

# 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) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

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



<b>CIRCULAR Nº 0165/2020</b>	Lisboa, 18 de dezembro de 2020
<b>DISTRIBUIÇÃO:</b> AT's e Clubes	
<b>ASSUNTO:</b> Convocatória Estágio GAM - dezembro	

Exmos. Senhores,

No âmbito do Alto Rendimento em Ginástica Artística Masculina, convocam-se os ginastas e técnicos abaixo listados, para um estágio da Seleção Nacional, a decorrer de 21 a 23 de dezembro, no Centro de Alto Rendimento (CAR) de Anadia.

Todos os elementos presentes deverão efetuar o teste à covid-19 antes do início do estágio e deverão cumprir com as normas emanadas pela FGP relativamente à retoma dos treinos.

#### **Ginastas:**

GCP – Diogo Ramos, Eduardo Dray, Filipe Almeida, Francisco Martins, Manuel Santos e Marcelo Marques

GCM – Hugo Viegas e Francisco Noevo

SpCP – Guilherme Campos, João Rios, José Nogueira, José Reis, Miguel Freitas e Vasco Pereira

CGTN – Joel Catarino

#### **Treinadores:**

Diogo Soares, Pedro Almeida, Manuel Campos e Paulo Mota

#### **Fisioterapeuta:**

João Almeida

#### **Objetivos:**

Trabalhar para a melhoria da técnica de execução/performance das ginastas da SN;

Criação de dinâmicas de trabalho para o desenvolvimento da seleção nacional;

#### **Programa de Treinos:**

2f - 16h30/20h00

3f - 9h30/12h30 e 16h00/18h30

3f - 9h30/12h30 e 15h00/18h00



# 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) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

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



## Deslocações:

Dia 21:

Encontro na Estalagem às 15h45 ou no CAR às 16h15.

Para a delegação de Lisboa: saída às 11h00 da FGP.

Para a delegação do Porto: saída às 14h30.

Dia 23:

Regresso a casa após treino da tarde.

## Alojamento e refeições:

Estalagem de Sangalhos

Sem outro assunto de momento, com os melhores cumprimentos

A Chefe dos Serviços Financeiros e Administrativos

Sandra Pires

