

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)

CIRCULAR Nº 086/2014

Lisboa, 04/04/2014

DISTRIBUIÇÃO: Clubes com ginastas e treinadores participantes e Associações Territoriais.

ASSUNTO: Ginástica Artística Masculina: Estágio das Seleções Nacionais Júniores e Seniores

Exmos. Senhores,

No âmbito do Sistema de Alto Rendimento de Ginástica Artística Masculina, vimos por este meio convocar os ginastas e os técnicos abaixo indicados, para participarem nos Estágios nacionais no período de 8 a 12 e 14 a 17 abril de 2014, a realizar no Centro de Alto Rendimento da Anadia.

Ginastas:

GCM – Tiago Barbosa

LGC – Bernardo Almeida, Gustavo Simões e Tiago Bessa

GCP – Luís Araújo, Simão Almeida, Francisco Fragoso, Vasco Barata, Pedro Dourado, Pedro Guimarães e Francisco Araújo

SpCP – Ricardo Martins e Frederick Farley

Responsável Técnico Júnior: José Augusto Dias

Responsável Técnico Sénior: Pedro Almeida

Fisioterapeuta: Ricardo Ferreira

Objetivos:

- 1 - Progredir tecnicamente na aprendizagem e consolidação de elementos, ligações, 1/2 ou exercícios simplificados visando os exercícios competitivos previstos para o CE e para o CM (seniores) 2014;
- 2 - Melhorar a Condição Física Geral e Específica;
- 3 - Observar os ginastas com vista à seleção para as competições preparatórias do CE e CM (seniores) de 2014, nomeadamente, Torneios Internacionais e Taças do Mundo (seniores).

Programa de Treinos

Os horários e os programas técnicos são da responsabilidade dos coordenadores das seleções.

Deslocações:

No dia 8 de abril, partida de Lisboa às 13h30 na FGP

Ginastas do Porto – Concentração no CAR às 16.30 do dia 08/04

Sem outro assunto de momento, apresentamos os nossos melhores cumprimentos,

A Secretária Geral

Paula Araújo

