

Circular nº 034/2025

Lisboa, 28/04/2025

DISTRIBUIÇÃO: FGP, AGDS e Clubes

ASSUNTO: Campeonato Territorial de Teamgym - Divisão Base e 1ª Divisão

Data: 10 e 11 maio de 2025

Local: Pav. Multiusos de Odivelas

Direção de competição: Ana Vitória Silva

Programa de Competição

Sábado

10 de maio de 2025 – 1ª Divisão (Seniores F/M/Mx e Sen Elite Masculino)

- 08h00 – Abertura do Recinto
- 9h30 – Período de Treinos em Aparelho
- 10h35 – Competição
- 12h05 – Cerimónia e Entrega de Prémios

10 de maio de 2025 – Divisão Base (Juniões Mx e Seniores F/Mx/M)

- 13h00 – Período de Treinos em Aparelho
- 14h35 – Competição
- 16h20 – Cerimónia e Entrega de Prémios

10 de maio de 2025 – Divisão Base (Juniões F/Mx)

- 16h50 – Período de Treinos em Aparelho
- 18h25 – Competição
- 20h35 – Cerimónia e Entrega de Prémios

Domingo

11 de maio de 2025 – Divisão Base (Infantis e Iniciados Mx)

- 08h00 – Abertura do Recinto
- 9h00 – Período de Treinos em Aparelho
- 10h15 – Competição
- 11h55 – Cerimónia e Entrega de Prémios

11 de maio de 2025 – Divisão Base (Iniciados F)

12h20 – Período de Treinos em Aparelho

13h35 – Competição

15h15 – Cerimónia e Entrega de Prémios

11 de maio de 2025 – Divisão Base (Juniões F)

15h40 – Período de Treinos em Aparelho

16h35 – Competição

18h00 – Cerimónia e Entrega de Prémios

Clubes Participantes

1ª Divisão

SCP Sporting Clube de Portugal

Divisão Base

ADCLO	Ass. Desportiva do Clube da Linha de Oeiras
AGC	Amadora Gimno Clube
CDAEAO	Clube Desportivo do Agrupamento de Escolas Amadora Oeste
CM	Colégio Moderno
COL	Clube Oriental de Lisboa
CPA	Colégio Pedro Arrupe
CPN	Clube Parque das Nações
CSJB	Colégio S. João de Brito
ESCD	Espaço Semente Clube Desportivo
EL	Externato da Luz
GCP	Ginásio Clube Português
PS	Pirilampo Sábio - Ass. Cultural, Recreativa e Desportiva
SCP	Sporting Clube de Portugal
SCS	Sport Clube Sanjoanense
STOS	Sociedade Tuna Operária de Sintra

Informações Complementares

À organização da prova reserva-se o direito de proceder a alterações de programação caso o julgue necessário.

O horário de competição poderá sofrer pequenas oscilações recorrentes do ritmo de competição. A todas as equipas e ginastas é solicitada a permanência no ginásio de aquecimento e prontos para se apresentar em competição até 20 minutos antes do horário previsto na circular.

Manuais e regulamentos

- Manual Técnico de Teamgym AGL – 2024/2025
- Manual Técnico de Teamgym FGP – 2024/2025
- CoP EG 2022-2024

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

Recinto de competição

- Os períodos de aquecimento destinam-se apenas aos ginastas da respetiva sessão. Após a realização dos seus exercícios e antes de iniciarem o período de aquecimento todos os ginastas têm de permanecer no local indicado para os ginastas.
- Os períodos de aquecimento podem ser antecipados ou atrasados de acordo com o desenrolar da competição.

A permanência no recinto de competição 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 (na zona indicada para o efeito), filiados na FGP, na presente época.

Cartas de Competição

- Só são aceites cartas de competição devidamente preenchidas (modelo em anexo).
- As Cartas de Competição têm de ser enviadas por e-mail para teamgym.agl@gmail.com obrigatoriamente até às **17h00 do dia 05 de maio** (segunda-feira), preenchidas eletronicamente (excel) ou digitalizadas quando escritas à mão e enviadas em versão pdf com resolução de impressão.
- As Cartas de Competição que forem alteradas têm de ser entregues obrigatoriamente na mesa de organização (5 cópias de cada ORIGINAL), durante o período oficial de treinos.
- As equipas terão de ser portadoras das mesmas em formato digital.
- Todas as Cartas de Competição têm de ser preenchidas com a terminologia oficial, incluindo os valores de dificuldade dos elementos.
- O não cumprimento destas regras, implica que as equipas não são integradas na competição.

