



# 4<sup>th</sup> GOLDEN AGE GYM FESTIVAL 2014

28 DE SETEMBRO A 3 DE OUTUBRO DE 2014 – TOULOUSE (FRANÇA)



**DOCUMENTO ORIENTADOR DA  
PARTICIPAÇÃO PORTUGUESA**



## **DOCUMENTO ORIENTADOR DA PARTICIPAÇÃO PORTUGUESA**

### **INTRODUÇÃO**

O Golden Age Gym Festival (GAGF) é um festival internacional destinado a ginastas com mais de 50 anos de idade que acontece de dois em dois anos.

A 4ª edição deste festival será organizado na cidade francesa de Toulouse, de 28 de setembro a 3 de outubro de 2014. As edições anteriores foram as seguintes: Maspalomas 2008; Portimão 2010 e Montecatini 2012.

### **QUEM PODE PARTICIPAR**

A participação está aberta a todos os clubes filiados na FGP. Todos os Ginastas, Treinadores e Dirigentes devem estar devidamente filiados e fazer prova de possuírem seguro desportivo válido, de acordo com a legislação em vigor.

Este festival destina-se a grupos de ginastas com mais de 50 anos (é possível a participação de elementos com idade inferior mediante a autorização da organização/UEG). Todos os grupos terão a oportunidade de realizar duas apresentações e de escolher 4 a 6 workshops de diferentes temáticas. Poderão ainda participar ativamente na Cerimónia de Encerramento e existe a possibilidade de grupos nacionais serem convidados a participar na Gala do Golden Age.

### **PROGRAMA**

O programa do GAGF começará com o **DESFILE** dos participantes pelas ruas da histórica cidade de Toulouse. O percurso será entre a Praça do Capitólio e o Sports Grand Palace onde decorrerá de seguida a **CERIMÓNIA DE ABERTURA**. O espetáculo da cerimónia de abertura terá como tema “The Family Gym in Toulouse” e será realizado por grupos nacionais e locais.

Os **WORKSHOPS** são característicos do programa do GAGF, estes serão organizados em dois locais: Praia de Toulouse e na Ilha Ramier. Os workshops disponíveis estarão divididos em 3 grandes grupos: Atividades Gímnicas; Atividades Expressivas e Dança e Jogos Tradicionais e Atividades Outdoor.

As **APRESENTAÇÕES DE CIDADE** do GAGF decorrerão no centro da cidade e em locais movimentados para que os habitantes e turistas possam desfrutar das apresentações dos participantes no festival. Os locais de apresentação são: Praça do Capitólio; The Quai de la Daurade; Praia de Toulouse e os Jardins de Raymond VI. As apresentações de cidade devem ter no máximo a duração de 6 minutos.

A **GALA** é o expoente máximo do evento e juntará apresentações de grupos de todas as nações presentes. Os grupos serão convidados/nomeados pelo Comité Técnico da UEG,



durante o festival. Os grupos convidados devem apresentar um exercício que não exceda os 3 minutos.

A **CERIMÓNIA DE ENCERRAMENTO** será organizada no Sports Grand Palace e todos os participantes poderão participar no espetáculo de encerramento que terá “OS MUSICAIS” como temática central. Os interessados devem registar-se nas modalidades pretendidas (as informações detalhadas serão comunicadas posteriormente no Boletim Informativo nº3), os ensaios decorrerão na manhã sobre a orientação dos instrutores ou dos coreógrafos responsáveis. Após a cerimónia de abertura decorrerá a tradicional **FESTA DE ENCERRAMENTO**.

O programa do GAGF contempla ainda o **FORUM** que será realizado no dia 30 de setembro (19h30) em que o tema central será sobre a situação da atividade física para a prevenção e tratamentos de doenças crónicas no idoso.

Para terminar a organização tem preparadas diversas festas temáticas ao longo dos dias do festival com o intuito de receber bem os participantes e de mostrar os costumes e as iguarias tradicionais.



