



HORÁRIOS

FACULDADE DE DESPORTO (U.P.) - Rua Dr. Plácido Costa – PORTO || 963 480 798

N.º	Classe de Ginástica	Idade	Dias	Horas	Professor/a
FORMAÇÃO E RECREAÇÃO					
1	MiniGym	2 – 4 anos	3ª e 5ª	18h às 18h45 Os ginastas de 4 anos tem mais 20' de aula no ginásio grande	Leonor Pires
3	Formação Geral	5 – 8 anos	3ª e 5ª	18h às 19h30	Alexandra Teixeira
4	Ginástica de Aparelhos	Mais de 8 anos	2ª e 4ª	18h às 20h	Alexandra Teixeira/Margarida Sousa
5	Iniciação GAM	5/6 - 8 anos	3ª e 5ª	18h às 19h30	Simão Secca
6	TOPGYM (sujeita e testes de aptidão)	≥ 12 anos	2ª, 4ª e 5ª	20h às 21h30	Lúcia Oliveira
7	Ginástica para Todos	≥ 16 anos	2ª, 4ª e 5ª	20h às 21h30	Alexandra Teixeira
PRÉ - COMPETIÇÃO					
8	PRÉ-GAM ⁽¹⁾	5 – 7 anos	4ª, 6ª e sáb	4ª e 6ª - 17h30 às 19h30 Sáb 9h30h às 11h30	Diogo Neves
9	PRÉ - GAF Infantis ⁽¹⁾	8 – 9 anos	2ª, 4ª e 5ª	18h às 20h	Joana Sá
10	PRÉ - GAF Benj. e Inf ⁽¹⁾	6-8 anos	2ª, 4ª e 6ª	17h45 às 19h45	Beatriz Barbosa
⁽¹⁾ A entrada nesta Classe está sujeita a testes de habilidades gímnicas					
COMPETIÇÃO					
11	G A F Base Iniciação 1	≥ 10 anos	3ª, 4ª e 6ª	18h às 20h30	Inês Bastos/Leonor Sousa
12	G A F Base Iniciação 2	≥ 10 anos	2ª, 5ª e 6ª	18.30 às 20.30	Inês Bastos
13	GAF Base	≥ 10 anos	2ª 4ª e 5ª	18h às 20h30	A designar
14	G A F 2ª Divisão ⁽¹⁾	≥ 9 anos	2ª a 6ªf	17h30/20h30	Bárbara Azevedo Mariana Remelgado
15	G A F 1ª Divisão e Elite Inic, Juv, Jun, Sen ⁽¹⁾	≥ 9 anos	2ª a 6ª e sáb.	17h às 20h30 9h às 13h	Cristina Gomes, Susana Coutada, Lúcia Oliveira Zoi Lima
16	G A M – Base	≥ 8 anos	4ª, 6ª e sábado	4ª e 6ª 19h às 20h30 Sábado 11.30h às 13h	Diogo Neves
17	GAM Evolução ⁽¹⁾	≥ 10 anos	2ª a 6ª sáb.	18h às 20h30 10h às 12h30	Luís Barroca
18	GAM Competição ⁽¹⁾	≥ 10 anos	2ª a 6ª sáb.	18h às 20h30 10h às 12h30	Pedro Monteiro/Ruben Araújo
19	G A M Elite JuvJun, Sen ⁽¹⁾	≥ 10 anos	2ª a 6ª e sáb	17h às 20h30 9h30 às 12h30	Manuel Campos

⁽¹⁾ A entrada nesta Classe está sujeita a testes de habilidades gímnicas

G A F Iª - Ginástica Artística Feminina, 1ª Divisão	G A F Base - Ginástica Artística Feminina Base	A C R O - Ginástica Acrobática
G A M Iª - Ginástica Artística Masculina, 1ª Divisão	G A M Base - Ginástica Artística Masculina Base	

⁽¹⁾ A entrada nesta Classe está sujeita a testes de habilidades gímnicas

G A F Iª - Ginástica Artística Feminina, 1ª Divisão	G A F Base - Ginástica Artística Feminina Base	A C R O - Ginástica Acrobática
G A M Iª - Ginástica Artística Masculina, 1ª Divisão	G A M Base - Ginástica Artística Masculina Base	