Música

- As músicas devem dar entrada até dia **05 de maio, às 17h00** transferidas por “WeTransfer”, para o mail por via eletrónica para teamgym.agl@gmail.com;
- As músicas têm de estar devidamente identificadas com a sigla do clube, escalão, número e exercício. (EXP: Sigla do Clube_JVF1_Solo).
- Por segurança os clubes também têm de ser portadores das músicas em suporte digital (pen drive).

Equipamento e Emblemas nos fatos de competição

- É expressamente proibido que os/as ginastas ostentem no seu fato de competição a bandeira nacional nas competições em que estão a representar o seu clube. Deverão ter a bandeira do clube, mas sempre com as dimensões mínimas. Qualquer infração a esta regra implicará as penalizações previstas nos CoP sobre vestuário inadequado.
- Todos os ginastas têm de usar equipamento de acordo com o que se encontra definido nos regulamentos e Código de Pontuação de Teamgym.
- Todos os Treinadores têm de usar Fato de Treino (da Entidade) “convencional” e sapatilhas/Ténis. O não cumprimento desta regra resulta na impossibilidade de permanência no recinto de competição.

Protestos

O procedimento segue o estipulado no Regulamento de Competições/Eventos da AGL Época 2024/2025.

Cerimónias Protocolares

Durante a realização das cerimónias protocolares os ginastas devem apresentar-se de fato de treino do Clube e serem portadores do respetivo estandarte.

Público

A competição será aberta ao público limitada à lotação da bancada do pavilhão.

Com os melhores cumprimentos, votos de uma boa competição,

O Departamento Técnico de

Teamgym

Equipas – 1ª Divisão

SCP SF 37	Beatriz Raposo
	Bruna Li
	Bruna Silva
	Carolina Moreira
	Daniela Matos
	Joana Correia
	Kenya Dorweiler
	Madalena Gonçalves
	Marta Abrunhosa
	Petra Moreiras
	Catarina Carvalho
	Vera Pinto

SCP SM 38	Duarte Anastácio
	Duarte Costa
	Francisco Martins
	Lucas Cavaquinho
	Pedro Reis
	Pedro Costa
	Rodrigo Martins
	Victor Neto
	João Paiva

SCP SMx 39	Afonso Rodrigues
	Diogo Silva
	Rodrigo Coelho
	Tiago Pires
	Diogo Esculcas
	Francisco Araújo
	Cristina Moreira
	Filipa Panóias
	Inês Moutinho
	Joana Cardoso
	Sofia Brazão
	Margarida Sousa

SCP SEM 40	Rodrigo Correia
	João Peixinho
	Diogo Marchã
	João Melo
	Rodrigo Marouço
	Nelson Fernandes
	Francisco Correia
	Pedro Silva
	Vasco Peso
	Tiago Cruz
	João Salgueiro
Francisco Fouto	

Equipas - Divisão Base (AGL)

ADCLO_Inf_1	Gonçalo Ferreira
	Rui Carvalhinho
	Isabella Ochea
	Joana Carvalhinho
	Mia Gomes
	Olivia Fonseca
	Raquel Liberato
	Sara Nunes

CPN_Inf_2	Marta Palomar
	Isabel Mourato
	Esther Rodrigues
	Matilde Santos
	M ^a Francisca Silva
	Maria Burst
	Clara Saraiva
	Rita Morais
	Camila Vasconcelos

EDL_Inf_3	Concha Nascimento
	Caetana Borges
	Constança Santos
	Francisca Aleixo
	Leonor Sousa
	Maria Grenho
	Maria Aleixo
	Maria Fidélis
Maria Castanheira	

