



**Associação
de Ginástica
do Norte**

CIRCULAR nº 37/2025

VERSÃO 01

ASSUNTO: - Ginástica Rítmica

- Conjuntos – Campeonato Distrital

- II Torneio de Grupos

DISTRIBUIÇÃO: Clubes filiados com GR, Juízes GR, Academia de Ginástica de Lousada, FGP.

Exmos. Senhores,

Pela presente divulgamos informações relativas às provas em epígrafe:

1. PROGRAMA

1.1 – Data: 28 Junho de 2025, Sábado

1.1 – Local: Pavilhão Municipal de Lousada

Rua Dr. Mário Soares, 108
4620-493 Pias - Lousada

41.271674,-8.274467

2. HORÁRIO

11h30m – Treino no espaço da competição.

13h15m – Fim do treino

13h30m – Reunião de Juízes

14h00m – Competição Distrital Conjuntos Infantis - Aveiro, Porto e Coimbra Grupo A

14h40m – Competição Distrital Conjuntos Infantis - Aveiro, Porto e Coimbra Grupo B

Cerimónia protocolar de Infantis - (fato de treino do clube)

16h00m – Competição Distrital Conjuntos - Iniciadas, Juvenis, Júniores e Seniores

17h00m – Competição de Grupos - Infantis, Iniciadas

17h30m – Competição de Grupos - Juvenis e Júniores

18h15m – Cerimónia protocolar - Conjuntos e Grupos (fato de treino do clube)

(o horário de cada escalão poderá ser antecipado até 20 minutos)

3. MÚSICA

A música de cada exercício, **identificada de acordo com as normas definidas** e em **formato mp3**, deve ser enviada dentro dos prazos previstos (**20.06.2025**) para: gr.musica@agn.pt

Exemplo: 142_IvaMoinhos_INI_Bola_GCST.mp3

4. SIGLAS CLUBES PARTICIPANTES

AAE – Associação Académica de Espinho	CDFP – Clube Desportivo Foz Porto
BFC – Boavista Futebol Clube	CENAP – Centro Atlético Póvoa Pacense
CDF – Clube Desportivo Feirense	EGA – Escola Gímnica de Aveiro
CDCP – Clube Desportivo Costa de Prata	GCST – Ginásio Clube de Santo Tirso
ACMC – Associação Cristã da Mocidade de Coimbra	CNM – Centro Norton de Matos

5. NOTAS

- 1 - A presença na competição só é autorizada a ginastas, treinadores e juizes filiados na FGP na presente época. A juntar a isso, os treinadores devem ter o seu Título Profissional de Treinador de Desporto activo.
- 2 – De acordo com a Lei, não é permitido fumar na instalação desportiva e no exterior num raio mínimo de 50 metros.

6. GINASTAS PARTICIPANTES

6.1 – Campeonato Distrital de Conjuntos - Aveiro

AAE

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
1	FLOR QUEIJO	INF A	06-09-2016	X					
	MAFALDA REGADAS		26-02-2017						
	LUISA FIGUEIREDO		02-06-2017						
	BEATRIZ SÁ		06-11-2016						
	VITÓRIA DIAS		26-12-2016						
	RITA VALENTE		01-08-2017						
2	CAROLINA GARCIA	INF B	25-05-2017	X					
	LEONOR PAIS		20-05-2017						
	MARIA CLARA COSTA		10-03-2018						
	LUISA OLIVEIRA		20-09-2017						
	MARTA ALMEIDA		05-11-2016						
	RITA MARTINS		08-02-2017						
3	CAROLINA MOTA	JUV	19-09-2013				X		
	CAROLINA SAXE		23-03-2013						
	MARGARIDA NOVO		08-02-2012						
	FLOR BARBOSA		22-02-2013						
	RITA DUARTE		11-12-2013						
	MARIA PEREIRA		30-12-2013						

CDCP

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
4	ALICE NEVES	INF	17-08-2016	X					
	LARA SANTOS		29-08-2017						
	MARIA PRIOR		31-10-2017						
	INÊS GRAVATA		02-08-2016						
	SAMANTHA PEREZ		09-05-2017						
	BENEDITA MOREIRA		03-12-2017						
5	LEONOR PRIOR	JUV	29-09-2012				X		
	ANA CAPELA		25-01-2012						
	MATILDE LOURENÇO		09-07-2013						
	LAURA LOPES		25-02-2013						
	RITA SILVESTRE		01-09-2012						
	BIANCA SILVA		24-11-2014						
	LUNA LAVRADOR		15-01-2013						

