

# 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 0187/2017</b>	Lisboa, 3 de agosto de 2017
<b>DISTRIBUIÇÃO:</b> AT's e Clubes	
<b>ASSUNTO:</b> AER – Estágio de preparação para o Campeonato da Europa	

Exmos. Senhores,

A Federação de Ginástica de Portugal convoca os ginastas seniores a baixo mencionados, para participar no estágio da selecção nacional, que se vai realizar entre os dias 12 e 18 de setembro de 2017, na União Recreativa do Dafundo (URD), sob a responsabilidade do treinador nacional, Rui Cardoso.

Os ginastas juniores são convidados a estarem presentes no estágio de preparação, a expensas próprias.

## Ginastas Seniores:

- Beatriz Brandão (A4G)
- Fábio Lima (CAGPD)
- Inês Botelho (CAGPD)
- Maria Coutinho (A4G)
- Maria Dias (ACG)
- Sara Silva (CAGPD)

## Ginastas Juniores (convidados):

- Ana Rita Gomes (A4G)
- Carolina Cruz (A4G)
- Diana Diogo (MGBBOOS)
- Eva Silva (A4G)
- Inês Simões (A4G)
- João Salvado (CCRAM)
- Rui Ribeiro (CAGPD)
- Rute Fonseca (A4G)

**Alojamento e jantar** (ginastas seniores): Centro de Estágio do CAR Jamor.

**Almoço** (ginastas seniores e treinador nacional): 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) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

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



## Horário de treinos

Dia	12	13	14	15	16	17	18
Juniões	9h00-11h00	11h00-13h00	9h00-11h00	11h00-13h00	9h00-11h00	11h00-13h00	9h00-11h00
	15h00-17h00	17h00-19h00	15h00-17h00	17h00-19h00	15h00-17h00	17h00-19h00	15h00-17h00
Seniores	11h00-13h00	9h00-11h00	11h00-13h00	9h00-11h00	11h00-13h00	9h00-11h00	11h00-13h00
	17h00-19h00	15h00-17h00	17h00-19h00	15h00-17h00	17h00-19h00	15h00-17h00	17h00-19h00

### Notas:

1. Ginastas juniores: Caso queiram almoçar na URD, deverão enviar e-mail para: [c.urdafundo@gmail.com](mailto:c.urdafundo@gmail.com).
2. Os ginastas deverão ser portadores dos CD's com as músicas das suas rotinas, no entanto podem ainda enviar para o seguinte e-mail: [tnaer@gympor.com](mailto:tnaer@gympor.com) (treinador nacional).

Cumprimentos,

A Secretária Geral

Paula Araújo



Hertz



MOREAU



CISION

GRUPO  
Portinsurance

SUNLIVE  
GROUP



COSMOS  
VIAGENS

