



SELECÇÕES NACIONAIS

2008

trampolins

ginástica acrobática

tumbling

FPTDA

DOCUMENTO ORIENTADOR”

Federação Portuguesa de Trampolins e Desportos Acrobáticos

www.fptda.com



NECESSIDADES

Conscientes de que o trabalho fundamental dos ginastas assenta no seu treino diário nos clubes, e também do compromisso que há da FPTDA de não provocar grandes alterações ao planeamento/objectivos traçados por cada um dos treinadores/ginastas, o DT FPTDA solicita que até ao dia **20 DE JANEIRO DE 2008**, sejam entregues os seguintes documentos:

- Identificação dos Ginastas que perspectivam integrar as Seleccções Nacionais em 2008
Os ginastas que ainda não são de categoria AA, mas têm objectivos de integrar a Categoria A e/ou a Seleccção Nacional também deverão ser incluídos.
No caso da Ginástica Acrobática deverá ser indicada a constituição dos Pares ou Grupos.
- Programação de cada um dos ginastas ou pares/grupos, indicando as datas das competições de controlo (internas / distritais / regionais / nacionais / internacionais) e respectivos objectivos.
- Limitações “crónicas” (*lesões, horários escolares, material, locais de prática, ...*)
- Horários e locais de treino (*usuais*).
- Objectivos Finais (exercícios e classificação/pontuação) a atingir nos eventos nacionais e internacionais de maior importância.
- Treinador(es) responsável(is) pela preparação do(s) ginasta(s) e respectivo(s) contacto(s) directo(s) - (*e-mail / telemóvel*).

Estamos certos que compreenderão esta nossa solicitação, pois aquando da preparação dos estágios e competições, poderemos estar em maior consonância com o trabalho diariamente desenvolvido nos clubes, para além da possibilidade de programação de visitas aos Clubes, por parte do Departamento Técnico da FPTDA..

*Rui Vinagre
Dir. Técnico Nacional*

dtn@fptda.com

**INDICE**

	Página
1 – INTRODUÇÃO	4
2 – ANÁLISE TÉCNICO-METODOLÓGICA	8
3- INTERVENÇÃO DA FPTDA	19
4 – SELECÇÕES DISTRIAIS	21
5 – CONSTITUIÇÃO DA SELECÇÃO NACIONAL	22
6 – MISSÃO	22
7 – CRITÉRIOS DE SELECÇÃO	23
8 – OBJECTIVOS DESPORTIVOS A ATINGIR	31
9 – ACÇÕES PREVISTAS / PROGRAMAÇÃO	34
Trapolins (TRI/TRS/DMT)	35
Tumbling	36
Ginástica Acrobática	37
10 – PRÉMIOS	38
11 – REGULAMENTO DAS SELECÇÕES NACIONAIS	40
Anexo 1:	
APOIO FPTDA PARA ACTIVIDADES DA SELECÇÃO NACIONAL	42
Anexo 2:	
CALENDARIZAÇÃO DAS ACTIVIDADES DA SELECÇÃO NACIONAL	44



1 - INTRODUÇÃO

- A Direcção Técnica Nacional vem apresentar o documento orientador das Seleções Nacionais (Trampolins, Tumbling e Ginástica Acrobática), respeitante ao ano 2008.
- Entendemos que num acto de Programação/Projecção de qualquer actividade, vários factores deverão ser tidos em consideração:
 - * Análise histórica das modalidades.
 - * Análise da realidade onde nos inserimos (nacionais e internacionais).
 - * Conhecimento aprofundado dos regulamentos e princípios de desenvolvimento.
 - * Análise dos resultados, perante a aplicação dos programas/projectos vigentes.
- É neste sentido que nos permitimos considerar que os documentos que têm servido como linhas orientadoras, estão adequados às necessidades/realidades e portanto não devem ser integradores de profundas alterações, que só promoverão descontrolos ao processo de treino e preparação, especialmente quando este é de alguns anos.
- No entanto, tal como temos vindo a referir nos documentos anteriores, a programação e preparação dos ginastas das seleções nacionais deve ser cuidada na forma e na substância, pelo que repetiremos com certeza algumas das preocupações/recomendações que entendemos como catalisadoras para a diferenciação da prática desportiva.
- Num passado recente as prestações desportivas, mostram-nos um distanciamento relativamente aos níveis internacionais. Ora já tendo sido provado em situações anteriores a qualidade dos ginastas e treinadores portugueses, julgamos que importa implementar um maior rigor na implementação/aplicação das normas de participação internacional, enquanto representantes da Selecção Nacional.
- Estamos conscientes que a preparação para os eventos internacionais não se faz de uma forma precipitada em 5 ou 6 semanas. Carece de um trabalho mais prolongado, direccionado e coordenado entre todas as estruturas – Treinadores/Ginastas/Juízes/Dirigentes, todos enquadrados num Programa Nacional de Desenvolvimento.
- Estamos certos que a maior participação internacional ao nível dos clubes, mas essencialmente a organização de eventos particulares de clubes, tem aumentado o nível dos ginastas portugueses, sendo esta uma das formas de organização que deverá ser incentivada.
- Também ao nível dos escalões juniores, a FPTDA procurará efectivar algum apoio aos ginastas participantes nas Competições Internacionais por Grupos de Idades (Europeias e Mundiais), mediante a obtenção de mínimos (apresentados neste documento) e dependendo do apoio da tutela. Em situação alguma a FPTDA poderá comprometer a preparação e participação das Seleções Nacionais de Juniores e Seniores.
- Pretendemos desta forma que o plano de desenvolvimento das Seleções Nacionais da FPTDA seja efectuado, analisado e aplicado de forma diferente e com objectivos distintos para cada uma das áreas de intervenção.
- Para que a aplicação e a concretização dos objectivos seja um comprometimento comum (FPTDA e Clubes), o Departamento Técnico da Federação procurará acompanhar os ginastas e treinadores, nos seus locais de treinos, em determinados períodos a acordar.



- É com base nesta convicção que reafirmamos a necessidade de abordar todas as áreas competitivas (modalidades/especialidades) da FPTDA de uma forma diferenciada, de modo a que prossigamos os resultados obtidos ou a melhoria dos níveis atingidos.
- No caso do **Trampolim**, apesar do resultado obtido nos Jogos Olímpicos de 2004 e dos apuramentos conseguidos para os Jogos Olímpicos de 2008, o investimento deverá também ser feito naqueles que possivelmente terão hipóteses de serem apurados para os Jogos Olímpicos de 2012 e 2016.
- Nesta especialidade (Trampolim), após o apuramento de 2 ginastas para participar nos Jogos Olímpicos de Pequim 2008, toma novamente uma importância acrescida a preparação de jovens ginastas, pois nas competições em escalões *sub-séniores* verifica-se um distanciamento relativamente aos países concorrentes. É também muito importante verificar-se a criação dos Jogos Olímpicos Juniores (primeira edição em 2010), implicando um investimento acrescido a partir dos 13/14 anos.
- Deve haver a consciência que em modalidades onde o apuramento para os Jogos Olímpicos se faz no ano anterior aos mesmos, funciona em ciclos olímpicos desfasados, ou seja com um muita antecipação (no caso presente com mais de 9 meses), facto que deve ser tomado em conta nos planeamentos.
- Tal como defendemos desde o primeiro momento, os Jogos Olímpicos não devem constituir uma miragem, isto é, estarmos a direccionar todas as estratégias e recursos para um factor que nunca se constitui uma certeza absoluta de participação/apuramento.
- Estamos conscientes que o apuramento realizado de uma forma consistente para os Jogos Olímpicos é algo de provável, mas que assenta essencialmente num trabalho continuado, integrado e sustentado.
- Em **Duplo Mini-Trampolim**, Portugal, a par de outros resultados de relevo, obteve no Campeonato da Europa de 2006 resultados de prestígio, mas também a confirmação de que a hegemonia que se vivia há uns anos, tem vindo a desaparecer. Estes factos acentuaram-se no Campeonato do Mundo de 2007 e também na Competição Internacional por Grupos de Idades.
- Esta realidade deve alertar-nos para o facto e necessidade de que outros países já se encontram com maior desenvolvimento do DMT, devendo por este motivo ser tomada especial atenção na preparação das equipas/ginastas de DMT, devendo possivelmente acentuar uma especialização, que já iniciámos pelo menos no período pré-competitivo e competitivo internacional.
- Neste sentido, e na sequência das opções anteriormente tomadas, sempre que possível (por nível técnico e financeiro), a FPTDA procurará que as Seleccões de DMT sejam de ginastas especializados neste aparelho, logo, que permita em competição uma maior focalização do objectivo traçado.



- O aumento do número de Pistas de **Tumbling** à disposição dos ginastas no País, é um factor fundamental para o desenvolvimento da modalidade, que cremos será em ritmo moderado, mas de forma consistente e sustentada. No entanto este aumento, por si só, não constitui a única premissa para a evolução da modalidade. A diversificação do trabalho, para além do trabalho na pista (conforme veremos adiante), bem como a sistematização do processo de treino, são também condicionantes fulcrais para a evolução positiva da modalidade.
 - Cremos que haverá algum espaço temporal para resultados de maior relevo, uma vez que nas competições por grupos de idades foram obtidos alguns resultados de relevo.
 - A FPTDA procurará que uma forma frequente, continue a colaboração de técnico(s) conceituado(s) da modalidade, oriundo(s) de federações estrangeiras de maior relevância; através do intercâmbio de ginastas e treinadores.
 - A FPTDA continuou no ano passado (2007) um programa especial destinado ao Tumbling, e que visa o acompanhamento de jovens ginastas (iniciados e juvenis) que pela sua idade ainda não se integram nos planos das Seleções Nacionais, mas que perspectivam a possibilidade de prestação que permita no futuro próximo essa integração.
 - Pretendemos dar continuidade a esse plano, com a realização de acções de formação e estágios e sessões de acompanhamento nos clubes, especialmente dirigidos a esses escalões etários.
-
- Quanto à **Ginástica Acrobática**, os resultados de 2007 enquadraram-se nos objectivos traçados, muito embora algumas especialidades presentes na competição por idades tenham tido uma prestação acima do perspectivado.
 - Pensamos que múltiplos factores estiveram presentes nesse resultado, dos quais destacamos por um lado o regulamento e opção de participação, e por outro a dúvida permanente na avaliação dos factores competitivos por parte dos juizes. Também alguma deficiência no trabalho dos treinadores, é um factor de limitação à prestação internacional.
 - No entanto, podemos e deveremos reduzir ao mínimo a possibilidade de intervenção externa, evitando a criação de situações dúbias aquando da elaboração dos exercícios e das opções tomadas para a escolha dos elementos técnicos a realizar.
 - Outro factor de perturbação é a grande variabilidade na constituição dos pares/grupos, que tentamos cada vez mais seja perspectivada a longo prazo.
 - A limitação interna (Portugal) vivida na GA neste momento, prende-se com a pequena sustentabilidade do escalão Sénior, o que se traduz num reduzido número de praticantes com níveis de prática integrados nos índices da Seleção Nacional.