**HORÁRIO PROVISÓRIO**

	28-09-2014 Domingo	29-09-2014 2ª feira	30-09-2014 3ª feira	01-10-2014 4ª feira	02-10-2014 5ª feira	03-10-2014 6ª feira	
<b>Manhã</b>							
08h00	Chegada de Delegações	Despertar ativo	Despertar ativo	Despertar ativo	Despertar ativo	Despertar ativo	
08h30							
09h00		Workshops	Workshops	Workshops	Workshops	Workshops treino para cerimónia de encerramento	
09h30							
10h00							
10h30		Workshops	Workshops	Workshops	Workshops	Ensaio cerimónia de encerramento	
11h00							
11h30							
12h00						Reunião de chefes de grupo	
12h30						Cerimónia de encerramento e Gala	
12h30							
13h00							
<b>Tarde e Noite</b>							
13h00							
13h30							
14h00							
14h30	Reunião de chefes de delegação e de grupo	Atividades Culturais e Turísticas	Atividades Culturais e Turísticas	Atividades Culturais e Turísticas	Ensaio Gala		
15h00							
15h30							
15h30	Desfile						
16h00							
16h30					Receção Oficial VIP		
17h00							
17h30	Cerimónia de Abertura	Apresentações de Cidade	Apresentações de Cidade	Apresentações de Cidade			
17h30							
18h00					Gala	Cerimónia de Encerramento	
18h30							
19h00							
19h30	Jantar Festival (opcional)		FORUM	GAGF 2016 Chefes de delegação e de grupo			
20h30					Jantar Festival (opcional)	Festa Final (opcional)	
21h00		Festa	Festa	Festa			
21h30							
22h00							

**TRANSPORTE INTERNACIONAL**

A organização disponibiliza aos participantes que reservem os hotéis através da organização, transferes entre o Aeroporto de Toulouse – BLAGNAC e os hotéis, e entre a Gare de Comboios – MATABIAU e os hotéis.



## INSCRIÇÃO / ALOJAMENTO

Os participantes terão a liberdade de escolher entre as seguintes modalidades:

- a. Reservar os hotéis diretamente com a organização local e beneficiar dos “PACK’s GOLDEN AGE GYM FESTIVAL” que incluem a Carta de Participante, Alojamento no hotel escolhido, o Passe para transportes e para os Museus e ainda o transporte entre o Aeroporto ou a Estação de Comboios,
- b. Reservar o seu alojamento fora da organização e adquirir apenas a carta de participação.

Em ambas as situações o KIT FGP é de aquisição obrigatória por todos os participantes da delegação de Portugal.

KIT FGP: Taxa FGP + Equipamento Nacional = 86.50€

Equipamento Nacional é composto por: Fato de Treino, 2 T-shirts, Boné e Mochila (marca Christian Moreau). Este equipamento será igual ao equipamento utilizado na 15th WORLD GYMNAESTRADA 2015.

Apresentamos a descrição da Carta de Participante.

### Carta de Participante:

**100,00€**

- Acesso ao programa do GAGF: Workshops, Apresentações de Cidade, Cerimónias, Despertar Ativo Toulouse e Forum.
- Passe de transportes de Toulouse: Bus, Metropolitan, Tramway.
- Passe para os Museus de Toulouse.

NOTA: Sem transferes do aeroporto ou da estação de comboios.

### NOTA:

Em anexo enviamos a descrição dos hotéis oficiais e os respetivos valores, assim como a indicação dos valores das refeições e festas temáticas.

**PROCESSO DE INSCRIÇÃO**

São estabelecidas as seguintes datas limite para as inscrições/pagamentos:

<b>6 DEZEMBRO 2013</b>	- Data limite de envio da pré- inscrição para a FGP.
<b>20 JANEIRO 2014</b>	- Data limite de pagamento de 10€/participante à FGP.
<b>15 FEVEREIRO 2014</b>	- Data limite de pagamento do KIT FGP à FGP.
<b>15 FEVEREIRO 2014</b>	- Registo online; - Data limite de registo de alojamento; - Data limite de pagamento pagamento de 50% do valor dos Pack's ou Carta de participante;
<b>15 MAIO 2014</b>	- Data limite para a inscrição final (nominativa) - Data limite para inscrição nos Workshops e Forum; - Data limite para informações sobre as Apresentações de Cidade - Data limite para inscrição nos programas turísticos; - Indicação dos planos de chegada e partida; - Pagamento dos restantes 50% do valor de inscrição.

