

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)



ANEXO 1

TAÇA PORTUGAL

9h00 – 10h30 – 13h15

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME
A	SpCP Eq. B	1	MARIA RAMALHO
		2	RITA FRANÇA RODRIGUES
		3	ANA ALEXANDRINO
		4	CAROLINA ALMEIDA
		5	RAFAELA A. FERREIRA
	UDRZA Ind.	26	LEONOR GOUVEIA
B	ACM Eq. A	6	INÊS SOALHÃES
		7	BEATRIZ ÁGUAS
		8	ANA FILIPA MARTINS
		9	BEATRIZ CARDOSO
		10	BEATRIZ DIAS
C	SpCP Eq. A	11	MAFALDA COSTA
		12	LEONOR SOARES
		13	RAFAELA I. FERREIRA
		14	LEONOR SOUSA
		15	LIA SOBRAL
D	ACM Eq. B	16	ANA PINTO
		17	ANA BARBOSA
		18	MARIA MOREIRA
	LGC Eq.	23	FRANCISCA CANCELA
		24	LARA CINTRA
25		MARTA ABRUNHOSA	
E	GCP Eq.	27	LEONOR ROCHA
		28	BENEDITA GUIMARÃES
		29	MARIANA PARENTE
		30	MARIA MENDES
		31	MATILDE CASTANHEIRA
	GCP Ind.	19	MARTA SILVA

Ind. – Ginastas individuais



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)



AQUECIMENTO ESPECÍFICO

Aparelhos / horários	ST	PA	Pausa	T	S
9h15	E	A	B	C	D
9h29	D	E	A	B	C
9h43	C	D	E	A	B
9h57	B	C	D	E	A
10h11	A	B	C	D	E

- ✓ Às 10h25 termina o período de aquecimento para a organização do desfile que segue diretamente para os aparelhos

ORDEM DE PASSAGEM

Aparelhos / Rotações	ST	PA	Pausa	T	S
1ª	A SpCP (eq. B); 26	B ACM (6, 7, 10, 9, 8)	C	D ACM (16, 18, 17); LGC (Eq)	E GCP (29, 31, 27, 28, 30); 19
2ª	E GCP (29, 27, 31, 30, 28); 19	A SpCP (eq. B); 26	B	C SpCP (eq. A)	D ACM (16, 17, 18); LGC (Eq)
3ª	D ACM (16, 18, 17); LGC (Eq)	E GCP (27, 31, 28, 29, 30); 19	A	B ACM (7, 6, 10, 9, 8)	C SpCP (eq. A)
4ª	C SpCP (eq. A)	D ACM (16, 17, 18); LGC (Eq)	E	A SpCP (eq. B); 26	B ACM (6, 7, 10, 9, 8)
5ª	B ACM (6, 7, 10, 9, 8)	C SpCP (eq. A)	D	E GCP (27, 31, 29, 28, 30); 19	A SpCP (eq. B); 26



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)



ANEXO 2

TAÇA DE PORTUGAL JOVEM

14h15 – 15H30 – 17h15

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME
A	GCP (Eq. A)	32	NURIA EMIDIO
		33	CATARINA CARVALHO
		34	MARIA TROPA
		35	M ^a INÊS MENEZES
B	SpCP (Eq. A)	36	JOANA REIS
		38	CAROLINA MARQUES
		39	THAIS BAPTISTA
		40	GABRIELA ALVES
		63	NICOLE NAGATA
C	ACM (Eq. B)	41	MATILDE AFONSO
		42	MATILDE PONTES
		43	ANA VIEIRA
		44	MARIA TEIXEIRA
D	GCM (Eq.)	48	MAFALDA BENIGNO
		49	BEATRIZ COSTA
		50	LEONOR FERREIRA
		51	CARLOTA PAIVA
		52	LARA JORGE

AQUECIMENTO ESPECÍFICO

Aparelhos / horários	ST	PA	T	S
14h35	D	A	B	C
14h47	C	D	A	B
14h59	B	C	D	A
15h11	A	B	C	D

- ✓ Às 15h23 termina o período de aquecimento para a organização do desfile que segue diretamente para os aparelhos



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)



ORDEM DE PASSAGEM

Aparelhos / Rotações	ST	PA	T	S
1ª	A GCP (34, 32, 33, 35)	B SpCP (Eq. A)	C ACM (42, 41, 43, 44);	D GCM (Eq.)
2ª	D GCM (Eq.)	A GCP (32, 34, 33, 35)	B SpCP (Eq. A)	C ACM (42, 41, 43, 44);
3ª	C ACM (43, 42, 41, 44);	D GCM (Eq.)	A GCP (34, 32, 33, 35)	B SpCP (Eq. A)
4ª	B SpCP (Eq. A)	C ACM (Eq. B);	D GCM (Eq.)	A GCP (34, 32, 33, 35)



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)



ANEXO 3

TAÇA DE PORTUGAL JOVEM

17h00 – 18h15 – 19h45

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME
E	LGC (Eq. A)	58	LAURA MELO
		59	JOANA MONTEIRO
		60	SARAH ALMEIDA
		61	MARIA CALISTO
		46	NICOLE MACHADO
	LGC (Ind.)	45	LEONOR CINTRA
F	EGG (Eq.)	53	MIRIAM MARTINS
		54	RITA DUARTE
		55	MARGARIDA DOMINGUES
		56	BÁRBARA PACHECO
		57	LIA AMORIM
G	GCP (Eq. B)	67	IARA FERREIRA
		68	BEATRIZ CARDOSO
		69	JOANA LOURO
	GUI (Ind.)	70	NATACHA SILVA
H	ACM (Eq. A)	72	M ^a . EDUARDA MARQUES
		73	RITA FERREIRINHA
		74	CLARA JUSTO
		75	MARIA PACHECO
		76	ANA ABELHA



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)



AQUECIMENTO ESPECÍFICO

Aparelhos / horários	ST	PA	T	S
17h20	H	E	F	G
17h32	G	H	E	F
17h44	F	G	H	E
17h56	E	F	G	H

- ✓ Às 18h08 termina o período de aquecimento para a organização do desfile que segue diretamente para os aparelhos

ORDEM DE PASSAGEM

Aparelhos / Rotações	ST	PA	T	S
1ª	E LGC (Eq. A), 45	F EGG (Eq.);	G GCP (68, 67, 69); 70	H ACM (76, 72, 75, 74, 73)
2ª	H ACM (72, 76, 75, 74, 73)	E LGC (Eq. A), 45	F EGG (Eq.);	G GCP (68, 67, 69); 70
3ª	G GCP (68, 67, 69); 70	H ACM (72, 75, 76, 74, 73)	E LGC (Eq. A), 45	F EGG (Eq.);
4ª	F EGG (Eq.);	G GCP (69, 67, 68); 70	H ACM (76, 75, 72, 73, 74)	E LGC (Eq. A), 45

