

Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



CIRCULAR Nº 0137/2021

Lisboa, 25 de junho 2021

DISTRIBUIÇÃO: ATs e Clubes

ASSUNTO: Ginástica Aeróbica - Campeonato Nacional Base

Exmos. Senhores,

Pela presente se enviam as devidas informações sobre a competição em epígrafe.

Competição: Campeonato Nacional de Divisão Base
Data: 03 de julho
Local: Pavilhão da Escola Secundária do Castelo da Maia
Rua Serafim da Cruz – Castelo da Maia

Direção da Competição:

Diretora Executiva: Sara Luna
Diretora Técnica: Maria Félix

Diretor da FGP: Vera Leitão

Programa da Competição (Previsão)

03 de julho (sábado)	
08h15	Abertura do Recinto
08h30	Treinos de Pódio (por clubes)
11h00	Reunião de Juizes
13h30	Início da Competição
16h30	Intervalo
16h45	Retoma da Competição
18h50	Fim da Competição
18h50	Cerimónias Protocolares Virtuais

*A ordem de passagem e respetivos horários de competição – em anexo.



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



1. Adaptação ao praticável: Treinos de “Pódio”

Clubes	Entrada	Aquecimento	Zona de Espera	Praticável	Saída
AGCM	08:20:00	08:30:00	08:50:00	09:00:00	09:20:00
GUI	08:40:00	08:50:00	09:14:00	09:20:00	09:44:00
A4G	09:04:00	09:14:00		09:44:00	10:20:00
ACG	09:40:00	09:50:00	10:14:00	10:20:00	10:44:00
AGCC	10:04:00	10:14:00	10:36:00	10:44:00	11:06:00
URD	10:26:00	10:36:00	11:00:00	11:06:00	11:30:00
GDUC	10:26:00	10:36:00	11:00:00	11:06:00	11:30:00
AAPG	10:26:00	10:36:00	11:00:00	11:06:00	11:30:00
AMR8J	10:50:00	11:00:00	11:22:00	11:30:00	11:52:00
ABOX	10:50:00	11:00:00	11:22:00	11:30:00	11:52:00
ABGC	11:02:00	11:22:00	11:40:00	11:52:00	12:10:00
MTJ	11:02:00	11:22:00	11:40:00	11:52:00	12:10:00
CAGPD	11:30:00	11:40:00		12:10:00	12:22:00

2. Ginastas/Categorias Participantes

Escalão Iniciado

Individual Masculino	
Miguel Reis	ACG
Simão Gonçalves	GUI
Individual Feminino	
Filipa Cruz	A4G
Beatriz Lucas	A4G
Angelica Yanenko	A4G
Ana Beatriz Sousa	A4G
Inês Lavrador Torres	ABOX
Maria Rita Nunes	ABOX
Gabriela Ferreira	ACG
Lara Cunha	ACG
Maria Carolina Vaz	AgCC
Carolina Páscoa	AGCM
Ana Paula Gomes	AGCM
Iara Costa	AGCM
Ivana Costa	AGCM



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



Matilde Ferreira	CAGPD
Maria Leonor Fernandes	GUI
Ana Beatriz Garcia	MTJ
Diana Gonçalves	MTJ
Francisca Lopes	URD
Trio	
Filipa Cruz - Ana Beatriz Sousa - Beatriz Lucas	A4G
Marques - Leal - Ferreira	ACG
Leonor Moreira - Joana Saraiva - Madalena Lopes	AgCC
Beatriz da Rocha - Francisca Pereira - Beatriz Alves	AgCC
Maria Inês Várzeas - Epifânea Augusto - Carolina Dinis	AgCC
Carolina Páscoa - Iara Costa - Ivane Costa	AGCM
Grupo	
Anita Franco - Maria Beatriz - Constança Rodrigues - Carolina Abrantes - Maria Inês Marques	A4G
Filipa Cruz - Ana Beatriz Sousa - Beatriz Lucas - Angelico Yanenko - Camila Gorgulho	A4G
Ferreira - Marques - Grácio - Cunha - Leal	ACG
Simão Gonçalves - Leonor Henriques - Sofia Borges - Ana Marques - Isis Sousa	GUI

