



# 21º Torneio da Páscoa

## Convite

É com grande prazer que o Sport Algés e Dafundo vem convidar uma delegação do vosso clube a participar no **21º Torneio da Páscoa** de Ginástica Rítmica a realizar em Algés no dia **9 de Abril de 2020**

### **Comité de Organização:**

#### **SPORT ALGÉS E DAFUNDO**

Alpes da Costa            Anabela Cachinho  
Ida Pereira                Maria Costa  
Patrícia Jorge            Sara Martins  
Susana Abrantes        Tânia Vieira  
E muitos familiares de ginastas

**Clubes convidados:** Todos os clubes com Ginástica Rítmica.

**Destinado a:** Ginastas juniores, juvenis, iniciadas, infantis e seniores.

### **Delegação:**

Delegação consiste:

- 3 Ginastas + 1 Sénior
- 1 Juiz ou 2 Juizes
- 1 Treinadora

Os clubes só poderão inscrever 3 ginastas no máximo 2 por escalão mais 1 ginasta sénior (com exceção feita ao clube organizador que poderá participar com número ilimitado de ginastas)

- Todos os participantes (ginastas, treinadores e juizes têm de estar filiados na FGP, na presente época.
- Os treinadores que acompanham as ginastas têm de ter a TPTD válida.

**Custos:** O clube organizador não se responsabiliza por qualquer despesa de transporte, alojamento e alimentação.

### **Inscrições:**

Inscrição provisória:

até **2 de Março de 2020**

Inscrição nominativa:

até **20 de Março de 2020**

Envio das músicas em MP3:










[sara.casc.martins@gmail.com](mailto:sara.casc.martins@gmail.com)

até **1 de Abril de 2020**

***As músicas devem vir bem identificadas em formato MP3 e enviadas pelo we transfer.***

# 21º Torneio da Páscoa

## ESCALÕES ETÁRIOS E PROGRAMAS TÉCNICOS

|                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                               |                                        |                                                                      |
|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| <p><b><u>INFANTIS</u></b></p> <p>º 2012 e 2013</p>               | <p><b><u>1 Exercícios:</u></b></p> <p>1) <i>Mãos Livres</i></p>                                                                                                                                                                                                                                                                              | <p>Código Nacional Adaptado</p> <p>D: Max. 3,00</p> <p>E: Max. 10,00</p> <p>Nota máxima: 13,00</p>            | <p><b>GERAL</b></p>                    | <p><b>Medalhas para todas as ginastas na Classificação Geral</b></p> |
| <p><b><u>INICIADAS</u></b></p> <p>º 2010 e 2011</p>              | <p><b><u>2 Exercícios:</u></b></p> <p>1) Arco </p> <p>2) Bola </p>                                                                                                         | <p>Código Nacional Adaptado 1ª Divisão</p> <p>D: Max. 6,00</p> <p>E: Max. 10,00</p> <p>Nota máxima: 16,00</p> | <p><b>GERAL E<br/>POR APARELHO</b></p> |                                                                      |
| <p><b><u>JUVENIS</u></b></p> <p>º 2008 e 2009</p>                | <p><b><u>3 Exercícios:</u></b></p> <p>1) Corda </p> <p>2) Arco </p> <p>3) Maças </p>   | <p>Código Nacional Adaptado 1ª Divisão</p> <p>D: Max. 7,00</p> <p>E: Max. 10,00</p> <p>Nota máxima: 17,00</p> | <p><b>GERAL E<br/>POR APARELHO</b></p> |                                                                      |
| <p><b><u>JUNIORES</u></b></p> <p>º 2005, 2006 e 2007</p>         | <p><b><u>3 Exercícios:</u></b></p> <p>1) Bola </p> <p>2) Maças </p> <p>3) Fita </p> | <p>Adaptações UEG, FIG e FGP</p> <p>D: Aberta</p> <p>E: Max. 10,00</p> <p>Nota: soma D e E</p>                | <p><b>GERAL E<br/>POR APARELHO</b></p> |                                                                      |
| <p><b><u>SENIORES</u></b></p> <p>º Nascidas em 2004 ou antes</p> | <p><b><u>1 Exercício:</u></b></p> <p>Bola </p>                                                                                                                                                                                                            | <p>Código FIG</p>                                                                                             | <p><b>GERAL</b></p>                    |                                                                      |

Local – Pavilhão Arquitecto Gomes Pereira – sede do clube

Data – 9 de Abril de 2020 – Quinta-Feira

Abertura do recinto: 8h30

Reunião de juizes: 9h00

Desfile Inicial: 9h45

O restante programa de competição será enviado após as inscrições efectuadas, o horário acima indicado poderá ser alterado, por motivos de organização da prova.



# 21º Torneio da Páscoa

## Inscrição Provisória

Por favor enviar este formulário antes de 2 de Março de 2020

Enviar para: **SPORT ALGÉS E DAFUNDO**

Fax: **21 411 8669**

E-mail: [idadidi@hotmail.com](mailto:idadidi@hotmail.com) e [ritmica@algesedafundo.pt](mailto:ritmica@algesedafundo.pt)

Telemóvel – 969 066 012 (Ida) 965 053 931 (Patrícia) 966 433 696 (Sara)

CLUBE:

Contacto pessoal com:

Tel:  Fax:

E-mail:

|   | NOME | Nº Licença | ESCALÃO | Data de nascimento |     |     |
|---|------|------------|---------|--------------------|-----|-----|
|   |      |            |         | día                | mês | ano |
| 1 |      |            |         |                    |     |     |
| 2 |      |            |         |                    |     |     |
| 3 |      |            |         |                    |     |     |
| S |      |            | SENIOR  |                    |     |     |

Data: \_\_\_\_\_

Assinatura: \_\_\_\_\_



# 21º Torneio da Páscoa

## Inscrição Nominativa

Por favor enviar este formulário antes de 20 de Março de 2020

Enviar para: **SPORT ALGÉS E DAFUNDO**

Fax: **21 411 8669**

E-mail: [idadidi@hotmail.com](mailto:idadidi@hotmail.com) e [ritmica@algesedafundo.pt](mailto:ritmica@algesedafundo.pt)

Telemóvel – 969 066 012 (Ida) 965 053 931 (Patrícia) 966 433 696 (Sara)

CLUBE: \_\_\_\_\_

Contacto pessoal: \_\_\_\_\_

Tel: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

|   | NOME        | Nº Licença | ESCALÃO | Data de nascimento |     |     |
|---|-------------|------------|---------|--------------------|-----|-----|
|   |             |            |         | dia                | mês | ano |
| 1 |             |            |         |                    |     |     |
| 2 |             |            |         |                    |     |     |
| 3 |             |            |         |                    |     |     |
| S |             |            | SENIOR  |                    |     |     |
| 4 | Juíz:       |            |         |                    |     |     |
| 5 | Juíz:       |            |         |                    |     |     |
| 6 | Treinadora: |            |         |                    |     |     |

Data: \_\_\_\_\_

Assinatura: \_\_\_\_\_