CENAP

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
6	SOFIA MELO	JUV	05-08-2015				X		
	MATILDE MONTEIRO		05-05-2015						
	MARIA RITA NOGUEIRA		18-05-2013						
	MARIA PEDRO JESUS		27-06-2013						
	RAFAELA CARREIRO		28-06-2012						
	RITA SARAIVA		10-10-2012						
7	ANA INÊS COSTA	SEN	06-06-2001				X		
	BEATRIZ DIAS		22-02-2009						
	DIANA GONÇALVES		15-03-2009						
	MARIA LEON. MARQUES		23-10-2011						
	MATILDE MARQUES		02-06-2009						

GREMI

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
8	MARGARIDA FONSECA	INF	22-07-2017	X					
	MARIANA VALENTE		30-03-2016						
	IRIS SILVA		25-04-2018						
	BEATRIZ COSTA		26-11-2016						
	MARIA SILVA		26-11-2017						
	ÍRIS CARVALHO		25-04-2018						

6.2 – Campeonato Distrital Conjuntos - Porto**BFC**

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
1	ÍRIS RODRIGUES	INF A	14-04-2016	X					
	MARIA CLARA VALENTE		06-11-2016						
	NOUR AWAD		07-11-2016						
	DIANA SHULHA		16-05-2017						
	ANASTASIYA KAZAK		15-07-2018						
2	LEONOR SOUSA	INF B	27-04-2016	X					
	MIA MORAIS		31-05-2016						
	NADJA RODRIGUES		14-12-2017						
	ARIANA USTIMENKO		05-04-2017						
	DARIA FERREIRA		15-12-2018						

GCST

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
3	IVA MOINHOS	INI	28-07-2015			X			
	PILAR MOINHOS		28-07-2015						
	ALICE SAMPAIO		28-08-2015						
	MARIA BALSEMÃO		06-01-2015						
	LEONOR LONGRAS		18-01-2015						
	MATILDE FALCÃO		11-11-2015						
	LEONOR DIAS		09-11-2015						
4	FLOR SIMÕES	JUV	07-02-2012				X		
	MARIA SIMÕES		07-02-2012						
	MARGARIDA MACHADO		17-12-2013						
	FRANCISCA LOURENÇO		06-03-2012						
	CAROLINA MACHADO		19-10-2013						
	MARIANA AFONSO		03-07-2013						

5	LYSIE CASTRO	INF	15-07-2016	X					
	LEONOR TABORDA		26-09-2016						
	MARIA INÊS SANTOS		16-04-2016						
	MATILDE CRUZ		01-03-2018						
	MARIA MIGUEL MESQUITA		07-07-2017						
	INÊS FERREIRA		09-03-2016						

6.3 – Campeonato Distrital Conjuntos - Coimbra

ACMC

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
1	ALICE SIMÕES	INF	18-08-2016	X					
	AA LUISA MORAIS		06-09-2016						
	LEONOR DIAS		29-02-2016						
	MARIA VICENTE		22-01-2016						
	SALOMÉ PEREIRA		03-02-2017						

CNM

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
2	FRANCISCA BARBOSA	INF	18-08-2016	X					
	CADJATU BALDÉ		06-09-2016						
	CAROLINA ALBUQUERQUE		29-02-2016						
	MARIA PILAR FERREIRA		22-01-2016						
	LAURA CARVALHAL		03-02-2017						
3	ALICE SIMÕES	INI	30-11-2015			X			
	MADALENA PIRES		19-12-2015						
	MADALENA VARELA		09-07-2014						
	MARIA BENED. FERREIRA		08-03-2014						
	MARIA TERESA PORTUGAL		14-06-2014						
	MIRIAM HENRIQUES		07-09-2014						
	ZLATA SMETANA		02-09-2015						
4	AURORA SIMÕES	JUN	21-11-2012					X	
	ALICE MARQUES		07-06-2011						
	MARGARIDA MOURA		26-10-2013						
	RAFAELA FERNANDES		02-11-2012						
	LEONOR CARDOSO		12-05-2013						

6.5 – Torneio de Grupos

BFC

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
1	LAURA GUIMARÃES	SEN	29-11-2016	X					
	MARIA CHERTOVSKIKH		24-11-2017						
	MARIA MARQUES		12-01-2018						
	MATILDE FRANCISCO		19-11-2016						
	MATILDE REIS		17-11-2017						
2	SOFIA MARQUES	INF B	02-02-2017	X					
	KIRA BESSMERTNA		22-12-2017						
	MADALENA ARAÚJO		06-04-2017						
3	ANNA SILVA	INI	12-01-2016	X					
	GRACE DOWNER		24-12-2016						
	INÊS PEREIRA		11-11-2015						
	OLÍVIA VACCARO		07-02-2016						
	SOFIA GONÇALVES		10-10-2016						