ADCLO_IF_4	Francisca Caravana
	Madalena Machado
	Maria do Carmo
	Maria Lima
	M ^a Benedita Pereira
	M ^a Inês Pascoal
	Matilde Coelho
	Sofia Lucas

CM_IF_5	Matilde Salgado
	Mafalda Borges
	Laura Freitas
	Inês Campos
	Carolina Sousa
	Madalena Sousa
	Inês Teives
	Madalena Loução
	Beatriz Barroso
Matilde Luís	
Madalena Fernandes	

CPN_IF_6	Leonor Costa
	Bruna Matos
	Ishani Kakoo
	Emília Figueiredo
	Clara Forte
	Inês Sol
	Alice Duarte

CSJB_IF_7	M ^a da Luz Ribeiro
	Teresa Silva
	Leonor Graça
	Teresa Sousa
	M ^a Leonor Almada
	M ^a Rita Carrolo
	Mariana Guilherme
	Sofia Ver-Cruz
	M ^a Constança Tito
	M ^a Inês Figueira
	Francisca Machado
	M ^a Francisca Belo

ESGC_IF_8	M ^a Clara Albergaria
	Carlota Gonçalves
	Luísa Lima
	M ^a da Paz Pimentão
	Vera Pinto
	Vera Castelo Branco
	Teresa Vinagre
	Luísa Almeida
	Sabrina Aliane
	M ^a Conceição Henriques

SCP_IF_9	Marta Luís
	Catarina Jarego
	Catarina Martins
	Carolina Pereira
	Carolina Santos
	Joana Dias
	Maria Oitavem
	Inês Oitavem
	Luna Queiroz
	Matilde Castro
Margarida Gouveia	

SCP_IF_10	Mariana Rebelo
	Benedita Fragoso
	Leonor Amaro
	Leonor Chambel
	Leonor Dias
	M ^a Madalena Falcão
	M ^a Teresa Lopes
	M ^a Teresa Saraiva
	Matilde Pinto
	Sara Dias
	Raquel Duarte

SCP_IM_11	Miguel Pedro
	Tomás Oliveira
	Vasco Oliveira
	Rodrigo Wellenkamp
	Henrique Pandeiro
	Djayson Sanches
	Lucas Wambecq

ADCLO_IMx_12	Frederico Ribeiro
	Salvador Henriques
	Sebastião Melo
	Letícia Bernardes
	Madalena Silva
	Maria Barradas
	M ^a Inês Mamede
	Pilar Rato

ESGC_IMx_13	Maria Sepúlveda
	Maria Rodrigues
	António Almeida
	Francisco Gomes
	Maria Vieira
	Maria Vareiro
	Matilde Domingues
	Mafalda Rebelo
	Madalena Cardoso

ADCLO_JvF_14	Bárbara Pereira
	Eva Matias
	Inês Lucas
	Leonor Teixeira
	Madalena Camoesas
	Mariana Soares
	Simone Barata
	Sofia Silva

CPA_JvF_15	Leonor Cláudio
	Margarida Gomes
	Laura Santos
	Maria Marques
	Inês Faria
	Inês Espadinha
	Margarida Costa
	Isabela Carriço

CSJB_JvF_16	Madalena Henriques
	Teresa Silva
	Catarina Machado
	Matilde Baptista
	Mafalda Mendes
	Diana Abreu
	Luísa Fontes
	Margarida Tavares
	Marta Franca
	Leonor Dias
	Francisca Leitão
	Joana Silva

ESGC_JvF_17	Isabel Pires
	Francisca Carvalho
	Maria da Luz Alpuim
	Pureza Albino
	Mafalda Rodrigues
	Mª Mafalda Vasconcelos
	Francisca Rodrigues
	Maria Clara Vareiro
	Madalena Braz
	Maria V Almeida
	Amélia Santos

PS_JvF_18	Carolina Caldas
	Margarida Baltasar
	Ana Carolina Diogo
	Daniela Neves
	Matilde Regueiró
	Iris Robalo
	Bárbara Bimbarra

SCP_JvF_19	Mafalda Barata
	Ana Maria Neves
	Júlia Mota
	Carminho Pina
	Madalena Ferreira
	Teresa Alves
	Maria Francisco
	Diana Constantino
	Diana Serra
	Carlota Macedo
	Mª Leonor Rodrigues