**Política de reembolso FGP:**

O valor do KIT FGP não é reembolsável

**Política de reembolso organização GAGF:**

O valor da pré-inscrição não é reembolsável

Cancelamentos até 31 de maio: valor total reembolsável

Cancelamentos até 30 de junho: 30% de penalização

Cancelamentos até 31 de julho: 50% de penalização

Cancelamentos até 31 de agosto: 75% de penalização

Cancelamentos após 31 de agosto: valor não reembolsável

O registo na organização será realizado através de uma plataforma online disponibilizada para esse efeito. A FGP irá distribuir os códigos de acesso a essa plataforma após o registo da pré-inscrição. Todo o restante processo passará a ser efectuado diretamente nessa plataforma.

**OBSERVAÇÃO TÉCNICA**

Todos os grupos que pretendem integrar a delegação nacional carecem de validação pela Comissão Técnica nomeada pela Federação de Ginástica de Portugal.

Todos os grupos inscritos devem obrigatoriamente participar na próxima edição do “PORTUGALGYM” a fim de serem observados tecnicamente e receberem feedbacks visando o desenvolvimento positivo da apresentação.

A Federação de Ginástica de Portugal reserva-se no direito de estabelecer momentos adicionais de observação, quer em treino, quer em momentos formais de apresentação, que serão comunicados atempadamente.



## **PROGRAMA SOCIAL**

A organização do GAGF 2014 disponibiliza um programa social bastante variado a todos os participantes.

### **DESPERTAR ATIVO - BOM DIA TOULOUSE!** (acesso gratuito)

Todas as manhãs, um “despertar” ativo será organizado na Praça do Capitólio, todos serão convidados a começar o dia com o pé direito!

### **PASSE MUSEU** (livre acesso com a carta de participante)

Passe livre para visitar todos os museus em Toulouse.

### **REUNIÃO DE SAÚDE DOS SENIORES** (acesso gratuito)

Serão abordados temas como a atividade física e o bem-estar, atividades sociais, saúde e nutrição, lazer e idosos.

Momento privilegiado em que todas as categorias profissionais, associações, empresas que trabalham diariamente para bem-estar dos seniores, irão compartilhar os seus conhecimentos.

Serão propostas conferências e demonstrações em Toulouse.

### **VILLAGE GASTRONOMIA** (acesso livre)

Os participantes irão almoçar na Vila na Praia de Toulouse, à beira rio e saborear as especialidades gastronómicas regionais.

### **FESTA DE DANÇA** (acesso livre)

Todas as noites!

### **PASSEIOS** (opcional)

Um programa variado excursões será proposto aos participantes, de modo que possam descobrir Toulouse e ativos turísticos regionais.

### **JANTARES TEMÁTICOS** (opcional)

3 refeições de convívio serão organizados nos seguintes dias: 28 de setembro; 2 de outubro e após a Festa Final.

[www.goldenage2014.eu](http://www.goldenage2014.eu)



FGP

Federação de Ginástica de Portugal

Participação Portuguesa – GOLDEN AGE 2014

---

# ANEXOS

# Hotels

HOTELS PER CATEGORY	ROOMS CATEGORY	Number of person / room(1)	Package price /person (2)	Additional night/person(3)
***** **** Luxe *** Luxe	LUXURY	Single	1470	225
		Double/twin	834	119
	SUPERIOR	Single	1380	210
		Double/twin	798	113
	STANDARD	Single	1236	186
		Double/twin	708	98
2 **** *** Sup	LUXURY	Single	1164	174
		Double/twin	684	94
	SUPERIOR	Single	1020	150
		Double/twin	606	81
	STANDARD	Single	990	148
		Double/twin	570	75
3 *** Eco ** Sup Sup**	LUXURY	Single	876	126
		Double/twin	534	69
	SUPERIOR	Single	804	114
		Double/twin	498	63
	STANDARD	Single	732	102
		Double/twin	462	57
4 ** Eco * Sup	SUPERIOR	Single	660	90
		Double/twin	426	51
	STANDARD	Single	588	78
		Double/twin	390	45
	ECONOMIC	triple	336	36
		quad	320	34

(1) = Twins or doubles : 2 persons in a room Twins = 2 small beds, doubles = 1 bed for 2 persons.