CDF

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
4	MARIANA DIAS	INIC B	07-09-2015	X					
	SARA ALVES		17-03-2015						
	LIA SANTOS		01-07-2015						
	DIANA OLIVEIRA		05-02-2015						
	LEONOR FERREIRA		04-12-2014						
5	CAROLINA LEANDRO	INIC A	28-05-2014	X					
	CAROLINA OLIVEIRA		09-11-2015						
	BEATRIZ PINTO		09-05-2015						
	SOFIA COSTA		08-05-2015						
	MARIA SILVA		08-03-2016						
6	MARIA TRINDADE	JUV	21-01-2013			X			
	LAURA VALENTE		02-06-2012						
	MARGARIDA DUARTE		15-06-2012						
	INÊS SILVA		17-07-2013						
	SOFIA ABREU		22-01-2014						
7	SOFIA AGUIAR	JUN	28-11-2011			X			
	BEATRIZ MEDEIROS		26-03-2012						
	EMMA COBA		09-07-2012						
	RITA REIS		27-06-2013						
	ANA REIS		09-01-2013						

CENAP

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
8	ANA PEDRO COUTO	JUV	20-12-2012				X		
	MATILDE CALVO		04-12-2013						
	ANA SANTOS		15-12-2013						
	LARA LOPES		18-10-2014						
	MARIA MARQUES		25-01-2014						
	YARA COSTA		02-08-2014						
9	SOFIA VYSHYNSKA	INIC	25-09-2015			X			
	LEONOR MENDES		12-11-2014						
	CARLOTA BATISTA		29-01-2015						
	LEONOR RODRIGUES		02-07-2014						
	BEATRIZ LOPES		10-03-2014						

EGA

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
10	ALICIA SARDO	INF	06-07-2016	X					
	LUIZA MARQUES		26-09-2015						
	MATILDE PEREIRA		27-05-2016						
	CARLOTA FERNANDES		21-01-2017						
11	INÊS OLIVEIRA	INI	18-12-2014	X					
	MARIA ABRANTES		29-07-2014						
	MARIA RODRIGUES		02-05-2015						
	NICOLE SILVA		28-06-2014						
12	ANA MARTINS	JUV A	13-11-2013			X			
	BIANCA DIAS		07-06-2013						
	INÊS ALMEIDA		10-02-2013						
	LIA CUNHA		27-03-2013						

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
13	DARIA FROLOVA	JUV B	10-09-2012			X			
	EMA DIAS		17-07-2012						
	GABRIELA ABRANTES		04-01-2012						
	MARIANA OLIVEIRA		12-07-2012						
	SOFIA POMBO		07-02-2012						
14	ANA JORGE	JUN A	18-02-2011			X			
	CONSTANÇA FARIA		23-04-2010						
	DANIELA NOGUEIRA		21-03-2010						
	MARIA LUIS VIDEIRA		02-11-2011						
	MATILDE MELO		17-04-2012						
15	JOANA CORREIA	JUN B	05-08-2011				X		
	MÁREME CARDOSO		25-02-2011						
	MARIA AMADOR		29-12-2011						
	MATILDE BASTO		15-04-2011						

7 – Informações complementares

7.1 – O clube disponibiliza:

a) Possibilidade de treinar no espaço de competição a partir das 10:00 horas

b) Almoço

7.1.a – Possibilidade de treinar ...

Entre as 10:00 h e as 12:30 o clube disponibiliza o espaço para os clubes que o desejarem, possam treinar no espaço de competição. Os clubes que o pretendam fazer devem obrigatoriamente informar o clube co-organizador academiaginasticalousada@gmail.com, até dia 25 de Junho, para que este possa agilizar e organizar a ocupação do espaço, bem como responder a cada clube sobre horários de ocupação.

7.1.b – Almoço

Os clubes / pessoas que pretendam almoçar

(- sopa de legumes – 1,50 €

- Peito de frango grelhado com arroz, salada, uma peça de fruta e uma garrafa de água – 6,50 €)

devem fazer a sua encomenda de almoço para academiaginasticalousada@gmail.com, ou pelo telefone 962484539 - até ao dia 25 de Junho.