Escalão Juvenil

Individual Feminino	
Francisca Sucena	A4G
Maria Teixeira	A4G
Mafalda Balreira	A4G
Maria Inês Costa	AAPG
Laura Santos	ABGC
Júlia Pereira	ACG
Beatriz Oliveira	AgCC
Bruna Gomes	AgCC
Ana Gomes	AGCM
Leonor Faria	AGCM
Ilinca Dabija	AGCM
Iris Gonçalves	AMR8J



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



Margarida Sardinha	AMR8J
Érica Valente	AMR8J
Carolina Rodrigues	AMR8J
Iulia Gaydayenko	AMR8J
Matilde Cordeiro	CAGPD
Mariana Farias	CAGPD
Ana Bianca Almeida	GDUC
Leonor Quintas	GDUC
Maria Martins	GDUC
Maria Duarte	GUI
Daniela Matos	GUI
Carolina Gonçalves	GUI
Leonor Martins	GUI
Maria Belchior	MTJ
Maria Flor Alves	URD
Trio	
Mafalda Balreira - Francisca Sucena - Maria Teixeira	A4G
Maria Celourico Marques - Filipa Rodrigues - Iris Fonseca	AgCC
Constança Gonçalves - Sara Carnim - Maria Inês Assunção	AgCC
Leonor Faria - Ana Gomes - Ilinca Dabija	AGCM
Margarida Sardinha - Irina Cabrita - Sofia Borges	AMR8J
Iris Gonçalves - Iulia Gaydayenko - Carolina Rodrigues	AMR8J
Ana Almeida - Leonor Quintas - Maria Martins	GDUC
Isa Castro - Leonor Coelho - Iris Lopes	GUI
Grupo	
Matilde Marques - Mariana Costa - Raissa Santo - Miriam Carmo - Maria Inês Costa	AAPG
Iris Gonçalves - Iulia Gaydayenko - Carolina Rodrigues - Maria Carreira - Beatriz Marinho	AMR8J
Clara Barreira - Margarida Soares - Daniela Matos - Margarida Monteiro - Nádia Pereira	GUI
Mafalda Macedo - Rafaela Brito - Nádia Almeida - Maria Flor Alves - Maria Rita Santos	URD



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



Escalão Júnior

Individual Masculino	
Quirilo Yanenko	A4G
Milton Arede	A4G
Individual Feminino	
Matilde Silvestre	A4G
Joana Costa	AAPG
Beatriz Pinto	ABGC
Ana Cruz	ABGC
Maria Oliveira	ABGC
Inês Miranda	ACG
Sofia Loureiro	ACG
Iris Gomes	AgCC
Ana Rita Martins	AGCM
Catarina Carvalho	AMR8J
Matilde Medeiros	CAGPD
Sofia Moniz	CAGPD
Ana André Silva	GUI
Leonor Rita	URD
Par Misto	
Ivo Lopes - Clara Fernandes	ACG
Trio	
Ana Cruz - Leonie Brito - Lara Martins	ABGC
Fernandes - Lopes - Miranda	ACG
Mariana Farias - Matilde Medeiros - Sofia Moniz	CAGPD
Grupo	
Leonie Brito - Lara Martins - Marta Fernandes - Rita Vieira - Inês Santos	ABGC
Fernandes - Lopes - Miranda - Loureiro - Martins	ACG

Escalão Sénior

Individual Feminino	
Cintia Simões	ACG
Cintia Oliveira	GUI



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



Aerodance Esperanças

Mafalda Balreira - Francisca Sucena - Maria Teixeira - Diana Formiga - Mariana Vieira - Beatriz Duarte	A4G
Maria Inês Várzeas - Epifânea Augusto - Carolina Dinis - Matilde Vicente - Maria João Sousa - Maria do Carmo Vilaça - Bruna Gomes	AgCC
Beatriz da Rocha Neves - Francisca Pereira - Beatriz Alves - Maria Celorico Marques - Filipa Rodrigues - Iris Fonseca - Maria Beatriz Noro	AgCC
Clara Barreira - Margarida Monteiro - Nádia Pereira - Maria Duarte - Isa Castro - Leonor Coelho - Iris Lopes - Carolina Gonçalves - Leonor Martins	GUI
Mafalda Macedo - Rafaela Brito - M ^a Carolina Maia - M ^a Flor Alves - Nádia Almeida - M ^a Rita Santos	URD

