



Grupo Sportivo de Carcavelos

Ao serviço do desporto desde 1921

Instituição de Utilidade Pública

Fundado em: 5 de Março de 1921

De:	Grupo Sportivo de Carcavelos (GSC)
Para:	Clubes participantes
Assunto:	Circular de prova – <i>Cascais Beach Cup 2015</i>

Exmos. Senhores,

Com os nossos melhores cumprimentos, junto enviamos as informações relativas ao evento em epígrafe.

Data: 02, 03 e 04 de Abril de 2015

Local: Pavilhão Desportivo dos Lombos

(Rua da Feitoria, 2775-568 Carcavelos)

02 de Abril: quinta-feira

15h45	Abertura do Recinto
16h00 – 20h00	Treinos Livres
20h30	Recepção de boas vindas

03 de Abril: sexta-feira

08h45	Abertura do Recinto	
09h00	Aquecimento TRI (13-14 G1) + DMT (11-12 G1): 30 min.	
	TRI	DMT
09h30	13-14 G1	11-12 G1
10h10	13-14 G2	11-12 G2
10h50	Open Junior G1	11-12 G3
11h30	Open Junior G2	Under 10 G1
12h10	Open Junior G3 + Open Senior G1	Under 10 G2
12h50	Open Senior G2	Under 10 G3
13h30	Almoço	
14h30	Aquecimento TRI (11-12 G1) + DMT (13-14 G2): 30 min.	
	TRI	DMT
15h00	11-12 G1	13-14 G1
15h40	11-12 G2	13-14 G2
16h20	11-12 G3	Open Junior G1
17h00	Under 10 G1	Open Junior G2
17h40	Under 10 G2	Open Junior G3 + Open Senior G1
18h20	Under 10 G3	Open Senior G2

Rua Plácido Abreu, 4-C, 2775-617 CARCAVELOS, PORTUGAL

Telf./Fax : 214 570 894

Contribuinte Fiscal N.º 501 120 947

E-mail: gscarcavelos@oniduo.pt ; gscarcavelos@gmail.com



Grupo Sportivo de Carcavelos

Ao serviço do desporto desde 1921

Instituição de Utilidade Pública

Fundado em: 5 de Março de 1921

	TRS
19h00	Under 10
19h20	11-12 + 13-14
19h40	Open Junior + Open Senior
20h00	Entrega de Prémios (TRS & Equipas)

04 de Abril: sábado

09h45	Abertura do Recinto	
10h00	Aquecimento Finais – TRI (11-12) + DMT (Open Junior): 30 min.	
	TRI	DMT
10h30	11-12	Open Junior
11h00	13-14	Open Senior
11h30	Open Junior	11-12
12h00	Open Senior	13-14
12h30	Entrega de Prémios	

Informações Complementares

1. Clubes Participantes

- Associação Académica de Coimbra (AAC)
- Associação de Pais e Amigos da Ginástica de Loulé (APAGL)
- Club Ximnasia Pavillón de Ourense (CXPO)
- Clube Futebol Estevense (CFE)
- Clube Recreativo Desportivo Brasileiro Rouxinol (CRDBR)
- Gimno Clube de Santarém (GCS)
- Gimnoanima – Associação Desportiva de Sintra (GMNA)
- Ginásio Atlético Clube (GAC)
- Ginásio Clube de Odivelas (GCO)
- Grupo Sportivo de Carcavelos (GSC)
- Gwiazda Dobrzen Wielki – Polish Gymnastic Association (GOK"gwiazda")
- Lisboa Ginásio Clube (LGC)
- Sociedade Artística Reguenguense (SAR)
- Trampolins Clube de Leiria (TCL)



Grupo Sportivo de Carcavelos

Ao serviço do desporto desde 1921

Instituição de Utilidade Pública

Fundado em: 5 de Março de 1921

2. Referências Especiais

- O Desfile dos Ginastas para as Cerimónias Protocolares é realizado com fato de Competição.
- Todos os ginastas têm de usar equipamento de acordo com o que se encontra definido nos regulamentos e Código de Pontuação da Federação de Ginástica de Portugal.
- Todos os ginastas têm de usar o emblema do clube em local visível no equipamento de competição.
- Se os períodos de aquecimento intermédios não forem utilizados na totalidade, a Organização do *Cascais Beach Cup 2015* pode recomeçar de imediato a competição.
- Os períodos de aquecimento intermédios poderão ser antecipados até 60 minutos.
- Os ginastas terão acesso à área de aquecimento, quando o grupo anterior iniciar o seu período ou passagem de aquecimento no recinto de competição.
- No escalão Under 10, é permitido utilizar *Reuther* no DMT, se o treinador do ginasta assim o entender.
- Os clubes interessados em realizar o período de treinos livres de quinta-feira à tarde (02/04/2015), deverão manifestar o seu interesse até dia 31 de Março de 2015, através do e-mail: cascaisbeachcup@gmail.com

