

**ASSUNTO:** I Encontro Benjamins e Infantis 2026 - GAF

**DISTRIBUIÇÃO:** Clubes participantes, Complexo Municipal de Ginástica da Maia e Federação de Ginástica de Portugal.

Exmos. Senhores,

Pela presente enviamos a circular do Encontro Distrital Infantis 2026 - GAF

**Ginástica Artística Feminina**

**Data:** 09 e 10 de Maio de 2026 (Sábado e Domingo)

**Local:** Complexo Municipal de Ginástica da Maia

**Programa:**

Benjamins Infantis	Exercícios Obrigatórios;	Programa Técnico Competitivo Base (11º ao 2º grau)
-----------------------	--------------------------	--

**Escalões:** Benjamins 2020-2019;  
Infantis 2018-2017;

**Data:** 09 de Maio de 2026 (Sábado)

**1º Turno – Infantis Porto (Anexo 1)**

Abertura do recinto: 08:10 (aquecimento até às 08:25)

Início da Competição: 08:30

Final Previsto: 10:30

**2º Turno – Infantis Porto (Anexo 2)**

Abertura do recinto: 10:10 (aquecimento até às 10:25)

Início da Competição: 10:30

Final Previsto: 12:30

**3º Turno – Infantis e Benjamins Porto (Anexo 3)**

Abertura do recinto: 13:40 (aquecimento até às 13:55)

Início da Competição: 14:00

Final Previsto: 16:00

**4º Turno – Infantis e Benjamins Porto (Anexo 4)**

Abertura do recinto: 15:40 (aquecimento até às 15:55)

Início da Competição: 16:00

Final Previsto: 17:40

**5º Turno – Infantis e Benjamins Porto (Anexo 5)**

Abertura do recinto: 17:20 (aquecimento até às 17:35)

Início da Competição: 17:40

Final Previsto: 19:20

**Data:** 10 de Maio de 2026 (Domingo)

**6º Turno – Infantis Aveiro e Braga (Anexo 6)**

Abertura do recinto: 08:30 (aquecimento até às 08:45)

Início da Competição: 08:50

Final Previsto: 10:50

**7º Turno – Benjamins Aveiro e Infantis Braga (Anexo 7)**

Abertura do recinto: 10:30 (aquecimento até às 10:45)

Início da Competição: 10:50

Final Previsto: 12:30

**8º Turno – Benjamins Braga (Anexo 8)**

Abertura do recinto: 13:40 (aquecimento até às 13:55)

Início da Competição: 14:00

Final Previsto: 16:00

**Aquecimento:** O aquecimento inicial é feito no praticável do ginásio ao lado da cortina

**Notas:**

- 1- O Horário de cada escalão pode ser antecipado até 20 minutos.
- 2- As cerimónias protocolares decorrerão logo após terminar a competição e é obrigatório o uso de fato de treino do clube e estandarte.
- 3- A ausência de ginastas na competição implica a apresentação de justificação válida, conforme *Regulamento de competições/eventos 2024-25* da AGN.
- 4- 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.

- 5- Independentemente de terem colocado na ficha de inscrição diversos treinadores, os Clubes que participem apenas com uma ou duas ginastas, só poderão ser acompanhadas por um(a) treinador(a). Não será permitido mais do que dois (duas) treinadores (as) por Equipa/Grupo de trabalho dentro do recinto de competição.
- 6- Haverá uma zona específica para a transferência/troca de treinadores à entrada do espaço de competição.
- 7- Para efeitos da aplicação do ponto 8.7 do Regulamento de Competições Eventos da AGN, os resultados de cada exercício são publicamente mostrados pelo júri a ginastas e treinadores.
- 8- No espaço de competição, para além dos equipamentos eletrónicos usados pela organização, não é permitido o uso de aparelhos eletrónicos (telemóveis/tablets/computadores) por ginastas, juízes ou treinadores.
- 9- De acordo com a Lei, não é permitido fumar na instalação desportiva e no exterior num raio mínimo de 50 metros.

**Músicas:**

As músicas devem dar entrada na AGN até às 17h00 de 3ª feira dia 5 de Maio de 2026, enviadas por via eletrónica para [gaf@agn.pt](mailto:gaf@agn.pt).

Solicitamos que sejam enviadas todas juntas via upload através de plataforma de transferência de ficheiros (exemplo: preferencialmente [swisstransfer](#) - em último recurso por Wetransfer).

**As músicas têm de estar devidamente identificadas, com número de dorsal, a sigla do clube e o nome da ginasta (primeiro nome e apelido)**

**Exemplo: 000-Nome do Clube-RuteMartins.**

**Não serão consideradas músicas que estejam identificadas de outra forma.**

**Só é necessário enviar as músicas das ginastas que utilizam música diferente da apresentada para os exercícios obrigatórios.**

Por segurança os clubes devem ser portadores das músicas em dispositivo de armazenamento (pen drive, disco externo, etc...).

**Circular:**

Os grupos poderão sofrer alterações, devido a possíveis desistências de ginastas. A haver alteração, será colocada na página eletrónica da AGN, enviada aos clubes e entregue no local de prova uma circular actualizada para todos os clubes participantes.

**Captação de imagens:**

A captação de imagens dentro do recinto de competição deve obedecer ao estabelecido em <https://www.agn.pt/index.php/os-regulamentos>

**Acreditação:**

**Todos os participantes na competição devem ser portadores do cartão de cidadão.**

A entrada dos ginastas, treinadores e Delegado do clube à competição faz-se pela porta principal do Complexo de Ginástica. Os elementos da organização e os juízes entram também pela porta referida.

A entrada do público faz-se por uma das portas a indicar, no local oposto à porta de entrada dos ginastas.

A presença no recinto de competição só é autorizada a ginastas inscritos na competição, aos elementos da organização, aos treinadores e juízes filiados na Federação de Ginástica de Portugal na presente época desportiva. A juntar a isto, os treinadores devem ter o Título Profissional de Treinador de Desporto activo.

Os Delegados dos clubes devem assistir à competição na bancada VIP e acedem ao espaço de competição no momento das cerimónias protocolares para participação nas mesmas.

