

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 0145/2021

Lisboa, 30 junho de 2021

DISTRIBUIÇÃO: ATs e Clubes participantes

ASSUNTO: Ginástica Rítmica - Campeonato Nacional 1ª Divisão | Programa

Exmos. Senhores,

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

Data: 10 e 11 de julho de 2021

Local: Parque de Exposições de Aveiro
Av. Dom Manuel de Almeida Trindade
3810-164 Aveiro

Direção das competições: Diretora Executiva | Andreia Sanches
Diretora Técnica | Andreia Alves

Júri de Apelo: Diretora da FGP | Catarina Leandro
Membro do CA | Ana Maçanita

10 de julho (programa provisório) - sábado	
08h00	Abertura do Recinto
08h40	Reunião de Juízes
9h30-10h45	Iniciadas – Grupo 1
10h45-12h00	Iniciadas – Grupo 2
12h00-12h15	Pausa
12h15-13h30	Iniciadas – Grupo 3
	Cerimónias Protocolares Iniciadas (virtuais)
14h30-15h35	Juvenis – Grupo 1
15h35-16h40	Juvenis – Grupo 2
16h40-16h55	Pausa
16h55-18h00	Juvenis – Grupo 3



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)



18h00-19h05	Juvenis – Grupo 4
19h05-19h20	Pausa
19h20-20h25	Juvenis – Grupo 5
20h25-21h20	Juvenis – Grupo 6
	Cerimónias Protocolares Juvenis (virtuais)

11 de julho (programa provisório) - domingo	
08h00	Abertura do Recinto
09h30-10h35	Juniores – Grupo 1
10h35-11h40	Juniores – Grupo 2
11h40-12h00	Pausa
12h00-13h05	Juniores – Grupo 3
14h15-15h20	Juniores – Grupo 4
15h20 -16h25	Juniores – Grupo 5
16h25-16h45	Pausa
16h45-17h50	Juniores – Grupo 6
17h50-18h55	Juniores – Grupo 7
	Cerimónias Protocolares (Juniores – virtuais)

Nota: Caso a competição termine mais cedo que o previsto não é possível antecipar o início da competição seguinte.



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. Ginastas Participantes

Iniciadas #25

Clube	Nome	Clube	Nome
AAE	Maria Sadovnikova	GUI	Jéssica Betaressi
BFC	Filipa Ferreira	SAD	Noa Leão
	Maria Almeida		Camila Carmo
	Sofia Saleiro		Matilde Garcia
CDN	Sara Jesus		Sofia Garriapa
CIRM	Alana Barros	VCQ	Kseniya Shageeva
	Kira Naydenko		Maria Rita Costa
CNG	Maria Flôr Nobre		Júlia Madeira
EGA	Zarina Terpugova		Carolina Garcia
	Leonor Silva	SFUAP	Larissa Souza
GCP	Lavinia Calestru		
	Joana Dorta		
	Beatriz Lopes		
	Rita Carmo		
	Gabriela Lucas		

Juvenis #41

AAE	Inês Fernandes	CRP	Mafalda Santos
	Maria Osório		Jade Almeida
AGRP	Lara Calado	EGA	Mafalda Santos
	Camila Nicho		Viktoriya Danylyuk
BFC	Ana Júlia Alves	GCP	M ^a Leonor Baptista



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)



	Clara Cabanes		Benedita Mira
	Mafalda Costa		Carolina Freitas
	Rita Fernandes		Vesna Pietrzak
CDN	Mariana Costa	GUI	Alexandra Gonçalves
	Filipa Gomes	SAD	Madalena Marques
	Margarida Félix		Matilde Bakker Dias
	Ema Vieira		Ema Rodrigues
CENAP	Beatriz Dias		Kira Kozban
	Diana Gonçalves		Joana Lourenço
	Lara Vieira		M ^ª Luz Torres
	Laura Santos	SFPL	Carolina Oliveira
CNG	Caetana Borges	VCQ	Beatriz Sousa
	Francisca Sousa		Benedita Esteves
	Matilde Vicente		
CNM	Ana Miguel Dias		
CRDM	Íris Gonçalves		
	Soraia Rodrigues		
	Diana Rodrigues		

Juniores #48

AAE	Sofia Sobreiras Amorim	GCP	M ^ª Leonor Miguel
ACM	Oleksandra Huzak		Joana Ferreira
AGRA	Sofia Carvalho		Bruna Tavares
AGRP	Mariana Silva		Valeria Maritói
BFC	Carolina Sampaio		Beatriz Nascimento



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)



	Francisca Ribeiro	GCST	Matilde Costa
CDN	Maria Augusto		Sara Costa
	Sofia Banakh		Sofia Campos
CENAP	Joana Gonçalves	SAD	Matilde Falé
	Joana Henriques		Carina Novikova
CIRM	Carolina Guerreiro		Carlota Araújo
	Andreia Louzeiro		Margarida Andrade
CNG	Alice Flórido		Leonor Martins
	Inês Maia		Leua Alberto
	Laura Velez		Madalena Dias
	Margarida Lopes		Matilde Duarte
	Teresa Carreira		Violeta Teles
CRDM	Luana Afonso	VCQ	Carolina Félix Oliveira
CRF	Matilde Codinha		Matilde Borrega
CRP	Leonor Neves		Maria Cerveira Pinto
CSM	Maria Spínola		Valentina Besliu
EGA	Matilde Castro	SFUAP	Joana Rodrigues
	Anamar Couto		Mariana Costa
			Diana Correia
			Sara Pereira

Juniores Elite #2

EGA	Lara Silva	GCP	Joana Pinheiro
------------	------------	------------	----------------



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. Música

- Todas as músicas têm de dar entrada na FGP até 6ª feira dia **2 de julho**, através de WeTransfer - <https://wetransfer.com> para andrea.sanches@ginastica.org, em formato mp3.
- As músicas têm que estar devidamente identificadas, PRIMEIRO e ÚLTIMO NOME da ginasta, clube, escalão e aparelho Exp:nomedaginasta_JUV_arco_Sigla do Clube.
- No entanto, por segurança os clubes devem ser portadores das músicas em pen ou CD.