SCP_JvF_20	Beatriz Pinto
	Carminho Branco
	Carolina Silva
	Catarina Negrinho
	Concha Pereira
	Francisca Guterres
	Íris Silveira
	Joana Dorta
	Mª Rita Mila

STOS_JvF_21	Carolina Pereira
	Inês Matos
	Maria Semedo
	Inês Damião
	Marta Lopes
	Kyara Vaz
	Matilde Lopes

SCS_JvMx_22	Bernardo Dias
	Francisco Silva
	Maria Pinheiro
	Jaime Silva
	Dalila Silva
	Rita Nova
	Margarida Reis
	Madalena Barata

COL_JF_23	Matilde Pereira
	Marta Martins
	Inês Martinho
	Mª Clara Amaral
	Clarice Silva
	Lara Fernandes
	Matilde Firmo
	Lara Esteves

ESGC_JF_24	Mariana Chaves
	Ambre Poncetlet
	Pilar Henriques
	Leonor Barreto
	Ana Silva
	Marta Caldeira
	Maria Luísa Albino
	Mariana Franco
	Teresa Almeida
	Maria Costa Almeida
	Luísa Salgado

EDL_JF_25	Madalena Silva
	M ^a Rita Monteiro
	Margarida Carvalho
	Mafalda Santos
	Madalena Azevedo
	Mariana Soares

STOS_JF_28	Íris Jesus
	Catarina Silva
	Rita Lopes
	Carlota Nascimento
	Bárbara Pedro
	Matilde Calado
Maria Leão	

SCP_SF_31	Ariana Carvalho
	Gabriela Lorenço
	Margarida Matos
	Maria Gil
	Maria Vaz
	Mariana A. Silva
	Mariana G. Silva
	Marta Silva
	Matilde Martins
	Sara Fock
Catarina Silva	
Denise Machado	

CSJB_SMx_34	Simone Noronha
	Francisco Oliveira
	Matilde Simões
	António Marques
	Martinho Mendes
	Maria Figueiredo
	M ^a Leonor Mendonça
	Martim Ferreira
	Vasco Fernandes
	Margarida Francisco
	Maria Carreira
	Eduarda Paiva

SCP_JF_26	Bárbara Borreicho
	Carlota Oliveira
	Carlota Pereira
	Catarina Marques
	Eva Fonseca
	M ^a Leonor Oliveira
	Madalena Lousada
	Maria Marouço
Marta Calha	
Nicole Nobre	

CDAEAO_JMx_29	Rodrigo Sequeira
	Martim Almeida
	Guilherme Silva
	Inês Garcia
	Mafalda Penedo
Margarida Sequeira	

AGC_SMx_32	Guilherme Romana
	Tiago Neiva
	Luís Teixeira
	Miguel Albuquerque
	Rodrigo Neves
	Rodrigo Henriques
	Mafalda Nave
	Maria Morais
	Tatiana Li
	Matilde Martins
Ana Biltes	
Mariana Araújo	

SCP_SMx_35	Clara Palma
	Elgar Rosário
	Francisco Riscado
	Guilherme Wellenkamp
	Gustavo Dâmaso
	Inês Ribeiro
	Inês Duarte
	Lourenço Pirote
	Lua Branco
	Matilde Santiago
	Tiago Ressurreição
	Vitória Chucre

SCS_JF_27	Leonor Betencourt
	Nicole Reis
	Inês Nascimento
	Kiriana Neto
	Nicole Esteves
	Mia Guerreiro
	Júlia Silva
Rita Lourenço	

GCP_SF_30	Maria Monteiro
	Vera Marques
	M ^a Leonor Silva
	Carolina Pinho
	M ^a Leonor Água
	Rita Gama
	Pilar Sampaio
	Catarina Bacelar
	Marta Barroso
	Diana Ferreira
Lily Gregory	
Catarina Reynolds	

CDAEAO_SMx_33	Madalena Teles
	Rita Pereira
	Beatriz Ramalho
	Beatriz Couto
	Raquel Nunes
	Miguel Farinha
	Miguel Fernandes
Diogo Costa	