Para o melhor decorrer da prova todos os intervenientes presentes no recinto de competição devem estar devidamente inscritos dentro dos prazos indicados pelos regulamentos da AGN.

**IMPORTANTE:**

**1 - Qualquer alteração que os clubes pretendam fazer** - fundamentalmente ginastas a trocarem de grupo / inscritas e não constantes da circular / nomes incorrectos-trocados / eventuais inscrições com penalização - só serão aceites até ao dia **4 de Maio - Segunda-feira**.

No dia seguinte, Quarta-feira, 6 de Maio, será emitida e enviada aos clubes participantes, circular definitiva da competição, com as alterações que surgirem até à data anterior.

**2 – A Listagem de Treinadores – Ginastas do EBI deve ser devolvida a [gaf@agn.pt](mailto:gaf@agn.pt) até ao dia 3 de Maio de 2026.**

**Clubes participantes:**

<b>ACGB</b> – Artigym Clube de Ginástica de Braga	<b>CDFP</b> – Clube Desportivo Foz Porto
<b>ACM</b> – Acro Clube da Maia	<b>CGB CD</b> – CGB Clube Desportivo
<b>ADA</b> - Associação Desportiva de Aveiro	<b>GUI-CGG</b> – Clube de Ginástica de Guimarães
<b>AGLou</b> – Academia de Ginástica de Lousada	<b>CGOB</b> – Clube de Ginástica de Oliveira do Bairro
<b>AGJD</b> – Associação Ginástica Julio Dinis	<b>EGG</b> – Escola de Ginástica de Gaia – CRL
<b>BFC</b> – Boavista Futebol Clube	<b>FCG</b> – Futebol Clube de Gaia
<b>CA4</b> – Clube A4	<b>GCM</b> – Ginásio Clube da Maia
<b>CBP 2012</b> – Basquetebol Clube de Penafiel	<b>SpCP</b> – Sport Club do Porto

**Porto, 22 de Março de 2026**

**O Departamento de GAF e GAM**

Anexo 1 – I Encontro Benjamins e Infantis – GAF	1º Turno
9 Maio 2026	1ª subdivisão
08:10 - 08:25 - 08:30 – 10:30	Infantis Porto

**Lista de Ginastas**

<b>Grupo</b>	<b>Clube</b>	<b>Nº</b>	<b>Nome</b>	<b>Ano</b>	<b>Esc.</b>
<b>B</b>	GCM	6	Benedita Martins	2017	Infantis
	GCM	7	Victoria Saik	2017	Infantis
	GCM	8	Benedita Dias	2017	Infantis
	GCM	12	Olivia Santos	2017	Infantis
	GCM	17	Ana Costa	2018	Infantis
<b>C</b>	GCM	5	Laura Maia	2018	Infantis
	GCM	11	Melissa Cunha	2018	Infantis
	GCM	14	Leonor Sousa	2017	Infantis
	GCM	16	Mariana Fernandes	2017	Infantis
	GCM	20	Inês Silva	2017	Infantis
<b>F</b>	GCM	10	Carolina Augusto	2018	Infantis
	GCM	15	Constança Couto	2017	Infantis
	GCM	19	Carolina Guimarães	2018	Infantis
	GCM	23	Francisca Maia	2018	Infantis
	GCM	27	Maria Coelho	2017	Infantis
<b>G</b>	ACM	33	Maria Moreira	2017	Infantis
	ACM	48	Anna Loreto	2017	Infantis
	ACM	39	Maria Gonçalves	2017	Infantis
	ACM	35	Francisca Freitas	2017	Infantis
	ACM	32	Leonor Capela	2017	Infantis
	ACM	34	Barbara Nobre	2018	Infantis
	ACM	38	Ana Lamego	2017	Infantis
<b>H</b>	ACM	43	Frederica Melo	2018	Infantis
	ACM	66	Luísa Rocha	2018	Infantis
	ACM	42	Arina Komysa	2017	Infantis
	ACM	49	Sofia Teixeira	2017	Infantis
	ACM	40	Carolina Oliveira	2018	Infantis
	ACM	51	Margarida Teixeira	2018	Infantis
	ACM	36	Beatriz Ribeiro	2018	Infantis
<b>O</b>	CDFP	80	Maria Silva	2017	Infantis
	CDFP	82	Luisa Lampreia	2017	Infantis
	CDFP	83	Carlota Menezes	2017	Infantis
	CDFP	84	Carminho Fragateiro	2017	Infantis
	CDFP	85	Maria Jorge	2017	Infantis
	CDFP	86	Margarida Almeida	2018	Infantis
	CDFP	87	Maria Leitão	2017	Infantis

A zona de aquecimento geral abre às 08:10. Às 08:25 termina o período de aquecimento geral para se proceder à organização do desfile que segue directamente para os aparelhos.

### **Ordem Passagem nos Aparelhos – Competição**

Após o desfile/rotação haverá um período de aquecimento no aparelho de 7', após o qual os juízes iniciam a avaliação.

	<b>ST</b>	<b>PA</b>	<b>Pausa</b>	<b>T</b>	<b>S</b>	<b>Pausa</b>
08:30-08:50	B	C	F	G	H	O
08:50-09:10	O	B	C	F	G	H
09:10-09:30	H	O	B	C	F	G
09:30-09:50	G	H	O	B	C	F
09:50-10:10	F	G	H	O	B	C
10:10-10:30	C	F	G	H	O	B

A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o juiz do aparelho.