- De um modo geral, no plano interno e especificamente no que diz respeito às Seleccções Nacionais, importa ter em atenção alguns factores que abordaremos ao longo deste documento.
- Os ginastas das Seleccções Nacionais são para a FPTDA ginastas diferenciados na prática e na intervenção, logo também o são no estabelecimento de objectivos e no cumprimento de obrigações.
- Por este facto têm que estar sujeitos a programas específicos que não os obriguem a ter um desempenho desportivo desintegrado da projecção que pretendemos internacionalmente.
- Os ginastas que se integram no presente documento, podem direccionar a sua preparação desportiva para níveis maximais ou sub-maximais em apenas dois/três momentos anuais (mais ou menos prolongados).
- Por este motivo são dispensados da obtenção de mínimos em determinados eventos nacionais, devendo estes funcionar como pontos de referência aos treinadores para o seu planeamento.
- Ainda assim importa referir que no ano de 2008, a programação estará muito condicionada pelo facto de os eventos internacionais de maior projecção serem realizados no primeiro semestre, o que implica a criação de eventos específicos de observação/apuramento.
- Lembramos que o Planeamento deverá ser realizado com base nos objectivos finais a atingir, quer sejam eles no mesmo ano ou anos posteriores. Após a determinação dos objectivos finais a atingir, dever-se-ão decompor os vários períodos que devem ser constituídos por objectivos intermédios.
- Entendemos que um ginasta, conforme já referimos, não tem que estar em “*pico de forma*” em todos os eventos, desde que haja essa previsão e a preparação para atingir níveis maximais em momentos mais importantes, quer sejam eles a nível nacional ou internacional.
- É para que possamos ter a mais estreita colaboração dos e com os Treinadores dos ginastas que solicitamos o envio dos planeamentos dos ginastas, bem como a definição dos momentos de controlo.
- Chamamos também a atenção para o regulamento das Seleccções Nacionais.

As acções que apresentamos neste documento são aquelas que a FPTDA se propõe a realizar, sendo que algumas delas implicam a definição final dos apoios. A FPTDA procurará que o presente plano seja alterado o menos possível. Tão breve quanto estejam definidos todos os parâmetros para 2008, daremos conhecimento aos filiados das acções definitivas a desenvolver.

A todos desejamos uma boa época de 2008, e que possam atingir os objectivos a que se propuseram no início da mesma.



2 – ANÁLISE TÉCNICO-METODOLÓGICA

- Para melhor compreensão do documento, consideramos três grandes áreas de intervenção (Trampolins, Tumbling e Ginástica Acrobática).

TRAMPOLINS **(DMT/TRI/TRS)**

- Na área que ora tratamos – **Trampolins** - consideramos no presente documento as especialidades que têm quadro competitivo internacional organizado, tendo cada uma delas aspectos específicos que importa considerar, havendo no entanto alguns aspectos generalistas.
- Conforme temos referido nos documentos anteriores, o Trampolim Individual carece de alguma diferença de tratamento uma vez que se assumiu como especialidade presente nos Jogos Olímpicos, logo de maior visibilidade.
- É neste sentido que apresentamos em documento diferenciado o plano que suportará a preparação dos ginastas direccionados para este objectivo. No entanto esta preparação será sempre integrada na estratégia global da Federação.
- A estratégia geral e global a que nos referimos no ponto anterior é a de promover condições de acesso aos Jogos Olímpicos ao maior número possível de praticantes.
- Lembramos que a FPTDA tem integrados no Projecto Olímpico 2008, 3 praticantes, a saber:
 - Nuno Merino – Projecto Olímpico Nível 2 (finalista JO 2004)
 - Ana Rente – Projecto Olímpico Nível 3 (condição apurada)
 - Diogo Ganchinho – Projecto Olímpico Nível 3 (condição apurado)
- Não poderemos no entanto esquecer que as outras duas especialidades (Duplo Mini-Trampolim e Trampolim Sincronizado) têm marcado presença nos Campeonatos do Mundo, Europa e Jogos Mundiais - World Games, provas de grande importância para todas as disciplinas (desportos) não olímpicas, onde como é fácil depreender estão presentes todos os praticantes de maior valia mundial.
- Outro dos aspectos que consideramos importante e que tem trazido alguma discussão e indecisão aos ginastas e treinadores, é a possibilidade da especialização em determinadas modalidades/especialidades (Trampolim e/ou Duplo Mini-Trampolim).
- Exemplos houve em que ficou demonstrado que ao nível desportivo a especialização não se revelou de maior importância, até pela proximidade que a realização das várias técnicas integram.
- No entanto cremos que com a evolução das modalidades e do sistema desportivo, deveremos efectuar uma abordagem de duas formas distintas.
- A primeira no que respeita à natureza física e psicológica dos ginastas (características próprias), bem como ao estabelecimento de objectivos para a sua carreira desportiva.



- Entronca directamente a especificidade do trabalho desenvolvido no Trampolim, que por características da programação dos eventos internacionais poderá implicar que os ginastas mais dotados tenham que realizar 3 ou 4 competições no mesmo dia, algumas em aparelhos completamente distintos. Esta situação será sempre evitada pela FPTDA.
- Por outro lado os níveis de treino que são permitidos realizar em Portugal não indiciam a obrigatoriedade de especialização quer seja por razões de planeamento, quer seja por razões do estabelecimento de objectivos competitivos pelos Clubes/Treinadores/Dirigentes.
- Acresce ao facto a natureza do nosso sistema de apoio estatal a praticantes de elevadas prestações (Alta Competição) não reconhecer a individualidade e especificidade das modalidades e especialidades em questão, pelo que os benefícios decorrentes de uma eventual especialização são de duvidosa eficácia, no que respeita ao estabelecimento de objectivos aplicados à vida escolar de cada um dos ginastas (ingresso no ensino superior).
- Pelo descrito a FPTDA deixará à consideração dos treinadores e ginastas a possibilidade de opção, aquando do processo de determinação dos integrantes de cada uma das especialidades em eventos europeus e mundiais de relevo, ressalvando a decisão unilateral da FPTDA para o caso de ginastas integrados em planos especiais de preparação, como seja o PREPOL.
- Importa no entanto referir que conforme já referimos, e dada a “densidade” dos eventos de maior relevo (C Europa e Mundo) a FPTDA limitará a participação a duas especialidades. Só em caso muito excepcionais poderão ser realizadas 3 especialidades no mesmo evento.
- Na breve análise a cada uma das especialidades abordaremos as temáticas específicas e inerentes a cada uma delas.
- Os níveis de prática que referimos seguidamente, são aqueles que consideramos mínimos para que seja assegurada a presença condigna nos eventos vindouros, tendo por base as prestações obtidas oportunamente pelos ginastas nacionais, mas também os níveis de prática atingidos nas provas internacionais anteriores.

*** DUPLO MINI-TRAMPOLIM**

No que diz respeito ao DMT consideramos que o percurso seguido tem sido de alguma forma coerente, seguro e perspectivado a longo prazo.

Os níveis de participação nos últimos dois Campeonatos do Mundo e da Europa subiram muito, quer seja de uma forma qualitativa, quer seja de forma quantitativa. Ainda assim Portugal tem conseguido manter alguns lugares de destaque por forma a que promova o contínuo investimento no DMT, não deixando de ter atenção a novos países emergentes e que por natureza da sua organização desportiva apresentam níveis de prática muito semelhantes e em casos esporádicos superiores aos de Portugal, nomeadamente a Rússia e a Inglaterra.

Analisados os resultados e verificando as realidades da organização social e desportiva de Portugal entendemos que a linha orientadora deverá ser seguida para o futuro, poderá proporcionar a participação com equipas totalmente distintas, conforme referido e justificado anteriormente.

A participação dos ginastas portugueses nas competições de DMT internacionais, como sejam os Campeonatos da Europa, Mundo e Jogos Mundiais de uma forma consistente, bem como os resultados obtidos, permitem que sustentemos as linhas e princípios que temos traçado ao longo dos anos.

Pelas características do aparelho e pelos princípios técnicos e mecânicos das modalidades, continuamos a indicar que a realização de séries com apenas dois contactos no aparelho devem



ser privilegiadas, o que excluirá imediatamente a utilização de outras opções que individualmente analisaremos.

No caso do Duplo Mini-Trampolim são ainda de primordial importância as recepções, isto é, a não penalização na execução da recepção no elemento de “*dismount*”.

No ano de 2005 iniciou-se a aplicação de nova regulamentação, que vigorará ao longo de todo o ciclo 2005/2008.

No caso do DMT, essas alterações são de grande importância, pois vêm equilibrar mais o peso da dificuldade relativamente à execução.

Neste sentido e de acordo com o exposto, as “metas” ora apresentadas reflectem já os níveis de dificuldade a atingir, para que possamos continuar na disputa da liderança das provas de DMT a nível internacional.

*** TRAMPOLIM**

O Trampolim é a especialidade de referência de toda a área dos Trampolins.