Aerodance Absolutos

Maria Coutinho - Joana Matos - Joana Inês Almeida - Carolina Santos - Bruna Silva - Carolina Cruz - Beatriz Brandão - Diana Diogo	A4G
Matilde Silvestre - Mariana Cruz - Gabriela Oliveira - Carolina Balreira - Francisca Sucena - Ana Sofia Loureiro	A4G
Ana André Silva - Joana Silva - Joana Martins - Ana Isabel Torres - Carolina Bastos - Cintia Oliveira	GUI

3. Equipas Participantes

Escalão Júnior

Academia CantanhedeGym
Sofia Loureiro
Inês Miranda
Ivo Lopes - Clara Fernandes
Fernandes - Lopes - Miranda
Fernandes - Lopes - Miranda - Loureiro - Martins



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



4. Refeições

- O clube co-organizador, Academia de Ginástica do Castelo da Maia, está a organizar as refeições de sábado (almoço e jantar) no refeitório da escola. Posteriormente, iremos enviar um ficheiro/Excel (com as informações necessárias sobre as refeições), que deverá ser devolvido, devidamente preenchido, por via eletrónica para agcm.geral@gmail.com, até às **18h00 do dia 01 de julho**.

5. Músicas

- Todas as músicas têm de dar entrada na FGP até às **17h00 de 5ª feira, 01 de julho**, enviadas por via eletrónica para sara.luna@ginastica.org, em formato mp3.
- Todas as músicas têm de ser enviadas através de WeTransfer
- As músicas têm que estar devidamente identificadas, utilizando o Nº de prova_ Categoria_ Escalão_ Nomes dos ginastas_ Nome do Clube.
(Ex:136_IF_SEN_Primeiro e último nome_sigla do clube)
- Todos os Clubes deverão ser portadores das músicas em formato digital, devidamente identificados.

6. 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 desejarem 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.

7. Participação em Competição

- A presença no recinto da competição só é permitida **a ginastas, treinadores, delegados (1 por clube) e juizes filiados na FGP** na presente época. A juntar a isso, os treinadores devem ter o seu Título Profissional de Treinador de Desporto válido.
- Treinadores com os TPTD caducados não podem aceder/permanecer no recinto.
- Só podem entrar no recinto de prova pessoas acreditadas para a mesma (ginastas, treinadores e delegados inscritos pelos respetivos clubes e juizes indicados pelo CA), elementos da organização.
- Todos os participantes (ginastas, treinadores, juizes e delegados), devem ser portadores do cartão de cidadão e cartão de filiado na FGP (caso o possuam).
- Todos os participantes têm obrigatoriamente à entrada do recinto desportivo apresentarem o **Termo de Responsabilidade** que enviamos em anexo, preenchido. O mesmo deverá ser entregue à entrada do recinto na acreditação.



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



- Após aprovação da DGS será enviado o Plano de Contingência deste evento, o qual foi elaborado de forma a minimizar os riscos e garantir a segurança de todos. O mesmo deve ser do conhecimento de todos os participantes. Espera-se que todos cumpram as regras em vigor de forma a garantir que no futuro possamos organizar mais eventos.
- De acordo com a orientação nº 036/2020 da DGS, o organizador está obrigado a efetuar um registo de todas as pessoas presentes no recinto, assim sendo, durante toda a competição, haverá lugar a um registo de entrada/saída que incluirá nome, contacto telefónico, data e hora, respeitando as orientações da DGS para efeitos de eventual vigilância epidemiológica. Nesse sentido, solicitava que até ao **dia 29 de junho** nos enviassem o documento em Excel, que se envia em anexo, devidamente preenchido com os **dados de cada participantes (ginastas, treinadores, delegados e juizes)**.