3. Participação em Competição

- A presença na competição só será autorizada se todas as questões relativas a pagamentos, filiação e seguro desportivo, estiverem solucionados até às 12 horas do dia 31 de Março de 2015.
- Todos os participantes têm de estar filiados na FGP.
- Todos os participantes têm de possuir seguro desportivo activo.
- A organização da prova não se responsabiliza por qualquer acidente.

4. Cartas de Competição

- As Cartas de Competição têm que ser entregues na respetiva Mesa de Júri, durante os primeiros 15 minutos do primeiro aquecimento do respectivo período (manhã, tarde, noite).
- Todas as Cartas de Competição têm que ser preenchidas em terminologia oficial, incluindo os valores de dificuldade dos elementos, indicando o número do ginasta e posição no grupo.
- O não cumprimento destas regras, implica que os ginastas não serão integrados na competição.
- A organização não disponibiliza cartas de competição no local da competição.



Grupo Sportivo de Carcavelos

Ao serviço do desporto desde 1921

Instituição de Utilidade Pública

Fundado em: 5 de Março de 1921

5. Captação de Imagens

- Os interessados em realizar captação de imagem dentro do recinto de competição, terão de solicitar por escrito (e-mail) a autorização para permanecer no recinto de competição dentro da área reservada para o efeito (de preferência até 31/03/2015).

6. Responsáveis pela Competição

- Direção Executiva – Rita Zurrapa e Helder Andrade
- Direção Técnica – Sara Piscarreta e João Cardoso
- Logística – Carolina Lameiras e Sofia Freitas
- Secretariado – Paula Silva e Luís Grincho

7. Programa Técnico do *Cascais Beach Cup 2015*:

- No Duplo Mini Trampolim (DMT) a competição será composta por duas séries facultativas nas Preliminares (F1 e F2), avaliadas em execução e dificuldade; e por duas séries facultativas nas Finais (F3 e F4), avaliadas em execução e dificuldade (diferentes de F1 e F2 sem repetição de elementos nas zonas de Mount/Spotter/Dismount).
- A competição de Trampolim Individual (TRI) será composta nas Preliminares por uma série facultativa com requisitos (F1), avaliada em execução e TOF (e em dificuldade de dois elementos no escalão Open Senior) e por uma série facultativa (F2) avaliada em execução, dificuldade e TOF; e por uma série facultativa nas Finais (F3) avaliada em execução, dificuldade e TOF.
- No Trampolim Sincronizado (TRS) a competição será composta por uma série facultativa (F2), avaliada em execução, dificuldade e sincronismo.
- As séries de TRI do escalão Under 10 não serão avaliadas em TOF.
- As competições para o escalão Under 10 não terão Finais.
- A classificação individual de DMT nas Preliminares será a soma da F1 e F2. A classificação individual de DMT nas Finais será apenas a soma da F3 e F4 (exceto no escalão Under 10).
- A classificação individual de TRI nas Preliminares será a soma da F1 e F2. A classificação individual de TRI nas Finais será apenas a nota da F3 (exceto no escalão Under 10).
- A classificação de TRS será apenas a nota da F2.
- As Equipas Mistas serão constituídas por 3 a 4 ginastas em cada aparelho (do mesmo escalão e terão que incluir ginastas femininos e masculinos). Cada Clube poderá inscrever mais do que uma Equipa. A Equipa terá que ter, no mínimo, 3 ginastas e no máximo 8, uma vez que os ginastas poderão ser diferentes para cada aparelho.
- A Classificação por Equipas será a soma do resultado da Equipa de Duplo Mini Trampolim com o resultado da Equipa de Trampolim (as notas são relativas às Preliminares de cada aparelho).



Grupo Sportivo de Carcavelos

Ao serviço do desporto desde 1921

Instituição de Utilidade Pública

Fundado em: 5 de Março de 1921

- A constituição da Equipa não poderá ser alterada em nenhum dos aparelhos e será definida até ao momento das inscrições nominativas.
- Os ginastas que pretendem subir ao escalão Elite devem cumprir os requisitos de acordo com o Manual 2015 de Ginástica de Trampolins da FGP, bem como informar a Direção Técnica Nacional de tal intenção via e-mail (como previsto no Manual).