Anexo 2 – I Encontro Benjamins e Infantis 2026 - GAF	2º Turno
9 Maio 2026	2ª subdivisão
10:10 - 10:25 - 10:30 – 12:30	Infantis Porto

**Lista de Ginastas**

Grupo	Clube	Nº	Nome	Ano	Esc
A	FCG	1	Carolina Oliveira	2018	Infantis
	FCG	2	Carolina Silva	2017	Infantis
	FCG	3	Margarida Teixeira	2017	Infantis
	FCG	4	Vitória Prim	2018	Infantis
D	GCM	9	Rita Ferrão	2017	Infantis
	GCM	13	Emma Gonçalves	2017	Infantis
	GCM	21	Camila Monteiro	2017	Infantis
	GCM	24	Rita Matos	2017	Infantis
	GCM	25	Maria Nogueira	2017	Infantis
E	GCM	22	Inês Viana	2018	Infantis
	GCM	18	Leonor Magalhães	2018	Infantis
	GCM	26	Margarida	2017	Infantis
	GCM	28	Maria Carneiro	2017	Infantis
	GCM	29	Maria Santos	2017	Infantis
I	ACM	52	Inês Moreira	2017	Infantis
	ACM	37	Leonor Martins	2018	Infantis
	ACM	44	Alice Pinto	2017	Infantis
	ACM	45	Eugénia Magalhães	2017	Infantis
	ACM	50	Soffia Derkach	2018	Infantis
	ACM	51	Luísa Sousa	2017	Infantis
J	ACM	30	Rita Ferreira	2017	Infantis
	ACM	47	Maria Barbosa	2018	Infantis
	ACM	53	Sofia Oliveira	2017	Infantis
	ACM	54	Maria Sousa	2017	Infantis
	ACM	55	Teresa Carvalhosa	2018	Infantis
	ACM	60	Noa Letra	2018	Infantis
P	CDFP	88	Maria Cardoso	2018	Infantis
	CDFP	89	Mafalda Pereira	2018	Infantis
	CDFP	91	Maria Mendes	2017	Infantis
	CDFP	92	Maria Godinho	2017	Infantis
	CDFP	93	Leonor Gonçalves	2017	Infantis
	CDFP	94	Madalena Babo	2018	Infantis
	CDFP	95	Francisca Vales	2018	Infantis

## **Aquecimento**

A zona de aquecimento geral abre às 10:10. Às 10:25 termina o período de aquecimento geral para se proceder à organização do desfile que segue directamente para os aparelhos.

## **Ordem Passagem nos Aparelhos – Competição**

Após o desfile/rotação haverá um período de aquecimento no aparelho de 7', após o qual os juízes iniciam a avaliação.

	<b>ST</b>	<b>PA</b>	<b>Pausa</b>	<b>T</b>	<b>S</b>	<b>Pausa</b>
10:30-10:50	A	D	E	I	J	P
10:50-11:10	P	A	D	E	I	J
11:10-11:30	J	P	A	D	E	I
11:30-11:50	I	J	P	A	D	E
11:50-12:10	E	I	J	P	A	D
12:10-12:30	D	E	I	J	P	A

A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o juiz do aparelho.

Anexo 3 – I Encontro Benjamins e Infantis 2026 – GAF	3º Turno
9 Maio 2026	3ª subdivisão
13:40 - 13:55 - 14:00 – 16:00	Infantis e Benjamins Porto

**Lista de Ginastas**

<b>Grupo</b>	<b>Clube</b>	<b>Nº</b>	<b>Nome</b>	<b>Ano</b>	<b>Esc</b>
<b>K</b>	ACM	57	Bárbara Pereira	2017	Infantis
	ACM	58	Margarida Novo	2017	Infantis
	ACM	59	Ana Miranda	2017	Infantis
	ACM	56	Clara Raposo	2017	Infantis
	ACM	61	Mara Gonçalves	2017	Infantis
	ACM	62	Maria Alves	2017	Infantis
	ACM	46	Francisca Martins	2017	Infantis
<b>L</b>	ACM	63	Maria Mendes	2017	Infantis
	ACM	64	Alice Silva	2018	Infantis
	ACM	65	Inês Pereira	2017	Infantis
	ACM	67	Leonor Pereira	2018	Infantis
	ACM	68	Benedita Silva	2017	Infantis
	ACM	31	Maria Fonseca	2017	Infantis
<b>M</b>	AGLou	69	Beatriz Moreira	2018	Infantis
	AGLou	70	Francisca Teixeira	2017	Infantis
	AGLou	71	Maria Rocha	2017	Infantis
	AGLou	72	Ana Mota	2018	Infantis
	AGLou	73	Clara Correia	2018	Infantis
<b>N</b>	AGLou	74	Benedita Silva	2017	Infantis
	AGLou	75	Lara Pinto	2018	Infantis
	AGLou	76	Sofia Soares	2018	Infantis
	AGLou	77	Carlota Rêgo	2017	Infantis
	AGLou	78	Ariella Rivera	2017	Infantis
	AGLou	79	Jacinta Ferreira	2017	Infantis
<b>Q</b>	CDFP	96	Francisca Pereira	2017	Infantis
	CDFP	97	Rosalie Martin	2017	Infantis
	CDFP	98	Maria Freitas	2018	Infantis
	CDFP	99	Madalena Quinta	2018	Infantis
	CDFP	100	Vitória Martins	2017	Infantis
	CDFP	102	Matilde Gonçalves	2018	Infantis
	CDFP	103	Matilde Sousa	2018	Infantis

**Lista de Ginastas - Benjamins**

<b>Grupo</b>	<b>Clube</b>	<b>Nº</b>	<b>Nome</b>	<b>Ano</b>	<b>Esc</b>
<b>BA</b>	BFC	162	Sofia Augusto	2019	Benjamins
	BFC	163	Beatriz Freitas	2020	Benjamins
	EGG	164	Vira Olkhovska	2019	Benjamins
	EGG	165	Camila Neves	2019	Benjamins
	FCG	166	Camila Oliveira	2020	Benjamins
	FCG	167	Carolina Rocha	2020	Benjamins
<b>BB</b>	GCM	170	Luciana Santos	2020	Benjamins
	GCM	175	Ana Silva	2019	Benjamins
	GCM	179	Margarida Pereira	2019	Benjamins
	GCM	180	Madalena Páscoa	2019	Benjamins
	GCM	183	Viktoria Melezkyk	2019	Benjamins
<b>BC</b>	GCM	168	Leonor Arieira	2020	Benjamins
	GCM	169	Alice Gonçalves	2020	Benjamins
	GCM	174	Laura Teixeira	2020	Benjamins
	GCM	177	Ana Prestes	2020	Benjamins
	GCM	186	Carolina Brito	2020	Benjamins
<b>BI</b>	CDFP	212	Camila Pereira	2020	Benjamins
	CDFP	213	Catarina Pereira	2020	Benjamins
	CDFP	214	Inês Sunkel	2020	Benjamins
	CDFP	215	Madalena Bessa	2020	Benjamins
	CDFP	216	Eloá	2020	Benjamins
<b>BL</b>	ACM	227	Maria Azevedo	2019	Benjamins
	ACM	245	Lara Salvador	2020	Benjamins
	ACM	253	Benedita Peixoto	2019	Benjamins
	ACM	257	Maria Lourenço	2019	Benjamins
	ACM	231	Sara Pinho	2020	Benjamins
	ACM	232	Teresa Miranda	2020	Benjamins
	ACM	390	Vitória Melo	2020	Benjamins

