



Clube de Instrução e Recreio Mexilhoeirense

Rua Eng.º Rosado Nunes, n.º 2
8500-132 Mexilhoeira Grande
Tel. 282968558 E-mail: cirmexi@hotmail.com

1º Torneio de Ginástica Rítmica CIRM

Convite

É com prazer que o Clube de Instrução e Recreio Mexilhoeirense vem convidar uma delegação do vosso clube a participar no nosso 1º Torneio de Ginástica Rítmica a realizar na Mexilhoeira Grande, no dia 12 de Janeiro de 2018.

Apresentamos um Torneio de âmbito nacional, destinado à participação de todos os Clubes nacionais com classes de competição da 1ª Divisão, Base, Infantis e Benjamins.

As ginastas, treinadoras e juizes participantes têm de estar filiadas na FGP na presente época desportiva 2018/2019

Clubes abrangidos: Todos os clubes nacionais com Ginástica Rítmica.

Data: 12 de Janeiro de 2019

Local: R. da Boa Vista, 8500-132 Mexilhoeira Grande

Programa da Prova (provisório):

08h00 – Abertura do recinto	14h00 – Início da competição Escalão Juvenil
09h00 – Reunião de Juizes	16h00 – Início da competição Escalão Júnior
09h30 – Desfile com todas as ginastas participantes	17h30 – Início da competição Escalão sénior
9h45 – Início da competição de Benjamins e Infantis	18h30 – Exibições
11h00 – Início da competição Escalão Iniciadas	19h00 - Cerimónias protocolares
13h00 – Pausa para almoço	



Clube de Instrução e Recreio Mexilhoeirense

Rua Eng.º Rosado Nunes, n.º 2
8500-132 Mexilhoeira Grande
Tel. 282968558 E-mail: cirmexi@hotmail.com

1º Torneio de 1ª Divisão CIRM

Delegação:

1 ou 2 Juízes

1 Treinadora

3 Ginastas – no máximo 2 ginastas do mesmo escalão

(O clube organizador poderá participar com número ilimitado de ginastas)

Programa Técnico:

ESCALÃO	EXERCICIO	CÓDIGO	CLASSIFICAÇÃO	PRÉMIOS
Iniciadas	M.L e Bola	Código nacional adaptado	Geral e por Aparelho por idades	Prémios de participação
Juvenis	Arco e Fita			
Juniores	Bola, Maças e Fita	Código FIG		
Seniores	Bola, Maças e Fita			



Clube de Instrução e Recreio Mexilhoeirense

Rua Eng.º Rosado Nunes, n.º 2
8500-132 Mexilhoeira Grande
Tel. 282968558 E-mail: cirmexi@hotmail.com

1º Torneio Divisão Base CIRM

Delegação:

1 ou 2 Juízes

1 Treinadora

2 Ginastas - no máximo 1 ginasta do mesmo escalão

(o clube organizador poderá participar com número ilimitado de ginastas).

Programa Técnico:

ESCALÃ	EXERCÍCIOS	CÓDIGO	CLASSIFICAÇÃO	PRÉMIOS
Iniciadas	1 Exercício à escolha do programa técnico	Código nacional adaptado	Geral e por Aparelho por idades	Prémios de participação
Juvenis				
Juniores				
Seniores				



Clube de Instrução e Recreio Mexilhoeirense

Rua Eng.º Rosado Nunes, n.º 2

8500-132 Mexilhoeira Grande

Tel. 282968558 E-mail: cirmexi@hotmail.com

1º Torneio Benjamins e Infantis CIRM

Delegação:

1 ou 2 Juízes

1 Treinadora

2 Ginastas no máximo

(o clube organizador poderá participar com número ilimitado de Ginastas).

ESCALÃO	EXERCICIO	CÓDIGO	CLASSIFICAÇÃO	PRÉMIO
Benjamins	ML	Código adaptado/FGP	Geral	Medalhas de participação para todas as ginastas
Infantis	ML	Código adaptado/FGP	Geral	

As inscrições terão que se realizar na Gymbase, até um máximo de 30 dias antes do início da Competição, pelo que as inscrições acabam dia **12 de dezembro de 2018**.

As inscrições provisórias deverão ser pelo menos 2 semanas antes que as definitivas, até dia *28 de novembro de 2018* para o mail cirmexi@hotmail.com.

Para o **envio de músicas**, solicita-se o mesmo até dia **3 de janeiro de 2019**.



Clube de Instrução e Recreio Mexilhoeirense

Rua Eng.º Rosado Nunes, n.º 2
8500-132 Mexilhoeira Grande
Tel. 282968558 E-mail: cirmexi@hotmail.com

Pavilhão:

Pavilhão escolar, com uma sala polivalente, 2 balneários (Masculino e Feminino), uma nave desportiva com as dimensões de 45x28 m e uma altura máxima de 7,5m.





Clube de Instrução e Recreio Mexilhoeirense

Rua Eng.º Rosado Nunes, n.º 2
8500-132 Mexilhoeira Grande
Tel. 282968558 E-mail: cirmexi@hotmail.com



Mexilhoeira Grande, 11 de outubro de 2018

A Presidente

Ana Jorge

Ana Jorge



Clube de Instrução e Recreio Mexilhoense

Rua Eng.º Rosado Nunes, n.º 2
8500-132 Mexilhoeira Grande
Tel. 282968558 E-mail: cirmexi@hotmail.com