Relativamente aos objectivos traçados para o ciclo olímpico anterior, e analisados de uma forma global, foram atingidos os objectivos de maior importância desportiva e mediática.

Se no caso do escalão júnior, Ana Rente se sagrou Campeã da Europa de Trampolim Individual (2004), já Nuno Merino após a obtenção do apuramento JO e participação na final do Campeonato do Mundo 2003, obteve o 6º lugar nos Jogos Olímpicos de Atenas 2004 (finalista).

Na ano de 2005, a obtenção do 5º lugar por equipas masculinas e os lugares alcançados pelos ginastas Nuno Merino (18º), Diogo Ganchinho (23º) e Diogo Faria (24º), permitem concluir que a forma como tem sido abordada a preparação das equipas de trampolim, está adequada à realidade do nosso país e às características dos nossos praticantes.

Em 2006 a prestação dos ginastas Portugueses nos eventos de maior relevo continuou consistente, o que nos permitia perspectivar a efectiva possibilidade de apuramento para o Jogos Olímpicos de 2007 de mais que um ginasta. (ver documento de 2007)

Terminado o ano de 2007, verificou-se que efectivamente foram apurados para os Jogos Olímpicos Pequim 2008, dois ginastas (1 masculino – Diogo Ganchinho e 1 feminino – Ana Rente).

Houve de facto o quase pleno no atingir dos objectivos, facto a que não é alheio o investimento dos ginastas, treinadores, clubes, associações e federação.

Estamos certos que **muito** haverá ainda a fazer, mas no seguimento da estratégia adoptada e na sua melhoria, confiamos na conquista de mais e melhores resultados de relevo, naquela que infelizmente, é a única área com alguma divulgação e visibilidade pública.

Deveremos ainda procurar integrar o maior número de ginastas no “Projecto Esperanças Olímpicas”, o que toma especial importância com a criação dos Jogos Olímpicos Juniores.

No que respeita aos conteúdos técnicos entendemos que, de um modo geral são adquiridos de forma correcta e segura, carecendo de maior incremento dos níveis de dificuldade e de execução, com grande incidência na F1.

Neste campo, toma particular acuidade o trabalho com o Treinador Nacional – Luís Nunes -, bem como a formação constante dos treinadores, quer seja através da presença em eventos



internacionais, frequência de cursos internacionais ou a frequência de cursos de treinadores organizados pela FPTDA.

Há, no entanto, um factor que temos vindo a referenciar em documentos anteriores e que mais uma vez queremos realçar porque constitui-se como determinante para a carreira de um ginasta de eleição.

Há nos ginastas portugueses uma manifesta debilidade física para se atingirem metas que cremos serem de vital importância para o acompanhamento dos níveis atingidos pelos ginastas de topo mundial.

Estamos certos que atingidos níveis elevados de fortalecimento físico geral e específico, que deverão ser cuidados ao longo de toda a época, rapidamente será possível a realização de dificuldades mais elevadas.

Para apenas ficarem algumas referências ao nível masculino sénior, a realização de uma série F1 em menos que 19^o75 (dezanove segundos, setenta e cinco centésimos) é pouco para se ambicionar uma classificação de relevo em eventos europeus ou mundiais (até ao 16^o lugar). Obviamente que estes valores são associados a execuções de elevado nível.

Em termos de dificuldade (seniores) deve perspectivar-se a realização de séries facultativas 2, com índices de dificuldade na ordem dos 12,00 pontos (femininos) e 15,50 pontos (masculinos).

De uma forma mais específica o planeamento (plurianual) deve ser orientado no sentido do início da série com elementos triplos encarpados e a finalização com elementos de dificuldade intrínseca de 1,80 pontos (miller).

No que respeita à execução, continuamos com a necessidade de ultrapassar sempre os 8,70 na F1 e os 7,00 (preferencialmente mais) na F2.

Neste caso (execução) falamos essencialmente da "abertura" dos saltos, da realização da série sem deslocções (saídas do centro do trampolim) e da opção primordial (não exclusiva) pelas posições < (encarpada) e / (empranchada).

Nesta fase da avaliação do Trampolim, toma muita importância a manutenção da posição empranchada desde a "abertura" dos saltos até ao contacto com a lona.

Sendo que a amplitude de realização dos elementos é um parâmetro muito valorizado pelos Juízes, o controlo do tempo de realização das séries revela-se de particular importância no decorrer do processo de treino e momentos de avaliação competitiva.

Aconselhamos assim o registo do tempo de realização das séries dos ginastas ao longo da carreira, quer seja em momentos de treino ou em momentos competitivos.

Outra das preocupações, para que se atinja o objectivo último das modalidades, é a consistência de realização das séries.

Aqui deveremos ter em conta de forma diferenciada a série F1 e as F2/F3.

Atendendo à regulamentação em aplicação em 2005/2008 para o escalão sénior, na F1 têm que ser integrados dois elementos técnicos, que serão considerados em execução e dificuldade; mas que não poderão ser repetidos na F2, ou no caso de serem, não serão contabilizados em valor de dificuldade.

Implica isto, uma forma de construção de série mais cuidada, nomeadamente no balanço entre dificuldade realizada e penalização aplicada, não esquecendo que a penalização aplicada é sempre multiplicada por 3 (3 notas intermédias).



No que respeita à primeira ela deverá ser realizada sempre a níveis maximais ao longo de toda a época, integrada nas mais variadas formas de treino (treino específico, treino competitivo ou aquecimento).

No que respeita às outras e quando temos contacto com formas de trabalho de outros países, nomeadamente os que estão mais avançados no desenvolvimento, verificamos que no decorrer dos “nossos” treinos há uma grande percentagem de não finalização das séries previstas, bem como um elevado recurso ao colchão de apoio ao trampolim.

Entendemos que dever-se-á promover a realização de séries completas o maior número de vezes possível, especialmente no que diz respeito ao(s) período(s) competitivo(s) e pré-competitivos, do planeamento.

Devemos interiorizar que a realização de séries deve ser sustentada.

Significa isto que há que realizar um elevado número de repetições em cada rotina e a consciencialização que um elemento técnico é “diferente” quando realizado individualmente, quando ligado com dois ou três elementos, quando no início das séries, quando no meio das séries ou quando no final das séries.

Implica então que em período competitivo, a preparação quase só se deverá resumir à realização das séries a apresentar na prova vindoura.

Toda a preparação e desenvolvimento da carreira desportiva dos ginastas mais aptos tem-se consolidado e avaliado pela participação em eventos internacionais.

Se ao nível da Seleção Nacional, são fundamentais as participações nos eventos de maior relevo – Campeonato do Mundo, Europa e Taças do Mundo – a um nível pré-absoluto (júnior e idades) a participação em eventos particulares e na CMGI é de importância decisiva.

No primeiro caso (eventos particulares) tem-se verificado a participação em alguns dos Torneios de maior relevo internacional, como sejam a Nissen Cup, Flower Cup, Frivolten Cup, Open de Paris, Loulé Cup, só para referir alguns.

No caso da Competição Internacional por Grupo de Idades (CMGI), desde 1994 que se interiorizou que o “lançamento” da carreira desportiva de um ginasta de Trampolins (DMT e TR) passa também pela participação nos CMGI, especialmente em escalões “*pré séniores*”.

A presença massiva nas últimas oito edições em locais tão diferentes (Portugal 1994, Canadá 1996, Austrália 1998, África do Sul 1999, Dinamarca 2001, Alemanha 2003, Holanda 2005 e Canadá 2007) é a prova de tudo o que acabámos de referir. Importa neste estádio de desenvolvimento criar mínimos que garantam uma representação condicente com a condição de “País Olímpico” que Portugal tem em dois ciclos olímpicos.



TUMBLING

- Na análise da época de 2007 no que respeita à modalidade de Tumbling, verifica-se um desenvolvimento pouco satisfatório desta modalidade. No entanto, e para que os resultados não sejam pontuais, mas sim resultado de uma consistência fundamentada, pretendemos que as acções iniciadas em 2006 sejam prosseguidas em 2008 e anos vindouros.
- O Tumbling, conforme já referimos algumas vezes em brochuras similares, é uma modalidade que implica um trabalho muito empenhado e, ao nível da orgânica desportiva portuguesa, algum empenho/sacrifício por parte de todos os intervenientes (ginastas, treinadores, ...)
- Face ao número de ginastas que tem vindo a estar presente em eventos nacionais, e a participação em eventos internacionais, levará com certeza a que a motivação dos intervenientes, bem como o estabelecimento de objectivos seja efectuado de uma forma mais profunda e sustentada.
- No entanto quando na prática, observamos que apesar de se notar uma evolução no trabalho realizado, este pode ser melhorado, dando assim sequência a alguns bons resultados alcançados em prestações internacionais na época transacta.
- A FPTDA tem consciência que o desenvolvimento do Tumbling no nosso país deverá iniciar-se nos jovens valores que praticam a modalidade. Daí que os técnicos da FPTDA em conjunto com treinadores de outros países, dando sequência às iniciativas desenvolvidas no ano transacto, procurarão proporcionar a estes jovens estágios para que o seu desenvolvimento técnico seja realizado de uma forma mais efectiva.
- Outra forma de atenuar as dificuldades acrescidas desta modalidade, tem a ver com o que havíamos referido nos Documentos anteriores e que voltamos a referir, ou seja, que deve ser privilegiado o trabalho em quatro vertentes:

TRABALHO TÉCNICO NA PISTA – Conduz ao resultado final de todo o processo de treino a apresentar em competição. Este deverá estar em consonância com os objectivos a atingir em competição, devendo no seu conteúdo possuir toda a multiplicidade de tarefas de treino a que os exercícios finais obrigam.

Apesar da grande qualidade que hoje as pistas de fibra de vidro (sistema “rod floor”) apresentam, o grande volume de treino a este nível poderá conduzir ao aparecimento de lesões, comprometedoras da evolução, até porque em alguns casos transformam-se em lesões crónicas.