## **Aquecimento**

A zona de aquecimento geral abre às 13:40. Às 13:55 termina o período de aquecimento geral para se proceder à organização do desfile que segue directamente para os aparelhos.

## **Ordem Passagem nos Aparelhos – Competição**

Após o desfile/rotação haverá um período de aquecimento no aparelho de 7', após o qual os juízes iniciam a avaliação.

### **Conjunto A aparelhos - Infantis**

	<b>ST</b>	<b>PA</b>	<b>Pausa</b>	<b>T</b>	<b>S</b>
14:00-14:20	K	L	M	N	Q
14:20-14:40	Q	K	L	M	N
14:40-15:00	N	Q	K	L	M
15:00-15:20	M	N	Q	K	L
15:20-15:40	L	M	N	Q	K

### **Conjunto B aparelhos - Benjamins**

	<b>ST</b>	<b>PA</b>	<b>Pausa</b>	<b>T</b>	<b>S</b>
14:00-14:20	BA	BB	BD	BI	BL
14:20-14:40	BL	BA	BB	BD	BI
14:40-15:00	BI	BL	BA	BB	BD
15:00-15:20	BD	BI	BL	BA	BB
15:20-15:40	BB	BD	BI	BL	BA

A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o juiz do aparelho.

Anexo 4 – I Encontro Benjamins e Infantis 2026 – GAF	4º Turno
9 Maio 2026	4ª subdivisão
15:40 - 15:55 - 16:00 – 17:40	Infantis e Benjamins Porto

**Lista de Ginastas - Infantis**

<b>Grupo</b>	<b>Clube</b>	<b>Nº</b>	<b>Nome</b>	<b>Ano</b>	<b>Esc.</b>
<b>S</b>	EGG	105	Luísa Rodrigues	2018	Infantis
	EGG	110	Mafalda Rocha	2017	Infantis
	EGG	112	Carolina Alves	2017	Infantis
	EGG	114	Beatriz Pinto	2017	Infantis
	EGG	116	Sofia Ramos	2017	Infantis
	EGG	117	Maria Oliveira	2017	Infantis
	EGG	119	Francisca Santos	2018	Infantis
<b>T</b>	EGG	104	Sofia Rocha	2017	Infantis
	EGG	106	Gabriela Gonçalves	2017	Infantis
	EGG	107	Gabriela Regado	2017	Infantis
	EGG	108	Mariana	2017	Infantis
	EGG	109	Rosário Pinto	2017	Infantis
<b>V</b>	SpCP	121	Analu D`Almeida	2017	Infantis
	SpCP	123	Hana Marques	2017	Infantis
	SpCP	124	Rita Matos	2017	Infantis
	SpCP	126	Maria Campos	2017	Infantis
	SpCP	129	Sara Faria	2018	Infantis
	SpCP	131	Filipa Marques	2017	Infantis
	SpCP	132	Sara Carvalho	2018	Infantis
<b>W</b>	SpCP	122	Maria Ferreira	2017	Infantis
	SpCP	125	Ana Marques	2018	Infantis
	SpCP	127	Rita Oliveira	2018	Infantis
	SpCP	128	Maria Costa	2018	Infantis
	SpCP	130	Maria Vieira	2017	Infantis
	SpCP	133	Vitória Mota	2018	Infantis
	SpCP	134	Maria Franco	2018	Infantis
<b>Z</b>	CBP2012	146	Clara Teixeira	2018	Infantis
	CBP2012	147	Francisca Magalhães	2018	Infantis
	CBP2012	148	Francisca Ferreira	2018	Infantis
	CBP2012	149	Francisca Nogueira	2017	Infantis
	CBP2012	150	Leonor Rocha	2018	Infantis
	CBP2012	151	Margarida Silva	2018	Infantis

**Lista de Ginastas - Benjamins**

<b>Grupo</b>	<b>Clube</b>	<b>Nº</b>	<b>Nome</b>	<b>Ano</b>	<b>Esc</b>
<b>BD</b>	GCM	171	Mariana Durães	2020	Benjamins
	GCM	176	Beatriz Almeida	2020	Benjamins
	GCM	181	Luísa Dias	2019	Benjamins
	GCM	182	Carolina Monteiro	2020	Benjamins
	GCM	187	Valentina Catarino	2019	Benjamins
<b>BE</b>	GCM	172	Georgia Machado	2020	Benjamins
	GCM	173	Leonor Martins	2020	Benjamins
	GCM	178	Mia Lavado	2019	Benjamins
	GCM	184	Ana Castelo	2020	Benjamins
	GCM	185	Lara Magalhães	2020	Benjamins
<b>BG</b>	AGLou	195	Carolina	2019	Benjamins
	AGLou	196	Leonor Pacheco	2019	Benjamins
	AGLou	197	Maria Fernandes	2019	Benjamins
	AGLou	198	Ana Cardoso	2019	Benjamins
	AGLou	199	Francisca Mota	2020	Benjamins
	AGLou	200	Sienna Sousa	2019	Benjamins
	AGLou	201	Mafalda Barbosa	2019	Benjamins
	AGLou	202	Lara Cavaleiro	2020	Benjamins
<b>BJ</b>	CDFP	217	Maria Guimarães	2019	Benjamins
	CDFP	219	Maria Coelho	2020	Benjamins
	CDFP	221	Isabela Dermendjian	2019	Benjamins
	CDFP	223	Justine Aulnois	2019	Benjamins
	CDFP	226	Maria Gomes	2020	Benjamins
<b>BM</b>	ACM	233	Ana Silva	2020	Benjamins
	ACM	234	Flora Soares	2020	Benjamins
	ACM	235	Klara Barros	2020	Benjamins
	ACM	236	Alice Loureiro	2020	Benjamins
	ACM	237	Amélia Brito	2019	Benjamins
	ACM	238	Benedita Carvalho	2020	Benjamins

## **Aquecimento**

A zona de aquecimento geral abre às 15:40. Às 15:55 termina o período de aquecimento geral para se proceder à organização do desfile que segue directamente para os aparelhos.