GCP_SM_36	Francisco Carvalho
	Manuel Morgado
	Afonso Roberto
	Noah Page
	Guilherme Dionísio
	Martim Curado
	José Caeiro
	João Domingos
	Afonso Costa
	Gonçalo Corgas

CM_Inf_41	M ^a Beatriz Câmara
	Alice Leite
	Mariana Mamede
	Beatriz Lima
	Sofia Rosa
	Francisca Conceição
	Leonor Pereira
	Rita Silva
	Alice Correia
	Pilar Brito

Horários

Sábado - 10 de maio de 2025 – 1^a Divisão (Seniores F/M/Mx e Sen Elite Masculino)

Treinos

PASSAGEM	HORÁRIO	SOLO	TUMBLING	TRAMPOLIM
1	09:30	SCP_SM_38	SCP_SMx_39	
2	09:40	SCP_SEM_40		SCP_SF_37
3	09:50		SCP_SM_38	SCP_SMx_39
4	10:00	SCP_SF_37	SCP_SEM_40	
5	10:10	SCP_SMx_39		SCP_SM_38
6	10:20		SCP_SF_37	SCP_SEM_40

Competição

PASSAGEM	HORÁRIO	SOLO	TUMBLING	TRAMPOLIM
	10:35	3' AQUECIMENTO		
1	10:38	SCP_SM_38	SCP_SMx_39	
	10:49	3' AQUECIMENTO		
2	10:52	SCP_SEM_40		SCP_SF_37
	11:03	3' AQUECIMENTO		
3	11:06		SCP_SM_38	SCP_SMx_39
	11:17	3' AQUECIMENTO		
4	11:20	SCP_SF_37	SCP_SEM_40	
	11:31	3' AQUECIMENTO		
5	11:34	SCP_SMx_39		SCP_SM_38
	11:45	3' AQUECIMENTO		
6	11:48		SCP_SF_37	SCP_SEM_40
12h05 - Cerimónia de Entrega de Prémios - 1 ^a Divisão				

10 de maio de 2025 – Divisão Base (Juniões Mx e Seniores F/Mx/M)

Treinos

PASSAGEM	HORÁRIO	SOLO	TUMBLING	TRAMPOLIM
1	13:00	GCP_SF_30	CDAEAO_JMx_29	CSJB_SMx_34
2	13:10	GCP_SM_36	CDAEAO_SMx_33	AGC_SMx_32
3	13:20	SCP_SF_31	SCP_SMx_35	CDAEAO_JMx_29
4	13:30	CSJB_SMx_34	GCP_SF_30	CDAEAO_SMx_33
5	13:40	AGC_SMx_32	GCP_SM_36	SCP_SMx_35
6	13:50	CDAEAO_JMx_29	SCP_SF_31	GCP_SF_30
7	14:00	CDAEAO_SMx_33	CSJB_SMx_34	GCP_SM_36
8	14:10	SCP_SMx_35	AGC_SMx_32	SCP_SF_31

Competição

PASSAGEM	HORÁRIO	SOLO	TUMBLING	TRAMPOLIM
	14:25	3' AQUECIMENTO		
1	14:28	GCP_SF_30	CDAEAO_JMx_29	CSJB_SMx_34
	14:39	3' AQUECIMENTO		
2	14:42	GCP_SM_36	CDAEAO_SMx_33	AGC_SMx_32
	14:53	3' AQUECIMENTO		
3	14:56	SCP_SF_31	SCP_SMx_35	CDAEAO_JMx_29
	15:07	3' AQUECIMENTO		
4	15:10	CSJB_SMx_34	GCP_SF_30	CDAEAO_SMx_33
	15:21	3' AQUECIMENTO		
5	15:24	AGC_SMx_32	GCP_SM_36	SCP_SMx_35
	15:35	3' AQUECIMENTO		
6	15:38	CDAEAO_JMx_29	SCP_SF_31	GCP_SF_30
	15:49	3' AQUECIMENTO		
7	15:52	CDAEAO_SMx_33	CSJB_SMx_34	GCP_SM_36
	16:03	3' AQUECIMENTO		
8	16:06	SCP_SMx_35	AGC_SMx_32	SCP_SF_31
16h20 - Cerimónia de Entrega de Prémios - Div. Base				