8. Circulação no recinto e higienização

- Os participantes apenas podem circular nas áreas identificadas e assinaladas no recinto de competição.
- Existe uma área de isolamento indicada no mapa de acordo com o prescrito na orientação nº 036/2020 para onde deverá ser encaminhada qualquer pessoa com sintomas compatíveis com a COVID-19;
- Todos os intervenientes no evento devem usar máscara desde que entram no recinto até que saiam, sendo apenas feita uma exceção para ginastas quando se encontrem a executar exercício físico vigoroso ou a realizar os seus exercícios/séries em competição. O que significa que **durante o aquecimento e treinos nos praticáveis/espacos antes da competição será obrigatório o uso de máscara**;
- Existem doseadores de solução de base alcoólica a pelo menos 70% de concentração em todos os pontos de acesso à infraestrutura onde realiza o evento, assim como nos pontos de acesso ao recinto de competição e de aquecimento, sendo obrigatório que todas as pessoas que passem por estes pontos higienizem as mãos todas as vezes que o façam.
- Antes da realização do evento o recinto de competição e de aquecimento, serão cuidadosamente higienizados.
- Deve ser assegurada uma distância de pelo menos 2 metros entre os participantes incluindo juizes, treinadores e ginastas, sendo que as zonas de espera e de trabalho de juizes devem considerar essa obrigação. Caso exista uma estrutura física/barreira de separação o distanciamento pode ser menor.
- Não deverá haver partilha de objetos pelos participantes.
- Não é permitido fumar na instalação de acordo com a lei em vigor nem no exterior num raio mínimo de 50 metros relativamente à (s) entrada (s) da instalação. O limite será devidamente assinalado.



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



9. Competição

- As entradas no recinto estão controladas e limitadas por forma a que não se ultrapasse o número máximo de pessoas possível, no espaço. Assim, cada participante só poderá entrar no pavilhão no seu horário, não podendo haver exceções. As ginastas e respetivas treinadoras podem permanecer no pavilhão (local a indicar) até ao final da competição do seu período (manhã ou tarde).
- O sorteio dos ginastas será condicionado, tanto quanto possível, tendo sido realizado pela proximidade com o local da competição, por clube e depois por equipa. Assim pretende-se minimizar o risco de contágio (uma vez que essas ginastas já treinam juntas) e facilitar a organização também das treinadoras no recinto, evitando que não consigam acompanhar todas as suas ginastas na competição.
- Não será permitido mais do que dois treinadores por ginasta dentro da zona de aquecimento/competição.
- **Os delegados, quando presentes, devem assistir à competição na zona de espera, não podendo permanecer/circular na zona de treinos.**
- Assim que as ginastas entram no pavilhão devem ir para a zona de aquecimento e só depois para o praticável de competição, no seu período de treino de pódio.
- Os ginastas estão organizados em grupos de 8 a 10, em cada zona.
- Ao contrário do que é habitual, haverá duas frentes de praticável, de forma a colocar os dois painéis de juízes. O que significa que uma rotina é feita para uma frente e a outra para outra.
- Não haverá desfile inicial.
- Não será possível a utilização dos balneários, apenas as casas de banho.
- A responsabilidade da ficha de protestos é da responsabilidade de cada clube. Devem trazê-la impressa para qualquer eventualidade. Não será disponibilizada pela organização. O mesmo em relação a canetas.

10. Cerimónias Protocolares

- Não haverá cerimónias protocolares presenciais. As mesmas serão realizadas de forma virtual. Para que isso seja possível pede-se aos clubes que enviem **uma foto de cada categoria e equipa(s) participante** em que as ginastas estejam em fato de treino do clube respetivo e perfilados até ao dia **29 de junho**.

11. Espetadores

- O pavilhão no qual irá decorrer a competição, não tem bancadas, pelo que não haverá espetadores no recinto.

