



matosinhos



matosinhos
sport



Gym

15th

sport

MATOSINHOS

SPORT CLUB DO PORTO



CONVITE

15º GYMSPORT MATOSINHOS TORNEIO INTERNACIONAL DE GINÁSTICA ARTÍSTICA MASCULINA E FEMININA

Matosinhos - Portugal

25 e 26 de abril de 2026

O SPORT CLUB DO PORTO tem o prazer de vos convidar a participar no 15º GYMSPORT MATOSINHOS 2026 - Torneio Internacional de Ginástica Artística Masculina e Feminina, que se vai realizar no Centro de Desportos e Congressos de Matosinhos, Portugal.

REGULAMENTO TÉCNICO

GAM			
JUVENIS (2012 a 2015)			
NOTA E (exercícios curtos)	NOTA D (dificuldade)	SALTOS	INFORMAÇÕES ADICIONAIS
Código FIG Júnior	Código FIG Júnior	<p>Altura:</p> <p>125 cm</p> <p>ou</p> <p>135 cm</p> <p>Código Júnior FIG</p>	<p>GRUPO DE ELEMENTOS</p> <p>Grupo I - FIG Júnior – <u>Elemento A</u> - 0,50 pts.</p> <p>Grupo II, III / Grupo IV (apenas no solo)</p> <ul style="list-style-type: none"> - <u>Elemento A</u> – 0,30 pts. - <u>Elemento B</u> ou superior – 0,50 pts. <p>Saídas</p> <ul style="list-style-type: none"> - FIG Júnior – saída igual ao valor do elemento <p>BÓNUS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fixar a receção – 0,10 pts - Saída B ou última série no solo (c/ exceção do cavalo com arções) <p>SEM PENALIZAÇÃO por falta de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Solo - duplo mortal no exercício de solo; - Argolas - gigante no exercício de argolas; - Saltos - ginastas que realizam mortal no 2º voo, podem usar um trampolim elástico 
JUNIORES (2008 a 2011)			
Código FIG Júnior			
SENIORES (2007 e mais velhos)			
Código Sénior FIG			

Notas:

- É permitido usar um colchão suplementar (10 cm espessura) nos **Saltos** e na **Barra Fixa** em todas as categorias competitivas.
- Apenas os **ginastas juvenis** poderão utilizar 1 trampolim para saltar para o cavalo com arções.



15º GymSport Matosinhos 2026

Telefone: 91 336 88 03 - Email: gymSport.scp@gmail.com

www.gymSport.org - www.facebook.com/sportclubdoportoginastica - [@ginasticasport](https://www.instagram.com/ginasticasport)



REGULAMENTO TÉCNICO



GAF

JUVENIS (2013 a 2015)

[Código Adaptado 1ª divisão FGP](#)

JUNIOR (2011 e 2012)

Júnior FIG

SENIOR (a partir de 2010)

Sénior FIG

Notas:

- Todas as ginastas juvenis devem realizar os saltos na altura definida no regulamento (1,20 m ou 1,25 m), incluindo as nascidas em 2015.

Esperamos poder contar com a sua participação.

Em nome da Comissão Organizadora enviamos os nossos melhores cumprimentos.

Alda Côrte-Real
Presidente da Comissão Organizadora



Porto, 16 de janeiro de 2026



15º Gymsport Matosinhos 2026

Telefone: 91 336 88 03 - Email: gymsport.scp@gmail.com
www.gymsport.org - www.facebook.com/sportclubdoportoginastica - [@ginasticasport](https://www.instagram.com/ginasticasport)