10 de maio de 2025 – Divisão Base (Juvenis F/Mx)

Treinos

PASSAGEM	HORÁRIO	SOLO	TUMBLING	TRAMPOLIM
1	16:50	ADCLO_JvF_14	CPA_JvF_15	ESGC_JvF_17
2	17:00	PS_JvF_18	CSJB_JvF_16	SCP_JvF_19
3	17:10	SCS_JvMx_22	STOS_JvF_21	SCP_JvF_20
4	17:20	ESGC_JvF_17	ADCLO_JvF_14	CPA_JvF_15
5	17:30	SCP_JvF_19	PS_JvF_18	CSJB_JvF_16
6	17:40	SCP_JvF_20	SCS_JvMx_22	STOS_JvF_21
7	17:50	CPA_JvF_15	ESGC_JvF_17	ADCLO_JvF_14
8	18:00	CSJB_JvF_16	SCP_JvF_19	PS_JvF_18
9	18:10	STOS_JvF_21	SCP_JvF_20	SCS_JvMx_22

Competição

PASSAGEM	HORÁRIO	SOLO	TUMBLING	TRAMPOLIM
	18:25	3' AQUECIMENTO		
1	18:28	ADCLO_JvF_14	CPA_JvF_15	ESGC_JvF_17
	18:39	3' AQUECIMENTO		
2	18:42	PS_JvF_18	CSJB_JvF_16	SCP_JvF_19
	18:53	3' AQUECIMENTO		
3	18:56	SCS_JvMx_22	STOS_JvF_21	SCP_JvF_20
	19:07	3' AQUECIMENTO		
4	19:10	ESGC_JvF_17	ADCLO_JvF_14	CPA_JvF_15
	19:21	3' AQUECIMENTO		
5	19:24	SCP_JvF_19	PS_JvF_18	CSJB_JvF_16
	19:35	3' AQUECIMENTO		
6	19:38	SCP_JvF_20	SCS_JvMx_22	STOS_JvF_21
	19:49	3' AQUECIMENTO		
7	19:52	CPA_JvF_15	ESGC_JvF_17	ADCLO_JvF_14
	20:03	3' AQUECIMENTO		
8	20:06	CSJB_JvF_16	SCP_JvF_19	PS_JvF_18
	20:17	3' AQUECIMENTO		
9	20:20	STOS_JvF_21	SCP_JvF_20	SCS_JvMx_22
20h35 - Cerimónia de Entrega de Prémios - 1ª Divisão				

Domingo - 11 de maio de 2025 – Divisão Base (Infantis e Iniciados Mx)

Treinos

PASSAGEM	HORÁRIO	SOLO	TUMBLING	TRAMPOLIM
1	09:00	ADCLO_Inf_1	CPN_Inf_2	EDL_Inf_3
2	09:10	ADCLO_IMx_12	CM_Inf_41	ESGC_IMx_13
3	09:20	SCP_IM_11	ADCLO_Inf_1	CPN_Inf_2
4	09:30	EDL_Inf_3	ADCLO_IMx_12	CM_Inf_41
5	09:40	ESGC_IMx_13	SCP_IM_11	ADCLO_Inf_1
6	09:50	CPN_Inf_2	EDL_Inf_3	ADCLO_IMx_12
7	10:00	CM_Inf_41	ESGC_IMx_13	SCP_IM_11