8. Número de ginastas apurados para as Finais do *Cascais Beach Cup 2015*:

- Menos de 6 participantes – sem final.
- Entre 6 e 10 participantes – 6 apurados para a final.
- Entre 11 e 20 participantes – 8 apurados para a final.
- Entre 21 e 30 participantes – 10 apurados para a final.
- Mais de 30 participantes – 12 apurados para a final.

9. Time Of Flight – Tempo de Vôo

- A Federação Internacional de Ginástica (**FIG**) desde 1 de Janeiro de 2011 introduziu um novo parâmetro de avaliação para as competições de Trampolim Individual, designado por Time of Flight (**TOF**). De forma genérica, este parâmetro consiste na medição do tempo em que o ginasta se encontra no ar, excluindo o tempo em contacto com a lona do trampolim. Essa medição é traduzida numa pontuação a adicionar à nota final. Exemplo: TOF= 15,760 segundos, adiciona 15,760 pontos à nota final do ginasta.
- O *Cascais Beach Cup 2013* vai ter máquinas homologadas pela **FIG** para a medição deste parâmetro. No entanto, para que em treino os ginastas possam ter uma perceção do seu TOF, deverá ser contabilizado o tempo total da série, sendo retirado cerca de 3 segundos.

10. Material de Competição:

1 Duplo Mini Trampolim	2 Trampolins
Eurotramp – Lona 6x6	Eurotramp – Lona 4x4

11. Organização:

- Grupo Sportivo de Carcavelos



Grupo Sportivo de Carcavelos

Ao serviço do desporto desde 1921

Instituição de Utilidade Pública

Fundado em: 5 de Março de 1921

12. Apoios:

- Associação de Ginástica de Lisboa
- Federação de Ginástica de Portugal
- Câmara Municipal de Cascais
- União das Juntas de Freguesia de Carcavelos e Parede

Todos os Clubes devem confirmar a ordem de passagem dos ginastas após a recepção da mesma e em caso de omissão de ginastas ou qualquer outro erro devem comunicá-lo por e-mail ou durante o período de acreditação.

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

A equipa organizadora

Directives

HOST FEDRATION	Gymnastics Federation of Portugal Estrada da Luz, nº 30 – A 1600 – 159 Lisboa / Portugal Contact Person: Isabel Falcão Tel: (+351) 21 814 11 45 / Fax: (+351) 21 814 29 50 e-mail: tramp@gympor.com web site: http://www.gympor.com
ORGANIZING COMMITTEE	Grupo Sportivo de Carcavelos Rua Plácido Abreu, 4 – C 2775 – 617 Carcavelos / Portugal Contact Person: Helder Andrade or João Cardoso Mobile: +351 910 972 734 / +351 935 344 308 E-mail: cascaisbeachcup@gmail.com Facebook: https://www.facebook.com/CascaisBeachCup
LOCATION	City of Carcavelos, Cascais – Portugal
DATE	From April 2 nd to April 4 th 2015



Grupo Sportivo de Carcavelos

Ao serviço do desporto desde 1921

Instituição de Utilidade Pública

Fundado em: 5 de Março de 1921

VENUE	Lombos Sports Hall Rua da Feitoria, Quinta dos Lombos 2775 – 568 Carcavelos / Portugal Tel: +351 214 585 832
PROVISIONAL SCHEDULE	- Day 1 (2 nd April) Arrival of Delegations (All day) Training (16h – 20h) Welcome Drink and Orientation Meeting (20h30) - Day 2 (3 rd April) Qualifications - Day 3 (4 th April) Finals Departure of Delegations (All day)
DEADLINES SUMMARY	<u>Provisional Entries:</u> 22nd November 2014 <u>Definitive Entries:</u> 03rd January 2015 Accommodation Form: 03rd January 2015 Meals Form: 03rd January 2015 Payment of the Entry Fee (Full or 50%): 03rd January 2015 <u>Nominative Entries:</u> 14th February 2015 Payment of the Accommodation Costs: 14th February 2015 Payment of the Meals: 14th February 2015 Payment of the remaining 50% of the Entry Fee: 14th February 2015 Payment of the fine for missing judge: 28th March 2015
ADDITIONAL INFORMATION	NIB: 0036 0217 9910 0007 6996 1 IBAN: PT50.0036.0217.99100007699.61 Please send your proof of payment by email.