## **Ordem Passagem nos Aparelhos – Competição**

Após o desfile/rotação haverá um período de aquecimento no aparelho de 7', após o qual os juízes iniciam a avaliação.

### **Conjunto A aparelhos - Infantis**

	<b>ST</b>	<b>PA</b>	<b>Pausa</b>	<b>T</b>	<b>S</b>
16:00-16:20	S	T	V	W	Z
16:20-16:40	Z	S	T	V	W
16:40-17:00	W	Z	S	T	V
17:00-17:20	V	W	Z	S	T
17:20-17:40	T	V	W	Z	S

### **Conjunto B aparelhos - Benjamins**

	<b>ST</b>	<b>PA</b>	<b>Pausa</b>	<b>T</b>	<b>S</b>
16:00-16:20	BD	BE	BG	BJ	BM
16:20-16:40	BM	BD	BE	BG	BJ
16:40-17:00	BJ	BM	BD	BE	BG
17:00-17:20	BG	BJ	BM	BD	BE
17:20-17:40	BE	BG	BJ	BM	BD

A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o juiz do aparelho.

Anexo 4 – I Encontro Benjamins e Infantis 2026 – GAF	5º Turno
9 Maio 2026	5ª subdivisão
17:20 - 17:35 - 17:40 – 19:20	Infantis e Benjamins Porto

**Lista de Ginastas - Infantis**

<b>Grupo</b>	<b>Clube</b>	<b>Nº</b>	<b>Nome</b>	<b>Ano</b>	<b>Esc</b>
<b>U</b>	EGG	111	Francisca Ferraz	2017	Infantis
	EGG	113	Miriam Vilela	2017	Infantis
	EGG	115	Naiara Oliveira	2017	Infantis
	EGG	118	Inês Ramalhete	2017	Infantis
	EGG	120	Stella Lobo	2018	Infantis
<b>X</b>	BFC	135	Sara Sousa	2017	Infantis
	BFC	136	Maria Morais	2017	Infantis
	BFC	137	Ewa Silva	2018	Infantis
	BFC	138	Rita Pinheiro	2017	Infantis
	BFC	139	Matilda Kahlen	2017	Infantis
<b>Y</b>	BFC	140	Matilde Flores	2017	Infantis
	BFC	141	Beatriz Belard	2018	Infantis
	BFC	142	Leonor Serra	2017	Infantis
	CBP2012	143	Benedita Moreira	2017	Infantis
	CBP2012	144	Bianca Barros	2017	Infantis
	CBP2012	145	Carolina Pinho	2018	Infantis
<b>AA</b>	CBP2012	152	Rita Ferreira	2018	Infantis
	CBP2012	153	Sofia Ribeiro	2017	Infantis
	CBP2012	154	Leonor Santos	2018	Infantis
	CBP2012	155	Leonor Vale	2018	Infantis
	CBP2012	156	Maria Moreira	2017	Infantis
<b>AB</b>	CBP2012	157	Maria Luisa Da Rocha	2017	Infantis
	CBP2012	158	Olívia Moura	2017	Infantis
	CBP2012	159	Sofia Amaro	2018	Infantis
	CBP2012	160	Sofia Fernandes	2018	Infantis
	CBP2012	161	Laura Guimarães	2017	Infantis

**Lista de Ginastas - Benjamins**

<b>Grupo</b>	<b>Clube</b>	<b>Nº</b>	<b>Nome</b>	<b>Ano</b>	<b>Esc</b>
<b>BF</b>	SpCP	188	Victoria Ferraria	2020	Benjamins
	SpCP	189	Eliza Gallagher	2019	Benjamins
	SpCP	190	Daryna Lytvynenko	2020	Benjamins
	SpCP	191	Elodie Aldridge	2019	Benjamins
	SpCP	192	Gabriela Cardoso	2019	Benjamins
	SpCP	193	Benedita Machado	2019	Benjamins
	SpCP	194	Maria Gama	2019	Benjamins
<b>BH</b>	CBP2012	203	Camila Carvalho	2020	Benjamins
	CBP2012	204	Constança Oliveira	2020	Benjamins
	CBP2012	205	Inês Dias	2020	Benjamins
	CBP2012	206	Leonor Dâmaso	2020	Benjamins
	CBP2012	207	Mafalda Botelho	2019	Benjamins
	CBP2012	208	Maria Leonor Carneiro	2019	Benjamins
	CBP2012	209	Joana Seabra	2019	Benjamins
	CBP2012	210	Maria Clara De Sousa	2019	Benjamins
<b>BN</b>	ACM	239	Clara Félix	2020	Benjamins
	ACM	240	Ines Rosa	2020	Benjamins
	ACM	241	Maria Cruz	2020	Benjamins
	ACM	242	Maria Ribeiro	2020	Benjamins
	ACM	243	Olivia Silva	2020	Benjamins
	ACM	244	Carolina Pais	2020	Benjamins
	ACM	245	Lara Salvador	2020	Benjamins
<b>BO</b>	ACM	255	Miia Poludenna	2019	Benjamins
	ACM	246	Francisca Oliveira	2020	Benjamins
	ACM	247	Diana Matos	2020	Benjamins
	ACM	248	Francisca Fernandes	2019	Benjamins
	ACM	249	Jasmim Teixeira	2020	Benjamins
	ACM	250	Gabriela Lopes	2020	Benjamins
	ACM	389	Francisca Gencsi	2020	Benjamins
<b>BP</b>	ACM	251	Carolina Gomes	2019	Benjamins
	ACM	252	Dânia Marques	2020	Benjamins
	ACM	229	Ana Campos	2019	Benjamins
	ACM	254	Maria Gata	2019	Benjamins
	ACM	228	Ana Carvalho	2020	Benjamins
	ACM	256	Iris Silva	2019	Benjamins
	ACM	230	Laura Graça	2019	Benjamins

## **Aquecimento**

A zona de aquecimento geral abre às 17:20. Às 17:35 termina o período de aquecimento geral para se proceder à organização do desfile que segue directamente para os aparelhos.