Como forma de evitar este estado, e como forma de contribuir para um desenvolvimento técnico mais sustentado deverão ser privilegiadas outras formas de trabalho, nomeadamente o trabalho em superfícies facilitadoras (Trampolins).

TRABALHO EM TRAMPOLIM/FOSSO/INSUFLÁVEL/POWER-TRACK – A aquisição de elementos técnicos complexos deve sempre ser efectuada em situação facilitada, promovendo a concentração focada nas tarefas essenciais à realização do elemento e não com a preocupação, embora difusa em acções, como seja a recepção do elemento, aliás situação comum a todas as técnicas gímnicas.

O trabalho realizado em Trampolim para um saltador de Tumbling apresenta-se assim como fulcral para o seu desenvolvimento. Não só pelo apresentado anteriormente, mas também como meio de aumento do volume de treino, necessário para a realização das acrobacias de forma mais eficaz e sustentada que no trabalho de pista seria mais difícil de realizar.

Muitos dos países têm usado a “power track” (pista tipo trampolim) para os níveis de iniciação e para o treino de elementos de maior dificuldade.

Também começa a ser uma realidade a utilização de “air-track”, para iniciação e aprendizagem de alguns elementos, especialmente nos escalões etários mais baixos.



TRABALHO EM CINTO – Após a aquisição dos elementos técnicos mais complexos, o seu “transfer” para a situação final (Pista), apresenta-se -se como uma das tarefas mais complexas no processo de evolução. A utilização de cintos na situação final (Pista) surge assim como um processo extremamente facilitador para que a evolução do ginasta surja de forma sustentada e otimizada. Por outro lado, a sua utilização em Trampolim surge como fulcral no processo de desenvolvimento dos ginastas, visto que, cada vez mais cedo os ginastas conseguem que a aquisição de tarefas complexas se realize na idade óptima de aprendizagem.

TRABALHO DE SUPORTE MUSCULAR – Este tipo de intervenção é fundamental para o desenvolvimento da carreira desportiva de um “tumbler”. Só assim lhe será possível atingir níveis de prestação que a força dos impactos na pista obriga. Este deverá ter características diferentes de acordo com a fase de preparação em que o ginasta se encontra. No entanto, este trabalho deverá ser sempre que possível um trabalho específico do Tumbling permitindo assim um trabalho mais direccionado para a modalidade.

De referir que a transferência dos elementos para a pista deverá ser efectuada o mais cedo possível desde que estejam garantidas as questões de segurança inerentes à realização dos mesmos. Nesta fase e existência de cintos de apoio facilita o trabalho de adaptação e transição.

- Ao nível da orgânica das competições, lembramos que o espaço mínimo para a realização de uma competição de Tumbling é de 42 metros, estando o espaço de corrida de balanço limitado ao máximo 11 metros.
- Por aqui se compreende que nem todos os espaços estão devidamente dimensionados para as competições de Tumbling, sendo que em pólos de desenvolvimento destas modalidades, frequentemente recorramos a localidades com alguma “descentralidade”.
- No entanto, quando em situação de treino, a dimensão da pista não será o factor mais limitativo, uma vez que poderá ser desenvolvido outro tipo de tarefas.
- De uma forma geral, e pelo acompanhamento das realizações internacionais, há objectivos que devem ser propostos para se atingirem em ponto máximo de evolução de um ginasta.
- O contacto internacional ao nível do Tumbling tem vindo a aumentar ao longo deste último ano.
- A FPTDA procurará fazer um acompanhamento aos ginastas que pelo seu nível técnico ingressem nos trabalhos da Seleção Nacional, sendo este acompanhamento passível de tomar diferentes formas:
 - **ESTÁGIOS DE DESENVOLVIMENTO DE CAPACIDADES** – Estas concentrações permitem a evolução dos ginastas num clima propício, visto que os treinos em grupos de trabalho homogéneos são potenciadores das aprendizagens.
 - **ACOMPANHAMENTO DOS TREINOS NOS CLUBES** – A relação directa entre os treinadores nacionais e os treinadores dos clubes, permite que os ginastas sejam acompanhados de forma objectiva e que sejam encontradas soluções para os problemas que possam colocar em causa o desenvolvimento dos ginastas.
 - **PARTICIPAÇÃO EM COMPETIÇÕES INTERNACIONAIS** – Pela experiência anterior, temos a plena consciência que só com um contacto internacional efectivo, o desenvolvimento surgirá de uma forma exponencial, é esse contacto que serve como motivação para todos chegarmos a patamares de excelência.



- A FPTDA procurará continuar a colaboração com técnico(s) conceituado(s) da modalidade, oriundo(s) de federações estrangeiras de maior relevância; através do intercâmbio de ginastas e treinadores.
- Iniciou-se no ano passado (2007) um programa especial destinado ao Tumbling, e que visa o acompanhamento de jovens ginastas (iniciados e juvenis) que pela sua idade ainda não se integram nos planos das Seleccões Nacionais, mas que perspectivam a possibilidade de prestação que permita no futuro próximo essa integração.
- Como podemos constatar pelo trabalho desenvolvido nos últimos anos o acompanhamento deste grupo de ginastas torna-se fundamental para o desenvolvimento sustentado da modalidade.
- Assim sendo, e dando continuidade ao trabalho desenvolvido, vai haver continuação no acompanhamento destes novos ginastas, acompanhamento esse que vai ser realizado de diferentes formas:
 - **TRABALHO CONJUNTO ENTRE A FPTDA E OS CLUBES** – A direcção técnica nacional, procurará fazer um trabalho conjunto com os técnicos dos clubes para que, em conjunto seja desenvolvido um programa de desenvolvimento para esses ginastas, a médio/longo prazo.
 - **ACOMPANHAMENTO DOS GINASTAS NOS CLUBES** – A FPTDA procurará sempre que possível e seja solicitado visitar os locais de treino dos ginastas, de forma a auxiliar na resolução de problemas dos ginastas e acompanhamento dos mesmos.
 - **ESTÁGIO DE DESENVOLVIMENTO SELECÇÃO SUB-14** – Dando continuidade ao realizado no passado ano, a FPTDA procurará organizar um estágio deste grupo de ginastas de forma a com situações facilitadoras se procure avançar no processo de aquisições de novas acrobacias, bem como proporcionar um clima favorável à motivação dos ginastas para a sua evolução.



GINÁSTICA ACROBÁTICA

- O aparecimento de avaliações diferenciadas para a execução técnica, para a execução/apresentação artística e para a dificuldade, veio alterar a forma de programação e perspetivação da evolução nesta modalidade.
- Face ao actual regulamento, toma alguma importância o factor dificuldade, uma vez que no presente quadriénio – 2005/2008 – esta é semi-fechada, isto é, com a nota máxima de 10,00 pts. (valores para além de 10,00 não produzem efeitos significativos, seniores)
- No presente ciclo olímpico, a avaliação de ginástica acrobática é realizada com todos os parâmetros de avaliação a tenderem para 10,00 pts.
- Deve assim ser cuidada a preparação de todas as vertentes, com especial atenção para a nota artística, que por princípio é aquela que reúne maior número de factores de avaliação subjectiva com critérios de avaliação ainda recentes.
- Temos a noção de que as classificações obtidas em Ginástica Acrobática são muito efémeras, até porque a sustentabilidade da equipa sénior é diminuta, quer seja pela idade, estrutura física ou volatilidade na constituição dos pares/grupos, agravada pela idade mínima de 15 anos.
- É nesse sentido que a FPTDA promoverá a consistência dos pares/grupos e o maior acompanhamento nacional e internacional da equipa júnior, havendo sempre a procura da manutenção dos índices atingidos no caso dos seniores.
- Especificamente, a Ginástica Acrobática está condicionada por três factores fundamentais e que frequentemente chamamos a atenção para eles:

PARCERIA – Todas as especialidades de GA são realizadas em conjunto (pares/grupos), dependendo o desempenho de uma perfeita harmonia que só se consegue ao longo de muitas horas de trabalho conjunto. Aqui surge o factor saturação que resulta naturalmente das relações humanas, agravado pela grande diferença de idades entre os intervenientes.

Acresce a “possibilidade” de por um motivo mais ou menos fútil, um dos elementos decidir abandonar a prática, inviabilizando totalmente todo par/grupo envolvido e frustrando todo o investimento dos treinadores/colegas/clube/associação/federação.

Neste aspecto é fundamental o papel do treinador no sentido de dosear o seu planeamento com possibilidade de trabalho separado embora de acordo com o objectivo final, conscientes que por vezes por melhor que seja a intervenção e vontade, não demove os ginastas/pais da sua decisão.

À alteração do equilíbrio morfológico entre parceiros, deverá seguir-se uma adaptação das dificuldades a usar. Portugal já fez escola, ao usar exercícios quase “esquecidos” de modo a possibilitar/viabilizar uma correcta composição.

TREINO – Pelo descrito, o processo de treino em GA é muito moroso. É de todas as disciplinas a que mais se assemelha às actividades historicamente gímnicas (artística e rítmica), que como sabemos exigem perfis específicos e cargas/programas de treino muito elevadas/específicos.

Intimamente ligada às duas anteriores (parceria e treino) está o facto de que um bom volante mais cedo ou mais tarde terá que transitar para base (na maioria dos casos), iniciando um processo de treino diferente, que em alguns casos tem vivências de situações completamente novas.



INSTALAÇÕES – Este facto ao nível da Ginástica Acrobática, tal como no Tumbling é muito limitativo. Uma área de competição de Ginástica Acrobática ocupa 196 m², que não podem ser removidos diariamente pelo que ainda são muito poucos os locais em Portugal onde se dispõe de um praticável completo, sendo menos ainda aqueles onde se pode utilizar o estrado de madeira por baixo dos rolos de prática.

Este factor assume nesta fase redobrada importância pela análise distinta das componentes artísticas e coreográficas.