12. Clubes Participantes (#13)

- A4G – All4Gym – Associação Gímnica de Águeda



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



- AAPG – Associação de Amigos do Pinhal General
- ABGC – Associação Barreiro Ginásio Clube
- ACG – Academia Cantanhede Gym
- AgCC – Acrogym Clube de Coimbra
- AGCM – Academia de Ginástica do Castelo da Maia
- AMR8J – Academia Musical e Recreativa 8 Janeiro
- ABox – Aureabox
- CAGPD – Clube de Atividades Gímnicas de Ponta Delgada
- GDUC – Grupo Desportivo Unidos Caxienses
- GUI – Guimagym
- MTJ – Associação Gymno Desportiva do Montijo
- URD – União Recreativa do Dafundo

Cumprimentos,

A Diretora Executiva

(Teresa Loureiro)

Anexos:

- Termo de Responsabilidade
- Lista de contactos
- Planta de circulação
- Ordem de passagem





Campeonato Nacional Base
Ginástica Aeróbica
Pavilhão Escola Secundária Castelo da Maia
03 de julho 2021



Nº	Cat.	Esc.	Aquec.	Espera	Hora	Ginastas	Clube	Painel	Observ.
					08:15:00	Abertura do Recinto/Treinos de Pódio			
					11:00:00	Reunião de Juízes			
1	IM	INI	13:00:00	13:28:00	13:30:00	Miguel Reis	ACG	A	
2	IF	JUV			13:33:00	Maria Duarte	GUI	B	
3	IM	INI			13:36:00	Simão Gonçalves	GUI	A	
4	IF	JUV			13:39:00	Carolina Gonçalves	GUI	B	
5	IF	INI			13:42:00	Maria Leonor Fernandes	GUI	A	
6	IF	JUV			13:45:00	Daniela Matos	GUI	B	
7	IF	INI			13:48:00	Maria Carolina Vaz	AgCC	A	
8	IF	JUV			13:51:00	Leonor Martins	GUI	B	
9	IF	INI			13:54:00	Matilde Ferreira	CAGPD	A	
10	IF	JUV			13:57:00	Mariana Farias	CAGPD	B	
11	IF	INI	13:30:00	13:58:00	14:00:00	Lara Cunha	ACG	A	
12	IF	JUV			14:03:00	Matilde Cordeiro	CAGPD	B	
13	IF	INI			14:06:00	Gabriela Ferreira	ACG	A	
14	IF	JUV			14:09:00	Júlia Pereira	ACG	B	
15	IF	INI			14:12:00	Ana Paula Gomes	AGCM	A	
16	IF	JUV			14:15:00	Ilinca Dabija	AGCM	B	
17	IF	INI			14:18:00	Ivana Costa	AGCM	A	
18	IF	JUV			14:21:00	Leonor Faria	AGCM	B	
19	IF	INI			14:24:00	Carolina Páscoa	AGCM	A	
20	IF	JUV			14:27:00	Ana Gomes	AGCM	B	
21	IF	INI			14:30:00	Iara Costa	AGCM	A	
22	IF	JUV	14:03:00	14:31:00	14:33:00	Mafalda Balreira	A4G	B	
23	IF	INI			14:36:00	Beatriz Lucas	A4G	A	
24	IF	JUV			14:39:00	Maria Teixeira	A4G	B	
25	IF	INI			14:42:00	Angelica Yanenko	A4G	A	
26	IF	JUV			14:45:00	Francisca Sucena	A4G	B	
27	IF	INI			14:48:00	Ana Beatriz Sousa	A4G	A	
28	IF	JUV			14:51:00	Maria Inês Costa	AAPG	B	