## **Ordem Passagem nos Aparelhos – Competição**

Após o desfile/rotação haverá um período de aquecimento no aparelho de 7', após o qual os juizes iniciam a avaliação.

### **Conjunto A aparelhos - Infantis**

	<b>ST</b>	<b>PA</b>	<b>Pausa</b>	<b>T</b>	<b>S</b>
17:40-18:00	U	X	Y	AA	AB
18:00-18:20	AB	U	X	Y	AA
18:20-18:40	AA	AB	U	X	Y
18:40-19:00	Y	AA	AB	U	X
19:00-19:20	X	Y	AA	AB	U

### **Conjunto B aparelhos - Benjamins**

	<b>ST</b>	<b>PA</b>	<b>Pausa</b>	<b>T</b>	<b>S</b>
17:40-18:00	BF	BH	BN	BO	BP
18:00-18:20	BP	BF	BH	BN	BO
18:20-18:40	BO	BP	BF	BH	BN
18:40-19:00	BN	BO	BP	BF	BH
19:00-19:20	BH	BN	BO	BP	BF

A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o juiz do aparelho.

Anexo 6 – I Encontro Benjamins e Infantis 2026 – GAF	6º Turno
10 Maio 2026	6ª subdivisão
08:30 - 08:45 - 08:50 – 10:50	Infantis Aveiro e Braga

**Lista de Ginastas - Infantis**

<b>Grupo</b>	<b>Clube</b>	<b>Nº</b>	<b>Nome</b>	<b>Ano</b>	<b>Esc</b>
<b>AC</b>	AGJD	227	Joana Martins	2017	Infantis
	AGJD	228	Maria Sousa	2017	Infantis
	AGJD	229	Ana Albergaria	2018	Infantis
	AGJD	230	Maria Amarante	2018	Infantis
	AGJD	231	Kahaya Nunes	2018	Infantis
	AGJD	232	Ivana Costa	2018	Infantis
	AGJD	233	Alanna Tomas	2017	Infantis
<b>AD</b>	CA4	234	Benedita Fernandes	2017	Infantis
	CA4	235	Carolina Campos	2018	Infantis
	CA4	236	Camila Pelicano	2018	Infantis
	CA4	237	Maria Carvalho	2017	Infantis
	CA4	238	Patricia Morgado	2017	Infantis
	CA4	239	Bianca Covas	2017	Infantis
	CA4	240	Constança Rocha	2018	Infantis
<b>AE</b>	CA4	241	Clara Figueiredo	2018	Infantis
	CA4	242	Carolina Bastos	2018	Infantis
	CA4	243	Lia Soares	2018	Infantis
	CGOB	244	Francisca Pedro	2018	Infantis
	CGOB	245	Clarice Calache	2017	Infantis
	CGOB	246	Beatriz Timóteo	2018	Infantis
	CGOB	247	Sara Amer	2018	Infantis
<b>AF</b>	CGOB	248	Maria Mucha	2017	Infantis
	CGOB	249	Alice Santiago	2017	Infantis
	CGOB	250	Júlia Marques	2017	Infantis
	CGOB	251	Mafalda Andrade	2018	Infantis
	CGOB	252	Mariana	2017	Infantis
	CGOB	253	Constança Tarrafo	2017	Infantis
	CGOB	254	Leticia	2017	Infantis
	CGOB	388	Margarida Jesus		Infantis
<b>AG</b>	ADA	255	Ana Salsas	2018	Infantis
	ADA	256	Hannah Mendes	2018	Infantis
	ADA	257	Sara Brito	2017	Infantis
	ADA	258	Carolina Ferreira	2017	Infantis
	ADA	259	Maria Rodrigues	2017	Infantis
	ADA	260	Ana Sousa	2018	Infantis
<b>AH</b>	ADA	261	Ana Bastião	2018	Infantis
	ADA	262	Carolina Basto	2018	Infantis
	ADA	263	Maria Menezes	2018	Infantis
	ADA	264	Melinda Cunha	2018	Infantis
	ADA	265	Ana Casal	2018	Infantis

**Lista de Ginastas – Infantis Braga**

<b>Grupo</b>	<b>Clube</b>	<b>Nº</b>	<b>Nome</b>	<b>Ano</b>	<b>Esc</b>
<b>AI</b>	GUI CGG	304	Luana Correia	2017	Infantis
	GUI CGG	309	Maria Costa	2018	Infantis
	GUI CGG	306	Luísa Silva	2018	Infantis
	GUI CGG	313	Maria Clara Freitas	2018	Infantis
	GUI CGG	305	Ana Antunes	2017	Infantis
<b>AJ</b>	GUI CGG	295	Matilde Fernandes	2017	Infantis
	GUI CGG	317	Ana Faria	2017	Infantis
	GUI CGG	300	Caetana Rodrigues	2017	Infantis
	GUI CGG	318	Beatriz Mendes	2018	Infantis
	GUI CGG	303	Maria Luísa Vieira	2018	Infantis
<b>AK</b>	GUI CGG	308	Maria Francisca Vieira	2018	Infantis
	GUI CGG	323	Maria Idemeres	2018	Infantis
	GUI CGG	324	Marta Tymoshenko	2017	Infantis
	GUI CGG	298	Camila Teles	2017	Infantis
	GUI CGG	316	Lara Almeida	2018	Infantis
	GUI CGG	311	Sophie Freitas	2017	Infantis
<b>AO</b>	ACGB	335	Maria Silva	2018	Infantis
	ACGB	343	Carolina Pinto	2017	Infantis
	ACGB	328	Maria Clara Silva	2017	Infantis
	ACGB	329	Alice Santos	2017	Infantis
	ACGB	330	Ema Luís	2017	Infantis
<b>AP</b>	ACGB	331	Ellen Pereira	2017	Infantis
	ACGB	340	Carolina Ferraz	2018	Infantis
	ACGB	333	Mariana Carvalho Rodrigues	2018	Infantis
	ACGB	334	Melani Karabanova	2018	Infantis
	ACGB	326	Eva Silva	2018	Infantis
<b>AS</b>	CGB CD	346	Helois Brito	2018	Infantis
	CGB CD	347	Antónia Baía	2018	Infantis
	CGB CD	348	Francisca Lopes	2018	Infantis
	CGB CD	349	Inês Ribeiro	2017	Infantis
	CGB CD	350	Beatriz Amado	2017	Infantis
	CGB CD	351	Eliza Cabral	2017	Infantis
	CGB CD	352	Francisca Gomes	2017	Infantis