- No caso da GA a utilização de cintos de segurança/treino é importante a partir de determinado nível de prática dada a complexidade de realização dos elementos, que em grande parte dos casos são de recepções muito dificultadas (nas mãos/ombros dos bases) e também de elementos complexos efectuados para o chão.
- A utilização do trampolim para uma melhor apreensão das diferentes etapas dos elementos dinâmicos em toda a sua fase de voo tem-se mostrado fundamental. No entanto deverá ser realizada a indispensável adaptação aquando da passagem da impulsão da lona, para as estafas do(s) parceiro(s).
- Ao nível técnico deveremos efectuar abordagem do assunto de três formas distintas, que de acordo com a constituição dos Júris nos permite mais facilmente referir:

TÉCNICA – A forma de avaliação destes factos ao nível da GA não nos permite elaborar grandes princípios, sendo que ressaltam na avaliação a segurança demonstrada, quer seja ela ao nível da manutenção das figuras, amplitude de movimentos e recepções dos elementos dinâmicos.

A definição das posições mais elaboradas e a correcção dos elementos individuais, também se reveste de muita importância na análise geral dos exercícios.

O conhecimento dos princípios técnicos por parte dos treinadores é um facto de primordial importância para o desenvolvimento da carreira de um ginasta.

ARTÍSTICA – Este é o último factor de avaliação integrado no ajuizamento, e aquele que maiores problemas de consistência de avaliação tem conhecido.

Grande parte da essência da GA provém da sua concepção plástica, em sintonia com a música, a variedade de apresentação dos elementos, a diversidade de espaços ocupados e a natureza cénica do vestuário. A escolha correcta de uma música pode ser o ponto de partida para uma boa performance neste parâmetro, pelo que se pede especial atenção para a não utilização de músicas “agressivas” em exercícios de juniores ou mesmo grupos de idades.

Por ser um critério de avaliação recente, tem surgido algumas dúvidas sobre a aplicabilidade de deduções para elementos “pouco” característicos das diferentes especialidades. Lembramos que historicamente, as tabelas de dificuldade de pares apresentavam-se separadas, tendo sido posteriormente ligadas por razões “administrativas”.

Com o reajustamento das notas de dificuldade, este factor de avaliação toma particular importância, pelo que deverá cuidado na preparação e elaboração dos diferentes exercícios.

Importa lembrar que a nota artística tem uma base de avaliação de 10,00 pts, o que lhe confere o mesmo peso de qualquer um dos outros factores de avaliação.

DIFICULDADE – Conforme já havíamos perspectivado anteriormente, surge nesta fase do regulamento de GA a Nota de Dificuldade em sistema semi-fechado.

O que se verificava até hoje é que a nota final de um exercício era muito condicionada pela dificuldade apresentada.



Deste modo, apresentada a dificuldade requerida para a nota máxima de 10,00 pts, a realização de maior número de elementos/figuras não valoriza em nada **este** parâmetro, devendo nesse caso ser privilegiada a apresentação artística e técnica.

A apresentação massiva de elementos individuais deverá ser abandonada, pois no geral reflectem-se de uma forma negativa na nota de execução, e por já terem sido dados sinais evidentes por parte da FIG em desenvolver regulamentação para o limite dos mesmos.

- Associado aos níveis de dificuldade está a imperiosa obrigatoriedade de construção de exercícios de uma forma equilibrada, no que respeita a todos os factores de avaliação.
- Para harmonia de todos os factores que referimos, nomeadamente execução e dificuldade, importa ter em consideração a coreografia (artística).
- As coreografias devem ser efectuadas de uma forma específica, isto é, tendo em atenção as características dos grupos na generalidade e na especificidade, bem como uma criteriosa escolha das músicas.
- Por forma a que possamos ter uma construção/formação coreográfica mais sustentada, tem a FPTDA promovido nos últimos anos a vinda de técnicos estrangeiros especializados nesta área, bem como o incentivo à permanência efectiva de treinadores de outras realidades, em Clubes filiados e com ginastas na Seleção Nacional.
- Para que o contacto internacional seja cada vez mais implementado como forma de evolução e maturação dos ginastas, a FPTDA poderá oportuna e especificamente estudar formas de possível apoio a ginastas que se desloquem a eventos de nível reconhecido e que claramente se insiram nos objectivos traçados para cada um dos ginastas.

Dois factores que têm grande importância na realidade da Ginástica Acrobática são a correspondência da altura/maturidade entre os parceiros e a morfologia corporal.

No que respeita ao primeiro, a constituição de um par ou grupo deverá privilegiar uma correcta relação entre os parceiros. A grande diferença de altura entre os intervenientes ou de constituição corporal, para além da penalização específica, é muito considerado na nota artística o que se reflecte naturalmente na nota final.

No que respeita à morfologia própria de cada ginasta, também aí importa ter uma atitude de controlo, sem excessos, sejam eles num sentido ou noutro. Significa que sempre privilegiando a saúde da pessoa, há a necessidade de haver o respeito de uma fisionomia mais “magra” para os volantes, e uma fisionomia de maior possibilidade de suporte muscular para os bases. Em ambos os casos, reafirmamos a necessidade de um estrito e escrupuloso controlo dos parâmetros indicadores do estado de saúde dos ginastas.



3 – INTERVENÇÃO DA FPTDA

A intervenção da FPTDA ao nível das Seleccões Nacionais far-se-á essencialmente a três níveis: Competitivo, Formação e Instalações.

COMPETITIVO

- Pretende-se a participação em todas as competições Continentais e Intercontinentais, dentro de parâmetros à frente definidos, atendendo sempre a que se pretende naquele momento o melhor desempenho desportivo.
- Conforme se verificou ao longo destes últimos anos, o trabalho de preparação dos eventos internacionais deve ser uma extensão daquele que é desenvolvido nos clubes diariamente.
- No actual quadro de desenvolvimento, o trabalho das Seleccões Nacionais é coordenado pelo Director Técnico Nacional em articulação com os Treinadores responsáveis pela intervenção prática em cada acção.
- A preparação das competições será sempre que possível antecedida de um período de concentração específica, que tentamos interfira o menos possível nas actividades escolares dos ginastas.
- Estes períodos serão de 4 ou 5 dias em período lectivo, ou de maior duração em período de interrupção de actividades lectivas.
- Dever-se-á ter o cuidado de em momentos de concentração ou estágios, ter a maior precaução por forma a que não se promova a saturação entre os intervenientes, degradando assim uma das componentes fundamentais do desporto que é também o espírito de equipa, ajudando-se mutuamente os ginastas quando em competição.
- Os estágios de preparação ao nível da Selecção Nacional indicam-se essencialmente com o objectivo de existência de um trabalho focalizado, sem interferências externas e para que se possam rotinar o mais possível as séries/exercícios a apresentar nos diversos eventos seleccionados.
- Para todas as áreas (*trampolins, tumbling e ginástica acrobática*) a FPTDA irá promover em 2008 um novo modelo de acompanhamento dos ginastas, que denominamos de actividade monitorizada, ou seja, procuraremos que ao longo do ano haja concentrações frequentes (preferencialmente 1 vez por mês), no sentido de FPTDA e treinadores irem acompanhando a evolução dos ginastas e também de se irem corrigindo estratégias, para que em conjunto consigamos direccionar a preparação para a melhor prestação em eventos de maior relevo. Estas concentrações serão preferencialmente de curta duração (fins-de-semana).



FORMAÇÃO

- Este factor deve ser considerado a dois níveis.
- A formação dos **treinadores**, que a FPTDA desenvolve através do *Plano Nacional de Formação*, podendo pontualmente em associação com outras entidades promover acções internacionais direccionadas essencialmente para o alto rendimento desportivo.
- A formação dos **ginastas**, como processo contínuo no percurso desportivo de um jovem terá sempre grande atenção por parte da FPTDA quer seja por apoio a deslocações internacionais, quer seja por colaboração com os treinadores dos clubes na organização do planeamento e objectivos de cada ginasta.
- Outro dos factores que merece reconhecimento por parte da FPTDA é o trabalho desenvolvido ao nível das Seleccões Distritais, conforme veremos mais adiante.

INSTALAÇÕES

- A FPTDA continua a perseguir o objectivo da edificação de um Centro de Treino e Formação de Trampolins e Desportos Acrobáticos (CTFTDA), facto que em muito iria alterar a orgânica do trabalho das Equipas e Seleccões Nacionais, bem como o do acompanhamento de jovens em início de carreira de nível superior.
- Está firmado um protocolo com a Câmara Municipal das Caldas da Rainha, para a edificação do CTFTDA, estando neste momento o projecto em fase de reformulação e de análise ao financiamento solicitado ao IDP.
- Até lá a FPTDA tem programas/protocolos com algumas Autarquias / Associações / Clubes ou outras Entidades que permitem a utilização das instalações para o trabalho das Equipas/Seleccões Nacionais, uma vez que não poderiam ser suportados os custos inerentes ao arrendamento de espaços para o desenvolvimento do trabalho destes grupos.
- Estamos conscientes que a edificação do CTFTDA onerará a FPTDA pelo que terá que haver o equilíbrio que permita melhorar os espaços físicos para a prática das modalidades, mas ao mesmo tempo investir o suficiente na preparação e fomento das modalidades em geral e dos ginastas em particular, por forma a que a tutela continue a reconhecer os resultados desportivos que se têm vindo a atingir ao longo dos anos.