Nº	Cat.	Esc.	Aquec.	Espera	Hora	Ginastas	Clube	Painel	Observ.
29	IF	INI			14:54:00	Filipa Cruz	A4G	A	
30	IF	JUV			14:57:00	Beatriz Oliveira	AgCC	B	
31	IF	INI			15:00:00	Inês Lavrador Torres	ABOX	A	
32	IF	JUV			15:03:00	Bruna Gomes	AgCC	B	
33	IF	INI			15:06:00	Maria Rita Nunes	ABOX	A	
34	IF	JUV	14:39:00	15:00:00	15:09:00	Laura Santos	ABGC	B	
35	IF	INI			15:12:00	Diana Gonçalves	MTJ	A	
36	IF	JUV			15:15:00	Maria Belchior	MTJ	B	
37	IF	INI			15:18:00	Ana Beatriz Garcia	MTJ	A	
38	IF	JUV			15:21:00	Maria Flor Alves	URD	B	
39	IF	INI			15:24:00	Francisca Lopes	URD	A	
40	IF	JUV			15:27:00	Iulia Gaydayenko	AMR8J	B	
41	TR	INI			15:30:00	Beatriz da Rocha - Francisca Pereira - Beatriz Alves	AgCC	A	
42	IF	JUV	15:03:00	15:28:00	15:33:00	Margarida Sardinha	AMR8J	B	
43	TR	INI			15:36:00	Maria Inês Várzeas - Epifânea Augusto - Carolina Dinis	AgCC	A	
44	IF	JUV			15:39:00	Iris Gonçalves	AMR8J	B	
45	TR	INI			15:42:00	Leonor Moreira - Joana Saraiva - Madalena Lopes	AgCC	A	
46	IF	JUV			15:45:00	Carolina Rodrigues	AMR8J	B	
47	TR	INI	15:18:00	15:40:00	15:48:00	Filipa Cruz - Ana Beatriz Sousa - Beatriz Lucas	A4G	A	
48	IF	JUV			15:51:00	Érica Valente	AMR8J	B	
49	TR	INI			15:54:00	Carolina Páscoa - Iara Costa - Ivane Costa	AGCM	A	
50	IF	JUV			15:57:00	Ana Bianca Almeida	GDUC	B	
51	TR	INI			16:00:00	Marques - Leal - Ferreira	ACG	A	
52	IF	JUV	15:33:00	15:55:00	16:03:00	Leonor Quintas	GDUC	B	
53	GR	INI			16:06:00	Anita Franco - Maria Beatriz - Constança Rodrigues - Carolina Abrantes - Maria Inês Marques	A4G	A	
54	IF	JUV			16:09:00	Maria Martins	GDUC	B	
55	GR	INI			16:12:00	Filipa Cruz - Ana Beatriz Sousa - Beatriz Lucas - Angelico Yanenko - Camila	A4G	A	
56	IF	SEN	15:45:00	16:13:00	16:15:00	Cintia Simões	ACG	B	
57	GR	INI			16:18:00	Ferreira - Marques - Grácio - Cunha - Leal	ACG	A	
58	IF	SEN			16:21:00	Cintia Oliveira	GUI	B	
59	GR	INI			16:24:00	Simão Gonçalves - Leonor Henriques - Sofia Borges - Ana Marques - Isis Sousa	GUI	A	

Nº	Cat.	Esc.	Aquec.	Espera	Hora	Ginastas	Clube	Painel	Observ.
Intervalo									
60	TR	JUV	16:15:00	16:35:00	16:45:00	Mafalda Balreira - Francisca Sucena - Maria Teixeira	A4G		B
61	IM	JUN			16:48:00	Quirilo Yanenko	A4G	A	
62	TR	JUV			16:51:00	Isa Castro - Leonor Coelho - Iris Lopes	GUI		B
63	IM	JUN			16:54:00	Milton Arede	A4G	A	
64	TR	JUV	16:27:00	16:45:00	16:57:00	Maria Celourico Marques - Filipa Rodrigues - Iris Fonseca	AgCC		B
65	IF	JUN			17:00:00	Iris Gomes	AgCC	A	
66	TR	JUV			17:03:00	Constança Gonçalves - Sara Carnim - Maria Inês Assunção	AgCC		B
67	IF	JUN			17:06:00	Ana Rita Martins	AGCM	A	
68	TR	JUV			17:09:00	Leonor Faria - Ana Gomes - Ilinca Dabija	AGCM		B
69	IF	JUN	16:42:00	17:00:00	17:12:00	Catarina Carvalho	AMR8J	A	
70	TR	JUV			17:15:00	Margarida Sardinha - Irina Cabrita - Sofia Borges	AMR8J		B
71	IF	JUN			17:18:00	Inês Miranda	ACG	A	
72	TR	JUV			17:21:00	Iris Gonçalves - Iulia Gaydayenko - Carolina Rodrigues	AMR8J		B
73	IF	JUN			17:24:00	Sofia Loureiro	ACG	A	
74	TR	JUV	16:57:00	17:15:00	17:27:00	Ana Almeida - Leonor Quintas - Maria Martins	GDUC		B
75	IF	JUN			17:30:00	Joana Costa	AAPG	A	
76	GR	JUV			17:33:00	Matilde Marques - Mariana Costa - Raissa Santo - Miriam Carmo - Maria Inês Costa	AAPG		B
77	IF	JUN	17:06:00	17:25:00	17:36:00	Leonor Rita	URD	A	
78	GR	JUV			17:39:00	Mafalda Macedo - Rafaela Brito - Nádía Almeida - Maria Flor Alves - Maria Rita Santos	URD		B
79	IF	JUN			17:42:00	Matilde Medeiros	CAGPD	A	
80	GR	JUV			17:45:00	Iris Gonçalves - Iulia Gaydayenko - Carolina Rodrigues - Maria Carreira - Beatriz Marinho	AMR8J		B
81	IF	JUN			17:48:00	Sofia Moniz	CAGPD	A	
82	GR	JUV	17:21:00	17:45:00	17:51:00	Clara Barreira - Margarida Soares - Daniela Matos - Margarida Monteiro - Nádía Pereira	GUI		B
83	IF	JUN			17:54:00	Ana Cruz	ABGC	A	
84	PM	JUN			17:57:00	Ivo Lopes - Clara Fernandes	ACG		B
85	IF	JUN			18:00:00	Beatriz Pinto	ABGC	A	