## **Aquecimento**

A zona de aquecimento geral abre às 08:30. Às 08:45 termina o período de aquecimento geral para se proceder à organização do desfile que segue directamente para os aparelhos.

## **Ordem Passagem nos Aparelhos – Competição**

Após o desfile/rotação haverá um período de aquecimento no aparelho de 7', após o qual os juízes iniciam a avaliação.

### **Conjunto A aparelhos – Infantis Aveiro**

	<b>ST</b>	<b>PA</b>	<b>Pausa</b>	<b>T</b>	<b>S</b>	<b>Pausa</b>
08:50-09:10	AC	AD	AE	AF	AG	AH
09:10-09:30	AH	AC	AD	AE	AF	AG
09:30-09:50	AG	AH	AC	AD	AE	AF
09:50-10:10	AF	AG	AH	AC	AD	AE
10:10-10:30	AE	AF	AG	AH	AC	AD
10:30-10:50	AD	AE	AF	AG	AH	AC

### **Conjunto B aparelhos – Infantis Braga**

	<b>ST</b>	<b>PA</b>	<b>Pausa</b>	<b>T</b>	<b>S</b>	<b>Pausa</b>
08:50-09:10	AI	AJ	AK	AO	AP	AS
09:10-09:30	AS	AI	AJ	AK	AO	AP
09:30-09:50	AP	AS	AI	AJ	AK	AO
09:50-10:10	AO	AP	AS	AI	AJ	AK
10:10-10:30	AK	AO	AP	AS	AI	AJ
10:30-10:50	AJ	AK	AO	AP	AS	AI

A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o juiz do aparelho.

Anexo 7 – I Encontro Benjamins e Infantis 2026 – GAF	7º Turno
10 Maio 2026	7ª subdivisão
10:30 - 10:45 - 10:50 – 12:30	Benjamins Aveiro e Infantis Braga

**Lista de Ginastas – Benjamins Aveiro**

<b>Grupo</b>	<b>Clube</b>	<b>Nº</b>	<b>Nome</b>	<b>Ano</b>	<b>Esc</b>
<b>BQ</b>	AGJD	266	Carolina Laurentino	2019	Benjamins
	AGJD	267	Alicie Ruivo	2019	Benjamins
	AGJD	268	Helena Andrade	2019	Benjamins
	AGJD	269	Laura Andrade	2019	Benjamins
	AGJD	270	Guiomar Andrade	2019	Benjamins
<b>BR</b>	CA4	271	Camila Santos	2020	Benjamins
	CA4	272	Sara Fonseca	2020	Benjamins
	CA4	273	Ana Pinto	2019	Benjamins
	CA4	274	Diana Carvalho	2019	Benjamins
	CA4	275	Lisa Cavaleiro	2019	Benjamins
<b>BS</b>	CA4	276	Francisca Ribeiro	2019	Benjamins
	CA4	277	Margarida Familiar	2019	Benjamins
	CA4	278	Carminho Cunha	2020	Benjamins
	CA4	279	Carolina Coelho	2020	Benjamins
	CA4	280	Francisca Pais	2019	Benjamins
<b>BT</b>	CA4	281	Leonor Martins	2020	Benjamins
	CA4	282	Maria Soares	2020	Benjamins
	CA4	283	Mariana Ferreira	2020	Benjamins
	CA4	284	Mariana Leão	2019	Benjamins
	CA4	285	Melissa Silva	2020	Benjamins
	CGOB	286	Leonor Teixeira	2019	Benjamins
	CGOB	287	Noah Zarro	2019	Benjamins
<b>BU</b>	CGOB	288	Benedita Velha	2019	Benjamins
	CGOB	289	Francisca	2019	Benjamins
	CGOB	290	Amália Cupido	2020	Benjamins
	CGOB	291	Margarida Amaral	2020	Benjamins
	CGOB	292	Bárbara Coelho	2020	Benjamins
	CGOB	387	Caetana Dias Tarrafo		Benjamins

**Lista de Ginastas – Infantis Braga**

<b>Grupo</b>	<b>Clube</b>	<b>Nº</b>	<b>Nome</b>	<b>Ano</b>	<b>Esc</b>
<b>AL</b>	GUI CGG	319	Mafalda Matos	2018	Infantis
	GUI CGG	325	Margarida Castro	2018	Infantis
	GUI CGG	321	Eloá Machado	2017	Infantis
	GUI CGG	320	Maria Alves	2018	Infantis
	GUI CGG	322	Mafalda Alves	2018	Infantis
	GUI CGG	315	Letícia Silva	2017	Infantis
<b>AM</b>	GUI CGG	314	Maria Cunha	2018	Infantis
	GUI CGG	293	Eva Tchikoulaeva	2018	Infantis
	GUI CGG	299	Nádia Sanches	2017	Infantis
	GUI CGG	302	Kelly Carvalho	2018	Infantis
	GUI CGG	296	Íris Freitas	2018	Infantis
<b>AN</b>	GUI CGG	301	Carminho Galante	2017	Infantis
	GUI CGG	310	Letícia Crispim	2017	Infantis
	GUI CGG	294	Victória Silva	2017	Infantis
	GUI CGG	312	Maria Benedita Freitas	2018	Infantis
	GUI CGG	297	Alice Cunha	2017	Infantis
<b>AQ</b>	ACGB	336	Maria Campelo	2018	Infantis
	ACGB	344	Inês Correia	2018	Infantis
	ACGB	338	Mariana Carvalho	2017	Infantis
	ACGB	339	Carlota Abreu	2017	Infantis
	ACGB	332	Carolina Vilas Boas	2018	Infantis
<b>AR</b>	ACGB	341	Ema Sousa	2017	Infantis
	ACGB	342	Mónica Martins	2017	Infantis
	ACGB	327	Beatriz Azevedo	2017	Infantis
	ACGB	337	Ana Andrez	2017	Infantis
	ACGB	345	Camila Oliveira	2018	Infantis