4 - SELECÇÕES DISTRITAIS

- As Seleções Distritais devem ser vistas e analisadas sobre dois prismas e com várias vertentes cada um.
- Devem-se analisar ao nível do desenvolvimento local e também com a projecção para o desenvolvimento nacional.
- Neste sentido, e pelo que temos vindo a assistir, as Seleções Distritais são factores catalisadores do desenvolvimento local, funcionando como forma de motivação ao nível dos ginasta e de formação ao nível dos técnicos.
- Reportando-nos para a projecção nacional desta organização, verificamos que sem imposições regulamentares, emergem naturalmente dos grupos regionais de elite organizados (seleções distritais) os ginastas que integrarão as Seleções Nacionais.
- No entanto, pelo verificado nos últimos anos, as Seleções Distritais “*banalizaram-se*” e alguns casos não constituem mais um grupo diferenciado de ginastas, mas sim um meio para a participação em competições internacionais, sendo que alguns dos ginastas ainda não atingiram estádios de desenvolvimento e prática que lhes permitisse essa representação internacional.
- Neste aspecto tomaria especial importância o Torneio Inter-Seleções Distritais de Trampolins, Ginástica Acrobática e Tumbling, condicionando pelo menos a necessidade de planeamento e de conjugação de esforços no sentido de promoção da reunião de ginastas e treinadores em momentos específicos de preparação.
- Julgamos assim que esta é uma das formas que se poderá utilizar para se potenciar o desenvolvimento dos ginastas de determinada região, não decorrendo a obrigatoriedade expressa duma representatividade mínima nas Seleções Nacionais.
- É na procura do desenvolvimento assente neste modelo que a FPTDA tem efectuado e efectuará contactos com os responsáveis técnicos das Associações Distritais/Regionais no sentido de promover o desenvolvimento das Seleções Distritais de modalidade, bem como do aprofundamento do Torneio Inter-Seleções Distritais, sendo que estes devem constituir um momento de salutar convivência entre as Associações com organização rotativa e autónoma dessas mesmas Associações.



5 - SELECÇÃO NACIONAL

Integram preferencialmente a Seleção Nacional de Trampolins, Tumbling e Ginástica Acrobática, ginastas que pertençam a uma ou mais categorias, das seguintes:

TRAMPOLINS: JÚNIORES A E SÉNIORES A EM DMT E/OU TRI

TUMBLING: JÚNIORES A E SÉNIORES A

GINÁSTICA ACROBÁTICA: PARES/GRUPOS (GINASTAS) JÚNIORES A E SÉNIORES A

Quando um ginasta ou par/grupo atinge os mínimos de acesso à categoria A, usufrui e obriga-se a partir desse momento ao regulamento em vigor e aplicável aos ginastas da Seleção Nacional; a não ser que se declare não integrante de qualquer evento em representação da Seleção Nacional.

As Seleções Nacionais poderão ainda integrar ginastas de outras categorias, desde que isso se revele de maior possibilidade de prestação positiva ou se os objectivos do evento se destinarem a esses grupos de ginastas.

A decisão, devidamente fundamentada, será tomada pelo Dir. Técnico Nacional.

6 - MISSÃO

SELECÇÃO NACIONAL

- A Seleção Nacional é um grupo restrito de ginastas que tem como principal missão representar Portugal em eventos internacionais, cuja responsabilidade de enquadramento seja da FPTDA.

PROJECTO DE PREPARAÇÃO OLÍMPICA – (Definido em Documento Próprio)

- Grupo restrito de ginastas, oriundos da Seleção Nacional, que pelos resultados desportivos alcançados, são integrados num plano especial de preparação com vista à participação nos Jogos Olímpicos de 2008/2012, definido em colaboração com o Comité Olímpico de Portugal.



7 - CRITÉRIOS DE SELECÇÃO

- Antes de abordarmos especificamente cada uma das modalidades e especialidades, importa referir que estas actividades não podem ser só avaliadas de forma quantitativa, havendo factores de alguma subjectividade inerentes à avaliação.
- Obviamente que nos referimos em primeiro lugar à avaliação efectuada pelos juizes, que sendo pessoal depende de vários factores; cōscios no entanto que as diferenças não serão significativas nem adulteradoras da ordem natural das classificações.
- Neste sentido temos ao longo dos últimos anos indicado mínimos que se baseiam em níveis de dificuldade a atingir, associados a níveis de execução que pretendemos sejam alcançados, com a evidência que em participação internacional os níveis de execução têm alguma tendência a serem minorados relativamente aos que se registam em Portugal.
- Na análise final, a FPTDA considerará sempre os ginastas que tenham atingido os valores que seguidamente se apresentam conjuntamente com outros factores como sejam a idade, possibilidades de evolução, resultados atingidos noutros eventos, nomeadamente de elevado nível e atitude social enquanto integrados na Seleccão Nacional.
- A aplicação dos princípios anteriormente descritos têm-nos demonstrado que desta forma sustentada se realiza um trabalho consolidado, que cremos ser frutuoso no futuro, conforme se regista ao longo dos últimos anos, e com maior acuidade no pretérito ciclo olímpico.
- Os ginastas de Trampolins (TRI, TRS, DMT) Tumbling; bem como os Pares/Grupos (mantendo a mesma constituição) medalhados individuais em Campeonatos da Europa ou do Mundo (Seniores), desde que cumpridos os mínimos ora apresentados, terão acesso preferencial à Seleccão Nacional.
- Sabemos quão subjectivos são os critérios qualitativos, que dependem de uma avaliação pessoal. Em todo o caso, terá sempre prevalência a avaliação efectuada pelo Dir. Técnico Nacional. No caso da nota de dificuldade, como se trata de um factor quantitativo, haverá o cumprimento estrito dos mínimos ora apresentados.
- Nas excepções apresentadas, quando é referido “e que cumpram os mínimos exigidos”, implica que para além do cumprimento dos mínimos desportivos, exista também o cumprimento de todas as disposições constantes do regulamento das seleccões nacionais.



Campeonato da Europa de Trampolins 2008

CRITÉRIOS DE SELECÇÃO

Os critérios de selecção descritos em baixo, serão aplicados nas seguintes competições:

Trampolim Individual		Duplo Mini-Trampolim	
Competição	Data	Competição	Data
Torneio Internacional "Cidade de Coimbra":	07/08.Março	Apuramento	15.Março
Apuramento	29.Março	Apuramento	30. Março
Apuramento	06.Abril	Qualificativa	05.Abril

Mínimos a atingir

		TRAMPOLIM (F1)	NOTA FINAL (F1+F2)	DUPLO MINI-TRAMPOLIM DIF MIN POR SÉRIE / TOTAL POR SÉRIE
Juniiores	FEMININO	24.0 pts	55.5 pontos	3.30 pts / 31.2 pts
	MASCULINO	24.0 pts	58.5 pontos	4.80 pts / 32.7 pts

		TRAMPOLIM (F1) EXECUÇÃO+DIF.	NOTA FINAL (F1+F2)	DUPLO MINI-TRAMPOLIM DIF MIN POR SÉRIE / TOTAL POR SÉRIE
Seniores	FEMININO	26.0 pts	58.5 pontos	4.80 pts / 32.7 pts
	MASCULINO	26.5 pts	62.5 pontos	7.00 pts / 34.9 pts

- Estes mínimos devem ser conseguidos em 2 provas;
- Só os melhores 2 (dois) resultados serão considerados, do total de 3 (três) competições possíveis;
- Em caso de empate, no DMT, o ginasta com maior total nas preliminares terá vantagem. **No trampolim, terá vantagem o que tiver a melhor F2. Estas regras são aplicadas a partir das duas provas consideradas;**
- Poderá, ou não, haver suplentes nas várias especialidades. Caso eles existam, estes serão os 5º do "ranking" ou um "wild-card". A sua condição de suplente só sofrerá alterações se houver uma lesão ou uma manifesta descida de rendimento de um dos ginastas;
- **Todos os ginastas partirão com 0 (zero) pontos, portanto não serão considerados os pontos conquistados em 2007.**



Na competição de Trampolim Individual, serão considerados apenas os resultados das preliminares.
Na competição de Duplo Mini-Trampolim, será considerado o somatório das 4 séries.

Em cada competição, os ginastas somarão pontos segundo o quadro seguinte:

Competições Nacionais	
1º Lugar	10 pontos
2º Lugar	8 pontos
3º Lugar	6 pontos
4º Lugar	5 pontos
5º Lugar	4 pontos
6º Lugar	3 pontos
7º Lugar	2 pontos
8º Lugar	1 pontos

Excepções:

- a) Os ginastas que cumprirem um dos seguintes critérios, serão considerados excepções durante todo o processo, sendo prioritários na integração nas Seleccões Nacionais
- b) As excepções ora apresentadas referem-se sempre aos eventos realizados no ano civil anterior ao desenvolvido no presente documento.

1. Os ginastas integrados no Projecto Olímpico Pequim 2008 (TRI);
(Ana Rente, Diogo Ganchinho e Nuno Merino)
2. Os ginastas medalhados individuais e sincronizado no Campeonato da Europa;
3. Os ginastas medalhados individuais e sincronizado no Campeonato do Mundo;
4. Os ginastas finalistas em Duplo Mini-Trampolim, no Campeonato do Mundo (2007);
(Ana Simões e Fábio Castanho)
5. Os ginastas classificados nos 24 primeiros lugares de Trampolim Individual no Campeonato do Mundo (2007)
(Ana Rente, Diogo Ganchinho e Nuno Merino)
6. Os ginastas classificados nos 16 primeiros lugares de Trampolim Individual no Campeonato Europa

E que cumpram os mínimos exigidos.

**TUMBLING**

Anteriormente já explicitámos os princípios que devem nortear o trabalho nesta especialidade.

Conforme se verificará adiante no capítulo da programação, em 2008 haverá o Campeonato de Europa de Juniores e Seniores, como evento de maior relevo internacional.

A selecção dos ginastas a integrar as diferentes competições, devem respeitar os critérios apresentados de seguida:

CAMPEONATO DE EUROPA	TAÇAS DO MUNDO / TORNEIOS INTERNACIONAIS	ESTÁGIOS DE PREPARAÇÃO E ESTÁGIOS DE DESENVOLVIMENTO
Mínimos de apuramento estabelecidos pelo Dep. Técnico.	Da responsabilidade da FPTDA, de acordo com o passado desportivo e futuro projectado e que tenham cumprido os mínimos	Da responsabilidade da FPTDA, de acordo com o passado desportivo e futuro projectado

Os critérios de participação no Campeonato da Europa têm de estar de acordo com o estabelecido nos quadros abaixo.