Nº	Cat.	Esc.	Aquec.	Espera	Hora	Ginastas	Clube	Painel	Observ.
86	TR	JUN	17:33:00	17:55:00	18:03:00	Mariana Farias - Matilde Medeiros - Sofia Moniz	CAGPD	B	
87	IF	JUN			18:06:00	Maria Oliveira	ABGC	A	
88	TR	JUN			18:09:00	Ana Cruz - Leonie Brito - Lara Martins	ABGC	B	
89	IF	JUN			18:12:00	Matilde Silvestre	A4G	A	
90	TR	JUN			18:15:00	Fernandes - Lopes - Miranda	ACG	B	
91	IF	JUN			18:18:00	Ana André Silva	GUI	A	
92	AD	ESP	17:51:00	18:10:00	18:21:00	Maria Inês Várzeas - Epifânea Augusto - Carolina Dinis - Matilde Vicente - Maria João Sousa - Maria do Carmo Vilaça - Bruna Gomes	AgCC	B	
93	GR	JUN			18:24:00	Leonie Brito - Lara Martins - Marta Fernandes - Rita Vieira - Inês Santos	ABGC	A	
94	AD	ESP			18:27:00	Beatriz da Rocha Neves - Francisca Pereira - Beatriz Alves - Maria Celorico Marques - Filipa Rodrigues - Iris Fonseca - Maria Beatriz Noro	AgCC	B	
95	GR	JUN	18:00:00	18:15:00	18:30:00	Fernandes - Lopes - Miranda - Loureiro - Martins	ACG	A	
96	AD	ESP			18:33:00	Mafalda Macedo - Rafaela Brito - Mª Carolina Maia - Mª Flor Alves - Nádía Almeida - Mª Rita Santos	URD	B	
97	AD	ABS	18:06:00	18:26:00	18:36:00	Ana André Silva - Joana Silva - Joana Martins - Ana Isabel Torres - Carolina Bastos - Cintia Oliveira	GUI	A	
98	AD	ESP			18:39:00	Clara Barreira - Margarida Monteiro - Nádía Pereira - Maria Duarte - Isa Castro - Leonor Coelho - Iris Lopes - Carolina Gonçalves - Leonor Martins	GUI	B	
99	AD	ABS	18:12:00	18:40:00	18:42:00	Maria Coutinho - Joana Matos - Joana Inês Almeida - Carolina Santos - Bruna Silva - Carolina Cruz - Beatriz Brandão - Diana Diogo	A4G	A	
100	AD	ESP			18:45:00	Mafalda Balreira - Francisca Sucena - Maria Teixeira - Diana Formiga - Mariana Vieira - Beatriz Duarte	A4G	B	
101	AD	ABS			18:48:00	Matilde Silvestre - Mariana Cruz - Gabriela Oliveira - Carolina Balreira - Francisca Sucena - Ana Sofia Loureiro	A4G	A	
Fim da Competição									

* Em caso de antecipação ou atrasos, poderá haver alterações no horário.