
 **Estágio de Outono da Seleção Regional de Ginástica Aeróbica**


 **Data:** 22 a 27 outubro de 2024

 **Horários de Treinos:**

Data	Horário	Clube	Escalão	Ginastas
<b>22/10/2024</b>	14h00 - 20h00	AGJC	1ª Divisão (Infantis e Iniciadas)	Emma Silva / Francisca Alves / Giovanna Morais / Isabela Alves / Kátia Velosa / Kiana Velosa / Maria Alves / M <sup>a</sup> Isabel Vieira
<b>23/10/2024</b>	14h00 - 17h30	AGJC	1ª Divisão (Infantis e Iniciadas)	Emma Silva / Francisca Alves / Giovanna Morais / Isabela Alves / Kátia Velosa / Kiana Velosa / Maria Alves / M <sup>a</sup> Isabel Vieira
	18h00 - 21h00	ADPC	Divisão Base (Infantis e Iniciadas)	M <sup>a</sup> Inês Alves / M <sup>a</sup> Catarina Silva / Matilde Fernandes / Aurora Silva / Aurea Freitas Solange Ornelas / Matilde Sofia Cassiano / Diana Faísca
<b>24/10/2024</b>	14h00 - 20h00	AGJC	1ª Divisão (Infantis e Iniciadas)	Emma Silva / Francisca Alves / Giovanna Morais / Isabela Alves / Kátia Velosa / Kiana Velosa / Maria Alves / M <sup>a</sup> Isabel Vieira
<b>25/10/2024</b>	14h00 - 17h30	AGJC	1ª Divisão (Infantis e Iniciadas)	Emma Silva / Francisca Alves / Giovanna Morais / Isabela Alves / Kátia Velosa / Kiana Velosa /

				Maria Alves / M <sup>a</sup> Isabel Vieira
	18h00 - 21h00	ADPC	Divisão Base (Infantis e Iniciadas)	M <sup>a</sup> Inês Alves / M <sup>a</sup> Catarina Silva / Matilde Fernandes / Aurora Silva / Aurea Freitas Solange Ornelas / Matilde Sofia Cassiano / Diana Faísca
<b>26/10/2024 (OPEN DAY AOS CLUBES FILIADOS EM GA)</b>	10h00 - 13h00	AGJC	1 <sup>a</sup> Divisão	Emma Silva / Francisca Alves / Giovanna Morais / Isabela Alves / Kátia Velosa / Kiana Velosa / Maria Alves / M <sup>a</sup> Isabel Vieira / Margarida Sousa / Valentina Alves / Bruna Mariana Jesus / Doriana Sousa
	14h00 - 18h00	AGJC	1 <sup>a</sup> Divisão / Base	Emma Silva / Francisca Alves / Giovanna Morais / Isabela Alves / Kátia Velosa / Kiana Velosa / Maria Alves / M <sup>a</sup> Isabel Vieira / Margarida Sousa / Valentina Alves / Bruna Mariana Jesus / Doriana Sousa
		ADPC	Base (Infantis, Iniciadas e Juniores)	Matilde Sofia Cassiano / Diana Faísca / M <sup>a</sup> Inês Alves / M <sup>a</sup> Catarina Silva / Matilde Fernandes / Aurora Silva / Aurea Freitas Solange Ornelas / Diana Abreu /

				Rubén Alves / Raquel Caldeira / Soraia Ramos
		Fitness Sweetdancers	1ª Divisão / Base	Maria do Mar Rocha / Maria Inês Batista / Vitória Rodrigues / Margarida Diniz / Margarida Varela / Mafalda Soares / Maria Vitória Martins / Núria Rodrigues / Paola Nobrega /Inês Francisca Silva / Leila de Sá
<b>27/10/2024</b>	09h00 - 12h00	AGJC	1ª Divisão (Infantis e Iniciadas)	Emma Silva / Francisca Alves / Giovanna Morais / Isabela Alves / Kátia Velosa / Kiana Velosa / Maria Alves / Mª Isabel Vieira

 **Local:** Ginásio do Pavilhão Gimnodesportivo do Caniçal.

**Treinadora convidada:** Sara Sardinha.

A treinadora convidada foi ginasta do Clube de Atividades Gímnicas de Ponta Delgada e integrou a seleção nacional de Ginástica Aeróbica. Atualmente, a mesma presta apoio técnico a diversos clubes nacionais.