Juniores

	DIFICULDADE 1	DIFICULDADE 2	NOTA FINAL (EXEC. + DIF.)
FEMININOS	3,80	4,00	54,00 pts
MASCULINOS	4,60	5,20	56,00 pts

Seniores

	DIFICULDADE 1	DIFICULDADE 2	NOTA FINAL (EXEC. + DIF.)
FEMININOS	4,60	5,20	56,00 pts
MASCULINOS	6,20	7,70	59,40 pts

Os Ginastas têm de cumprir os critérios globais (dif e nota final) em pelo menos uma prova, e os mínimos de dificuldade em duas provas, entre as seguintes:

Prova de Selecção (Leiria)
Torneio Internacional Cidade de Coimbra
Prova Qualificativa

02.Fevereiro
06/09.Março
05/06.Abril

Atendendo a que os mínimos requeridos, correspondem a uma série de mortais e uma série de piruetas (por esta ordem); estas pontuações devem ser alcançadas nas preliminares dos respectivos momentos de controlo.

Os ginastas integrados no plano de desenvolvimento que visa esta competição de maior importância (Juniores e Seniores), têm de estar presentes em duas das três competições.

Na(s) competição(ões) em que não se preveja a tentativa de obtenção dos mínimos de apuramento, os ginastas poderão apresentar séries simplificadas, relativamente às inicialmente previstas para a competição de maior importância.

Os mínimos de apuramento foram definidos com base em “séries tipo”



O quadro que apresentamos de seguida mostra essa linha de raciocínio, podendo esta servir de orientação para os Treinadores:

	JUNIORES FEMININOS	JUNIORES MASCULINOS
MORTAIS	(^ ^ ^ ^ f f - - o	(^ ^ ^ ^ f f - - /
<i>DIF</i>	0,2 0,3 0,3 0,3 0,3 0,2 0,2 2,0	0,2 0,3 0,3 0,3 0,3 0,2 0,2 2,8
PIRUETAS	(^ 2. ^ ^ f f 4.	(^ 2. ^ ^ f f 2 - o
<i>DIF</i>	0,2 0,3 0,9 0,3 0,3 0,2 0,2 1,5	0,2 0,3 0,9 0,3 0,3 0,2 0,2 2,8

	SENIORES FEMININOS	SENIORES MASCULINOS
MORTAIS	(^ ^ ^ ^ f f - - /	(f - - / ^ ^ f f - - o
<i>DIF</i>	0,2 0,3 0,3 0,3 0,3 0,2 0,2 2,8	0,2 0,2 2,8 0,3 0,3 0,2 0,2 2,0
PIRUETAS	(^ 2. ^ ^ f f 2 - o	(f 2 - o ^ ^ f f 2 - <
<i>DIF</i>	0,2 0,3 0,9 0,3 0,3 0,2 0,2 2,8	0,2 0,2 2,8 0,3 0,3 0,2 0,2 3,2

Para além dos momentos anteriormente descritos, outros há que constituem mais um contributo para todo o processo de análise.

Estamos a referir as participações em eventos internacionais (Clube ou FPTDA) e os estágios em que participe.

Excepções:

- Os ginastas que cumprirem um dos seguintes critérios, serão considerados excepções durante todo o processo sendo prioritários na integração nas Seleccões Nacionais
- As excepções ora apresentadas referem-se sempre aos eventos realizados no ano civil anterior ao desenvolvido no presente documento.

1 - Os ginastas classificados nos 12 primeiros lugares de Tumbling no Campeonato do Mundo

2 - Os ginastas classificados nos 10 primeiros lugares de Tumbling no Campeonato Europa

E que cumpram os mínimos exigidos.



GINÁSTICA ACROBÁTICA

Conforme já referimos anteriormente a GA constitui-se como um modalidade com características próprias dentro da FPTDA, até porque é em si mesma uma área específica no âmbito da Federação Internacional de Ginástica.

Neste sentido o tipo de análise e processologia terá que ser um pouco diferenciada das outras modalidades da FPTDA.

Não esquecer no entanto tudo o que referimos na análise à modalidade, nomeadamente no que se refere à necessidade do aumento dos níveis de dificuldade, para que nos aproximemos mais dos níveis Europeus e Mundiais.

No conjunto das participações, a FPTDA procurará sempre estar presente com equipas o mais completas possível nos eventos de maior relevo (Campeonatos do Mundo e da Europa). No entanto, a participação nestes eventos está muito dependente da garantia de uma prestação que permita a concretização dos objectivos traçados.

Em termos de execução, devem ser procuradas notas **técnicas** de 8,80 pontos ou superiores e notas **artísticas** acima dos 8,50 pontos; em todos os exercícios

No que respeita à nota de **dificuldade**, dado o nível atingido e as responsabilidades óbvias da Seleção Nacional, deveremos ter em atenção os níveis apresentados nos eventos imediatamente anteriores (no caso presente o Campeonato do Mundo – Coimbra 2006 e Campeonato da Europa - Holanda 2007).

Atendendo a que a nota de dificuldade é referenciada a um máximo de 10,00 pontos, a FPTDA procurará estar presente nos eventos internacionais com pares/grupos que atinjam os 10,00 pontos de nota de dificuldade, mas sempre tendo em atenção a nota final da globalidade do exercício, que em referência deverá ser sempre superior a 27,00 pts.

No que respeita aos factores de avaliação qualitativa (execução e artística), deverão ser atingidos em pelo menos um evento, os seguintes valores para a integração da Seleção Nacional:

	Nota Técnica	Nota Artística
Nota	8,80 pts	8,50 pts

Conforme já referimos, a obtenção da nota de dificuldade de 10,00 pts é factor determinante para a obtenção de pontuações que permitam o cumprimento dos objectivos traçados.

No ano 2008, atendendo a que há a realização do Campeonato do Mundo de Ginástica Acrobática e a Competição Mundial por Grupos de Idades, a FPTDA procurará apoiar a participação dos ginastas no escalão 12-19 (júnior), em moldes a definir em documento próprio.

No que respeita ao escalão Sénior, os Grupos deverão ter nota de dificuldade de 10,00 pts em cada exercício, mas atendendo às especificidades de cada par/grupo, indicamos abaixo os valores mínimos de dificuldade para participação na Seleção Nacional.



Mínimos para participação no Campeonato do Mundo de Ginástica Acrobática

	Dif. Mínima EQ	Dif. Mínima DIN	Dif. Mínima COM	Nota Final E +D TOTAL
Par Feminino	9.600 pts	9.600 pts	9.600 pts	53.750 pts
Par Masculino	10.000 pts	9.800 pts	10.000 pts	54.000 pts
Par Misto	9.700 pts	9.700 pts	9.700 pts	53.750 pts
Grupo Feminino	10.000 pts	10.000 pts	10.000 pts	54.000 pts
Grupo Masculino	9.800 pts	9.800 pts	9.800 pts	53.800 pts

Está subjacente à GA a construção e apresentação de uma harmonia movimento/música (coreográfica) para que os exercícios sejam de agradável visionamento e acompanhamento, factor que se reflecte directamente na nota artística.

Conforme veremos adiante está programado o Campeonato do Mundo Séniores, como evento de maior relevo em 2008 (em local e data a confirmar).

Haverá ainda a realização de uma Taça do Mundo em França.

A FPTDA procurará ainda a participação em mais eventos que venham a ser organizados por entidades nacionais e/ou estrangeiras, no âmbito da promoção do maior número de contactos da Selecção Nacional

No que respeita ao Campeonato do Mundo, à data da publicação desta documentação, ainda não está confirmada a data e local da realização do mesmo. Também não há a confirmação da realização das competições por grupos de idades ao mesmo tempo que este evento.

Tão breve quanto a FPTDA tenha disponíveis todas as informações, delas dará conhecimento aos filiados.

Para a selecção dos ginastas a participar neste evento serão consideradas as seguintes provas: (reservado o direito de alteração das provas, de acordo com as datas limite que vierem a ser publicadas)

Torneio Primavera	29/30 Março
Campeonato Nacional	17/18.Maio
Taça FPTDA	21/22.Junho

Para análise e conclusão do processo de escolha que levará à participação nos eventos internacionais importa considerar que:

- A selecção de um ginasta para determinado evento não é um processo matemático e estanque, sendo considerados outros factores como sejam a carreira desportiva (anterior e projectada), a possibilidade de evolução (idade), a situação física e psicológica (eficácia em competição) e ainda factores de natureza social (comportamento).
- Conforme se verifica, alguns dos factores considerados são de natureza subjectiva e de análise individualizada e que nos momentos próprios permitem que Portugal se faça representar com os melhores ginastas.
- Para além dos momentos anteriormente descritos, outros há que constituem mais um contributo para todo o processo de análise. Estamos a referir as participações em eventos internacionais (Clube ou FPTDA) e os estágios em que participe.



Excepções:

a) Os Pares/Grupos (que se mantenham com a mesma constituição e escalão etário) que cumprirem um dos seguintes critérios, serão considerados excepções durante todo o processo sendo prioritários na integração nas Seleccões Nacionais

1 - Os Pares/Grupos medalhados no Campeonato do Mundo

2 - Os Pares/Grupos medalhados no Campeonato da Europa

b) As excepções ora apresentadas referem-se sempre aos eventos realizados no ano civil anterior ao desenvolvido no presente documento.

E que cumpram os mínimos exigidos.



8 - OBJECTIVOS DESPORTIVOS A ATINGIR

8.1 - OBJECTIVOS GERAIS

De uma forma geral são objectivos para 2008, considerando o Campeonato da Europa de TR/DMT e TU e o Campeonato do Mundo de Ginástica Acrobática:

DUPLO MINI-TRAMPOLIM

- Participação nas finais individuais e de equipas.
- Obtenção de medalhas nas competições individuais e de equipas.

TRAMPOLIM INDIVIDUAL

- Realização dos exercícios previstos sem falhas graves.
- Disputar um lugar entre as 5 primeiras equipas masculinas.
- Classificação de dois ginastas nos primeiros 20 lugares da classificação individual.

TRAMPOLIM SINCRONIZADO

- Participação na Final.
- Classificação nos seis primeiros lugares.

