelhos de acordo com o programa de competição para cada divisão e escalão/categoria.

TORNEIO DE NATAL

Divisão

- Divisão Base, Benjamins e Infantis

Escalões etários/Categorias

Benjamins e infantis

Divisão Base: Iniciados, Juvenis, Juniores, Seniores;

Participação

- Aberta a todas as ginastas filiadas na FGP, do distrito de Lisboa, Santarém e Setúbal.

Programa de Competição

- Competição geral individual por categoria, com exceção do escalão de infantis, onde existe apenas classificação por equipas (contando os 8 melhores resultados de cada aparelho de cada clube), e Benjamins onde existe apenas a sua participação, sem a respetiva seriação, ao abrigo do artigo 37º do Regulamento Geral e de Competições da FGP.
- O programa técnico segue as determinações nacionais apresentadas no Manual Técnico 2024-2025 da FGP para as divisões e escalões participantes.

Prémios

- Medalha/prémio de participação para o escalão de benjamins.
- Troféu para os clubes em 1º, 2º e 3º lugar do escalão de infantis e medalha/prémio de participação para todas as ginastas participantes.
- Divisão Base Medalhas para o 1º, 2º e 3º classificação por aparelho por escalão.