Competição

PASSAGEM	HORÁRIO	SOLO	TUMBLING	TRAMPOLIM
	10:15	3' AQUECIMENTO		
1	10:18	ADCLO_Inf_1	CPN_Inf_2	EDL_Inf_3
	10:29	3' AQUECIMENTO		
2	10:32	ADCLO_IMx_12	CM_Inf_41	ESGC_IMx_13
	10:43	3' AQUECIMENTO		
3	10:46	SCP_IM_11	ADCLO_Inf_1	CPN_Inf_2
	10:57	3' AQUECIMENTO		
4	11:00	EDL_Inf_3	ADCLO_IMx_12	CM_Inf_41
	11:11	3' AQUECIMENTO		
5	11:14	ESGC_IMx_13	SCP_IM_11	ADCLO_Inf_1
	11:25	3' AQUECIMENTO		
6	11:28	CPN_Inf_2	EDL_Inf_3	ADCLO_IMx_12
	11:39	3' AQUECIMENTO		
7	11:42	CM_Inf_41	ESGC_IMx_13	SCP_IM_11
11:55 - Cerimónia de Entrega de Prémios - Div. Base				

11 de maio de 2025 – Divisão Base (Iniciados F)

Treinos

PASSAGEM	HORÁRIO	SOLO	TUMBLING	TRAMPOLIM
1	12:20	ADCLO_IF_4	CM_IF_5	CPN_IF_6
2	12:30	CSJB_IF_7	ESGC_IF_8	SCP_IF_9
3	12:40	CPN_IF_6	ADCLO_IF_4	SCP_IF_10
4	12:50	SCP_IF_9	CSJB_IF_7	CM_IF_5
5	13:00	SCP_IF_10	CPN_IF_6	ESGC_IF_8
6	13:10	CM_IF_5	SCP_IF_9	ADCLO_IF_4
7	13:20	ESGC_IF_8	SCP_IF_10	CSJB_IF_7

Competição

PASSAGEM	HORÁRIO	SOLO	TUMBLING	TRAMPOLIM
	13:35	3' AQUECIMENTO		
1	13:38	ADCLO_IF_4	CM_IF_5	CPN_IF_6
	13:49	3' AQUECIMENTO		
2	13:52	CSJB_IF_7	ESGC_IF_8	SCP_IF_9
	14:03	3' AQUECIMENTO		
3	14:06	CPN_IF_6	ADCLO_IF_4	SCP_IF_10
	14:17	3' AQUECIMENTO		
4	14:20	SCP_IF_9	CSJB_IF_7	CM_IF_5
	14:31	3' AQUECIMENTO		
5	14:34	SCP_IF_10	CPN_IF_6	ESGC_IF_8
	14:45	3' AQUECIMENTO		
6	14:48	CM_IF_5	SCP_IF_9	ADCLO_IF_4
	14:59	3' AQUECIMENTO		
7	15:02	ESGC_IF_8	SCP_IF_10	CSJB_IF_7
15:15 - Cerimónia de Entrega de Prémios - Div. Base				

11 de maio de 2025 – Divisão Base (Juniões F)

Treinos

PASSAGEM	HORÁRIO	SOLO	TUMBLING	TRAMPOLIM
1	15:40	ESGC_JF_24	COL_JF_23	SCS_JF_27
2	15:50	EDL_JF_25	SCP_JF_26	STOS_JF_28
3	16:00	SCS_JF_27	ESGC_JF_24	COL_JF_23
4	16:10	STOS_JF_28	EDL_JF_25	SCP_JF_26
5	16:20	COL_JF_23	SCS_JF_27	ESGC_JF_24
6	16:30	SCP_JF_26	STOS_JF_28	EDL_JF_25

Competição

PASSAGEM	HORÁRIO	SOLO	TUMBLING	TRAMPOLIM
	16:35	3' AQUECIMENTO		
1	16:38	ESGC_JF_24	COL_JF_23	SCS_JF_27
	16:49	3' AQUECIMENTO		
2	16:52	EDL_JF_25	SCP_JF_26	STOS_JF_28
	17:03	3' AQUECIMENTO		
3	17:06	SCS_JF_27	ESGC_JF_24	COL_JF_23
	17:17	3' AQUECIMENTO		
4	17:20	STOS_JF_28	EDL_JF_25	SCP_JF_26
	17:31	3' AQUECIMENTO		
5	17:34	COL_JF_23	SCS_JF_27	ESGC_JF_24
	17:45	3' AQUECIMENTO		
6	17:48	SCP_JF_26	STOS_JF_28	EDL_JF_25
18h00 - Cerimónia de Entrega de Prémios - Div. Base				



Associação de Ginástica de Lisboa