2. 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.

3. Participação em Competição

- A presença na competição só é autorizada a **ginastas, treinadores, delegados 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, caso contrário não podem permanecer no recinto de aquecimento e/ou de competição.
- Só podem entrar no recinto de prova pessoas acreditadas para a mesma (ginastas, treinadores e delegados inscritos pelos respetivos clubes e juizes indicadas pelo CA), elementos da organização e Direção da competição.
- Todos os participantes (ginastas, treinadores, juizes e delegados), devem ser portadores do cartão do cidadão.
- Todos os participantes têm de apresentar, obrigatoriamente, à entrada do recinto, na acreditação, o **Termo de Responsabilidade** que enviamos em anexo, devidamente preenchido.
- 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 n.º 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



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)



telefónico, data e hora, respeitando as orientações da DGS para efeitos de eventual vigilância epidemiológica. Nesse sentido, solicitava que até ao dia **5 de julho**, nos enviassem o **documento Excel** preenchido com os dados de cada participante (ginastas, treinadoras, delegados e juízes).

4. Circulação no recinto e higienização

- Os participantes apenas podem circular nas áreas identificadas e assinaladas no recinto de competição.
- Existe uma área indicada no mapa de isolamento de acordo com o prescrito na orientação n.º 036/2020 para onde deverá ser encaminhada qualquer pessoa com sintomas compatíveis com a COVID-19;
- Todos os intervenientes no evento devem usar **máscara cirúrgica ou FFP2** desde que entram no recinto até que saiam, sendo apenas feita uma exceção para ginastas quando realizam os seus exercícios/séries em competição. **O que significa que durante o aquecimento e treinos nos praticáveis 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 se 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.
- Os aparelhos de substituição serão desinfetados antes da sua colocação junto ao praticável e sempre que os mesmos sejam usados;
- Deve ser sempre assegurada uma distância de pelo menos 2 metros entre os participantes incluindo juízes, treinadores e ginastas, sendo que as zonas de espera e de trabalho de juízes 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.

5. Competição

- As entradas no recinto estão controladas e limitadas de forma a que não se ultrapasse a cota máxima possível de lotação no recinto. Assim, cada participante só poderá entrar no pavilhão no horário do seu grupo, não podendo haver exceções. As ginastas e



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)



respetivas treinadoras podem permanecer no pavilhão até ao final da competição do seu escalão. Ou seja, assim que terminarem a sua competição podem dirigir-se às bancadas.

- O sorteio das ginastas será condicionado tanto quanto possível, isto é, o sorteio será por clube em cada escalão. 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 permitida mais do que uma treinadora por ginasta dentro da zona de aquecimento/competição.
- Os delegados, quando presentes, devem assistir à competição na mesa de delegados preparada para o efeito ou na bancada, não podendo permanecer na zona de treinos.
- Assim que as ginastas entram no pavilhão devem ir para a zona de aquecimento e só depois para o praticáveis.
- As ginastas estão organizadas em grupos de 8 ginastas máximo, em cada praticável.
- Como tem sido habitual, haverá duas frentes de praticável, de forma a colocar os dois painéis de juízes. O que significa que um exercício é feito para uma frente e outro para outra.
- Não haverá desfile inicial.
- Não será possível a passagem no praticável de competição antes da competição.
- Não será possível a utilização dos balneários, só casas de banho.
- **A ficha dos 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 esferográficas.

6. 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 uma das ginastas**, com o fato de treino do clube, até ao dia **5 de julho**.
- As medalhas serão entregues aos treinadores ou delegados.

7. Espetadores

- Evento com número limitado de espetadores, de acordo com as normas vigentes.
- Os bilhetes serão colocados à venda apenas online, em www.bol.pt
- Registados na APP FGP, 25% de desconto.
- Não haverá venda de bilhetes no local do evento.



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)



Clubes Participantes #22

AAE	Associação Académica de Espinho
ACMC	Associação Cristã da Mocidade de Coimbra
AGRA	Academia de Ginastica Ritmica Aveirogym
AGRP	Associação de Ginástica Rítmica de Portimão
BFC	Boavista Futebol Clube
CDN	Clube Desportivo Nacional
CENAP	Centro Atlético Póvoa Pacense
CNG	Clube Nacional de Ginástica
CNM	Centro Norton de Matos
CIRM	Clube de Instrução e Recreio Mexilhoeirense
CRDM	Clube Recreativo e Desportivo do Miratejo
CRF	Clube Recreativo do Feijó
CRP	Clube Recreativo Piedense
CSM	Club Sport Marítimo
EGA	Escola Gimnica de Aveiro
GCP	Ginásio Clube Português
GCST	Ginásio Clube de Santo Tirso
GUI	GUIMAGYM - Clube de Ginástica de Guimarães
SAD	Sport Algés e Dafundo
SFUAP	Sociedade Filarmónica União Artística Piedense
SPFL	Sociedade Filarmónica Palmelense Loureiros
VCQ	Vitória Clube Quintinhas

Cumprimentos

A Diretora Executiva

(Teresa Loureiro)