## **Aquecimento**

A zona de aquecimento geral abre às 10:30. Às 10:45 termina o período de aquecimento geral para se proceder à organização do desfile que segue directamente para os aparelhos.

## **Ordem Passagem nos Aparelhos – Competição**

Após o desfile/rotação haverá um período de aquecimento no aparelho de 7', após o qual os juízes iniciam a avaliação.

### **Conjuto A aparelhos – Benjamins Aveiro**

	<b>ST</b>	<b>PA</b>	<b>Pausa</b>	<b>T</b>	<b>S</b>
10:50-11:10	BQ	BR	BS	BT	BU
11:10-11:30	BU	BQ	BR	BS	BT
11:30-11:50	BT	BU	BQ	BR	BS
15:50-12:10	BS	BT	BU	BQ	BR
12:10-12:30	BR	BS	BT	BU	BQ

### **Conjuto B aparelhos – Infantis Braga**

	<b>ST</b>	<b>PA</b>	<b>Pausa</b>	<b>T</b>	<b>S</b>
10:50-11:10	AL	AM	AN	AQ	AR
11:10-11:30	AR	AL	AM	AN	AQ
11:30-11:50	AQ	AR	AL	AM	AN
15:50-12:10	AN	AQ	AR	AL	AM
12:10-12:30	AM	AN	AQ	AR	AL

A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o juiz do aparelho.

Anexo 8 – I Encontro Benjamins e Infantis 2026 – GAF	8º Turno
10 Maio 2026	8ª subdivisão
13:40 - 13:55 - 14:40 – 16:00	Benjamins Braga

**Lista de Ginastas – Benjamins Braga**

<b>Grupo</b>	<b>Clube</b>	<b>Nº</b>	<b>Nome</b>	<b>Ano</b>	<b>Esc</b>
<b>BV</b>	ACGB	358	Matilde Gonçalves	2020	Benjamins
	ACGB	360	Mariana Mendes	2019	Benjamins
	ACGB	355	Maria Rodrigues	2020	Benjamins
	ACGB	356	Benedita Silva	2019	Benjamins
	ACGB	357	Bárbara Silva	2020	Benjamins
<b>BW</b>	ACGB	359	Maria Araújo	2019	Benjamins
	ACGB	353	Clara Oliveira	2019	Benjamins
	ACGB	354	Anita Osório	2019	Benjamins
	ACGB	361	Maria Dourado	2019	Benjamins
	ACGB	362	Benedita Costa	2019	Benjamins
<b>BX</b>	CGB CD	363	Carolina Horta	2020	Benjamins
	CGB CD	364	Jéssica Silva	2019	Benjamins
	CGB CD	365	Carlota Oliveira	2019	Benjamins
	GUI CGG	375	Mara Silva	2020	Benjamins
	GUI CGG	378	Valentina Cunha	2019	Benjamins
	GUI CGG	376	Maria Vieira	2020	Benjamins
<b>BY</b>	GUI CGG	383	Maria Francisca Oliveira	2020	Benjamins
	GUI CGG	386	Mari Portilha	2020	Benjamins
	GUI CGG	380	Laura Lopes	2019	Benjamins
	GUI CGG	382	Maria Eduarda Oliveira	2020	Benjamins
	GUI CGG	371	Carminho Mota	2019	Benjamins
	GUI CGG	385	Maria Lopes	2019	Benjamins
<b>BZ</b>	GUI CGG	370	Maria Pinto	2019	Benjamins
	GUI CGG	381	Sofia Carvalho	2019	Benjamins
	GUI CGG	379	Vitória Marques	2019	Benjamins
	GUI CGG	367	Maria Silva	2019	Benjamins
	GUI CGG	368	Mafalda Oliveira	2019	Benjamins
	GUI CGG	369	Júlia Ferreira	2019	Benjamins
<b>CA</b>	GUI CGG	377	Miah Oliveira	2020	Benjamins
	GUI CGG	372	Clara Teixeira	2020	Benjamins
	GUI CGG	374	Inês Soares	2019	Benjamins
	GUI CGG	384	Maria Ferreira	2020	Benjamins
	GUI CGG	373	Ana Freitas	2019	Benjamins
	GUI CGG	366	Laura Silva	2019	Benjamins

## **Aquecimento**

A zona de aquecimento geral abre às 13:40. Às 13:55 termina o período de aquecimento geral para se proceder à organização do desfile que segue directamente para os aparelhos.

## **Ordem Passagem nos Aparelhos – Competição**

Após o desfile/rotação haverá um período de aquecimento no aparelho de 7', após o qual os juízes iniciam a avaliação.

	<b>ST</b>	<b>PA</b>	<b>Pausa</b>	<b>T</b>	<b>S</b>	<b>Pausa</b>
14:00-14:20	BV	BW	BX	BY	BZ	CA
14:20-14:40	CA	BV	BW	BX	BY	BZ
14:40-15:00	BZ	CA	BV	BW	BX	BY
15:00-15:20	BY	BZ	CA	BV	BW	BX
15:20-15:40	BX	BY	BZ	CA	BV	BW
15:40-16:00	BW	BX	BY	BZ	CA	BV

A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o juiz do aparelho.