(2) = The package includes /person : chosen accommodation for 6 nights, arrival on 09/28 departure on 10/04 + breakfast+ taxes + accreditation card + museum pass + transport pass

(3) = additional night with breakfast+ taxes per person



Toulouse!

# Residences

RESIDENCES / INNS	ROOMS CATEGORY	Number of- person / room(1)	Package Price /person (2)	Additional Night (3)	DESCRIPTION
1 /Adagio Partenon Residence ****	LUXURY	Single	1164	174	Apartment 4 pers capacity (1 room + 1 sofa)
		Double/twin	714	99	Apartment 4 pers capacity (1 room + 1 sofa)
		Triple	564	74	Apartment 4 pers capacity (1 room + 1 sofa)
		quadruple	492	62	Apartment 4 pers capacity (1 room + 1 sofa)
2 / Citadines Residence ***	SUPERIOR	Single	1008	148	Studio 2 pers capacity (2 beds or one bed)
		Double/twin	600	80	Studio 2 pers capacity (2 beds or one bed)
		Triple	558	73	Apartment 4 pers capacity (1 room + 1 sofa)
		quadruple	468	58	Apartment 4 pers capacity (1 room + 1 sofa)
3 / Adagio Cyprien Residence ***	STANDARD	Single	870	125	Studio 2 pers capacity (2 beds or one bed)
		Double/twin	564	74	Studio 2 pers capacity (2 beds or one bed)
4 /Inn	ECONOMIC	quadruple	298	30	4 persons dormitory with Bathroom+WC+kitchen No breakfast
	NO Breakfast	sextuple	288	28	6 persons dormitory with Bathroom+WC+ kitchen No breakfast

(1) = Twins or doubles : 2 persons in a room Twins = 2 small beds, doubles = 1 bed for 2 persons

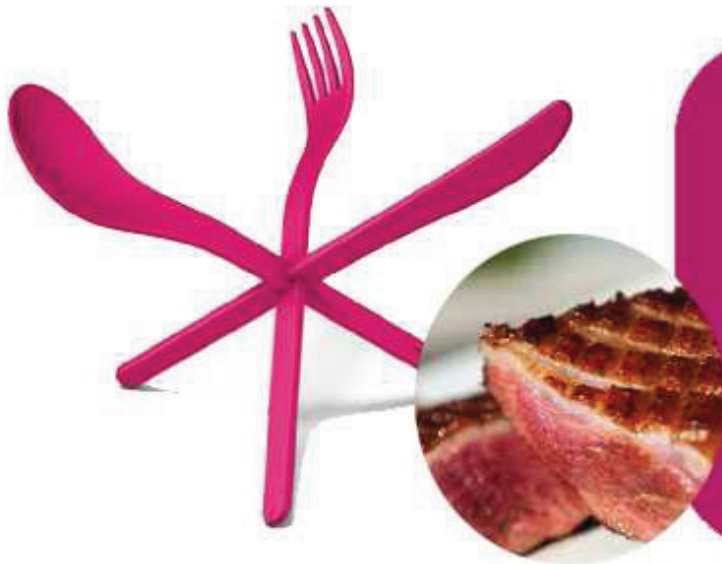
(2) = The package includes /person: chosen accommodation for 6 nights, arrival on 09/28 departure on 10/04 + breakfast (except inn) + taxes + accreditation pass + museum pass + transport pass

(3) = additional night with breakfast (except inn)+ taxes



Toulouse!

# Meals proposals (on reservation)



**EVERY DAY  
LUNCH & DINNER  
At Toulouse Beach**

**18€**

You may reserve  
48h in advance  
at the village



**PROMOTION**

**FOR 10 MEALS  
RESERVED**

**(LUNCH OR DINNER  
SERVED AT THE VILLAGE)**

**+ 1 MEAL OFFERED !**



# Meals (on reservation)



**OPENING CEREMONY  
COCKTAIL DINNER**

**23€**

Sunday evening  
Sport's Palace



**GASTRONOMICAL  
GALA DINNER \***

**29€50**

Thursday evening  
Mermoz hall  
\* on reservation



**CLOSING THE EVENT \*  
FAREWELL PARTY  
REGIONAL  
BUFFET**

**23€**

Toulouse Beach  
Friday night  
\* on reservation