

# VIII OPEN DE GINÁSTICA ACROBÁTICA DA MAIA



**25 Janeiro 2020** (e 26 caso haja necessidade devido ao fluxo de inscrições)  
**Complexo Municipal de Ginástica da Maia**  
**Organização: Acro Clube da Maia**  
**Apoio: Câmara Municipal Maia / Federação de Ginástica de Portugal**

## Regulamento da Competição

1. O **VIII Open de Ginástica Acrobática da Maia** é uma prova aberta à inscrição de todos os ginastas de clubes nacionais. Para proceder à inscrição, é necessário preencher o formulário online (<https://forms.gle/AarRyQqvXM7hKQk26>) até **3 de Janeiro**. É ainda necessário fazer a inscrição na plataforma da FGP (Gymbase). É **obrigatória** a apresentação de comprovativo de Seguro Desportivo (ou declaração / comprovativo de inscrição na FGP).

2. A prova será organizada utilizando as nomenclaturas, regras e Manual em vigor pela FGP e FIG para a época 2020. Sendo um *Open*, não existirão diferenças qualitativas entre especialidades dentro do mesmo escalão. Assim, em cada escalão, não haverá classificação diferenciada entre as especialidades (será **“todos contra todos”**).

3. Escalões e Regulamentos:

**BASE - Iniciados - Juvenis - Juniores**

**1ª DIVISÃO - Juvenis – Juniores – Seniores (inclui escalão Elite\*)**

*\*regras de limites de dificuldade do escalão 13-19 no escalão Elite Júnior*

4. Será uma competição com classificação individual por **EXERCÍCIO** e **All-Around**. Ou seja, um P/G (Juv/Jun/Sen) poderá, se assim entender, participar apenas com um exercício. Exercícios a realizar:

Iniciados – Exercício Combinado

Juvenis / Juniores / Seniores – Exercício de Equilíbrio e/ou Exercício de Dinâmico

5. Os diagramas terão de dar entrada no email indicado até às 21:00 do dia **18 de Janeiro** para [lourencofranca@sapo.pt](mailto:lourencofranca@sapo.pt). É obrigatório o envio digital dos diagramas (.pdf)

6. As músicas deverão ser enviadas por wetransfer para [lourencofranca@sapo.pt](mailto:lourencofranca@sapo.pt). Têm que estar devidamente identificadas com o número do P/G (que constará na folha de inscrição e ordem de passagem), nome dos ginastas, exercício, especialidade, escalão e entidade a que pertencem. É obrigatório o envio no formato .mp3.

7. A Prova tem uma **inscrição de 10 €/ginasta/exercício**, pagos no acto de inscrição até 3 de Janeiro para:

IBAN: PT5000 4514 4140 1919 4062 35 4

SWIFT: CCCMPTPL

A ausência de Juíz por parte da delegação implica uma multa de 100 €.

<b>Sábado, 25 Janeiro</b>	
Abertura Recinto	9:00
Aquecimento	9:15 – 9:55
Competição	10:00 – 19:00
Entrega de Prémios	19:00