TUMBLING

- Realização das séries previstas sem falhas graves.
- Participação na final de equipas.
- Classificação de um(a) ginasta entre as 10 primeiras.

GINÁSTICA ACROBÁTICA

- Participação em duas finais de especialidade
- Obtenção de uma medalha



8.1 - OBJECTIVOS ESPECÍFICOS

Estágios TR / DMT

Acção	Participantes	Objectivo
Estágio Trampolim e DMT	Juniores e Seniores	Proporcional um momento de controlo extra-competitivo. Conhecer melhor as necessidades actuais dos ginastas, tanto ao nível de treino como mais especificamente das séries. Perspectivar as equipas para Europeu 2008.
Estágio Páscoa	Juniores e Seniores	Primeiro momento de preparação para o Europeu. Participação dos potenciais ginastas a estarem presentes na competição.
Estágio Europeu	Juniores e Seniores	Treino das séries da competição. Concentração de toda a equipa que estará no Europeu, e desta forma tentar criar o melhor espírito de equipa possível.
Estágio Internacional	Seniores	Contacto internacional fora das competições. Elevar o nível de motivação e conseqüentemente o de treino.
Estágio França	JO	
Estágio JO	JO	

Estágios TU

DATA	LOCAL	ACÇÃO	OBJECTIVO
12 - 13 Janeiro	Lisboa	Estágio de Observação	Observação das rotinas adquiridas Projectão das aquisições futuras Projectão da Equipa para o Campeonato de Europa de 2008
2 - 5 Fevereiro	Leiria	Estágio de Desenvolvimento	Desenvolvimento das aquisições projectadas em situações reduzidas e facilitadoras
15 - 18 Março	Leiria	Estágio de Desenvolvimento	Controlo nas novas aquisições Ajustamento dos objectivos face ao Campeonato de Europa 2008
21 - 25 Abril	A designar	Estágio Campeonato de Europa	Preparação efectiva para a competição
03 - 05 Julho	Leiria	Estágio Selecção Sub-14	Desenvolvimento de novas acrobacias em situações facilitadoras de novas acrobacias. Proporcionar um clima favorável à motivação dos ginastas para a sua evolução.



Estágios GA

Relativamente aos Estágios de Ginástica Acrobática não há indicação de objectivos, uma vez que os treinadores fazem acompanhamento específico dos seus ginastas em todas as acções da Seleção Nacional.



9 - ACÇÕES PREVISTAS / PROGRAMAÇÃO

As acções ora apresentadas, são aquelas onde a FPTDA pretende estar presente.

Toda a participação depende do financiamento do Instituto do Desporto de Portugal, que nesta fase não é conhecido, pelo que poderão haver ajustamentos/reorganização das acções previstas.

Dada a importância dos eventos, há a certeza de participação nos eventos de maior dimensão, nomeadamente o Campeonato do Mundo de Ginástica Acrobática e o Campeonato da Europa de Trampolins.

TRAMPOLINS

(Duplo Mini-Trampolim, Trampolim Individual e Trampolim Sincronizado)

Estágios

Acção	Participantes	Data	Local
Estágio Trampolim Individual	Juniores e Seniores	12 e 13 de Jan.	Lisboa
Estágio DMT	Juniores e Seniores	26 e 27 de Jan.	Santarém
Estágio Páscoa	Juniores e Seniores	24 a 28 de Mar.	Lagoa (?)
Estágio Europeu	Juniores e Seniores	21 a 25 de Abril	Loulé
Estágio Internacional	Seniores	07 a 14 de Jul	Lisboa
Estágio França	JO	21 a 27 de Jul	França
Estágio JO	JO	31/07 a 07/08	Macau

Competições Nacionais

Competição	Data	Local	Objectivo
Selectiva Trampolim	08 de Março	Coimbra	Seleção
Selectiva DMT	15 de Março	??	Seleção
Selectiva Trampolim	29 de Março	??	Seleção
Selectiva DMT	30 de Março	??	Seleção
Selectiva Trampolim	06 de Abril	??	Seleção
DMT (Qualificativa)	05 de Abril	Sines	Seleção
Campeonato Nacional DMT	10 e 11 de Maio	Sines	Observação
Prova Qualificativa TRI	24 e 25 de Maio	Santarém	Observação
Campeonato Nacional TRI	07 e 08 de Junho	Vila do Conde	Observação
Taça FPTDA	21 e 22 de Junho	Coimbra	Observação

Competições Internacionais

Competição	Data/Local de realização	Participantes	Limite D/N
Taça do Mundo	06 a 08 de Março / POL - Wroclaw	Seniores (TR)	15.01 / 06.02
Campeonato Europa	28 Abril a 03 Maio / DEN - Odense	Jun e Sen	28.01 / 07/04
Taça do Mundo	14 a 17 de Maio / JPN - Osaka	Seniores (TR)	03.03 / 01.04
Taça do Mundo	21 a 24 de Maio / FRA - Publier	Seniores (TR)	22.03 / 25/04
4 Nações	13 e 14 de Junho / ??	Jun e Sen.	
Taça do Mundo	19 a 21 de Junho / SUI – Arosa	Seniores (TR)	10.04 / 10/05
Taça do Mundo	26 a 28 de Junho / ESP - Albacete	Seniores (TR)	27.03 / 24.04
Jogos Olímpicos	16 a 19 de Agosto / CHN - Pequim	DG / AR (*)	
Taça do Mundo	25 a 27 de Setembro / POR - Loulé	Seniores (TR)	25.06 / 25.08

(*) Poderão ser substituídos em caso de "impedimento definitivo".

A indicação das datas limite é indicativa do momento da decisão do número de ginastas/equipas a participar.

TUMBLING**Estágios**

Ação	Data de realização	Participantes
Estágio de Observação	12/13. Janeiro	Juniores / Seniores
Estágio Desenvolvimento 1	02/05. Fevereiro	Juniores / Seniores
Estágio Desenvolvimento 2	15/18. Março	Juniores / Seniores
Estágio Preparação C. Europa	21/25. Abril	Juniores / Seniores
Estágio de Desenvolvimento 3	03/05. Julho	Sub-14

Competições Nacionais

Competição	Data de realização
Prova Qualificativa	05/06. Abril
Campeonato Nacional	10/11. Maio
Taça FPTDA	21/22. Junho

Competições Internacionais

Competição	Data/Local de realização	Participantes	Limite D / N
Torneio Internacional Cidade de Coimbra	06 a 09. Março / POR - Coimbra	Juniores e Seniores	15.01 / 07.02
Campeonato Europa	27 Abril / 4 Maio / DEN – Odense	Juniores e Seniores	28.01 / 07.04
Taça do Mundo	21 a 25. Maio / FRA – Publier	Seniores	22.03 / 25.04
Taça do Mundo	25 a 27. Setembro / POR - Loulé	Seniores	25.06 / 25.08

A indicação das datas limite é indicativa do momento da decisão do número de ginastas/equipas a participar.

**GINÁSTICA ACROBÁTICA**

(Pares Femininos, Pares Masculinos, Pares Mistos, Trios Femininos, Quadras Masculinas)

Estágios

Acção	Data de realização	Participação	Local
Estágio 1	08/09 de Dezembro (2007)	Juniores e Seniores	Lisboa
Estágio 2	12/13 de Janeiro	Juniores e Seniores	Lisboa
Estágio 3 (Carnaval)	02/05 de Fevereiro	Juniores e Seniores	Lisboa
Estágio 4 (Páscoa)	24/26 de Março	Juniores e Seniores	??
Estágio 5	12/13 de Abril	Juniores e Seniores	??

Após esta data as Acções serão marcadas de acordo com a definição de Eventos Internacionais.

Competições Nacionais

Competição	Data de realização	Local de Realização
Torneio de Abertura	23/24.Fevereiro	Cascais
Torneio Primavera	29/30.Março	Tomar
Campeonato Nacional (AA)	17/18.Maio	Maia
Taça FPTDA	21/22.Junho	Coimbra

Competições Internacionais

Competição	Data/Local de realização	Participantes	Limite D / N
Torneio Internacional Maia	06/09 de Março / POR - Maia	Juniores e Seniores	19.01 / 20.02
Copa Galícia	15/16 de Março / ESP - ??	Juniores e Seniores	25.01 / 15/02
French Open	04/08 de Abril / FRA - Lavallois	Juniores e Seniores	01.02 / 01.03
Taça do Mundo - França	21/25 de Maio /FRA – Publier	Seniores	22.03 / 25.04
Campeonato do Mundo		Seniores	?
Camp. Europa Equipas	06/12 de Outubro /	Juniores e Seniores	?

A indicação das datas limite é indicativa do momento da decisão do número de ginastas/equipas a participar.



10 - PRÉMIOS

10.1. - Por classificações obtidas em eventos internacionais, são atribuídos aos ginastas os seguintes prémios, da responsabilidade da FPTDA:

	Individual Trampolim	Individual DMT / TU	Sincronizado Gin. Acrobática	Equipa DMT/TU/GA
--	-------------------------	------------------------	---------------------------------	---------------------

JOGOS OLÍMPICOS

1º Lugar	€ 5.000,00
2º Lugar	€ 3.500,00
3º Lugar	€ 2.500,00
4º a 8º Lugar	€ 2.000,00

CAMPEONATO DO MUNDO/FINAL DA TAÇA DO MUNDO/JOGOS MUNDIAIS (WORLD GAMES)

1º Lugar	€ 4.000,00	€ 2.000,00	€ 1.250,00/Cada	€ 200,00/Cada
2º Lugar	€ 3.000,00	€ 1.250,00	€ 750,00/Cada	€ 150,00/Cada
3º Lugar	€ 2.000,00	€ 1.000,00	€ 500,00/Cada	€ 75,00/Cada
4º a 8º Lugar	€ 1.500,00	€ 250,00	€ 200,00/Cada *	-----
9º a 16º Lugar	€ 1.000,00	-----	-----	-----

CAMPEONATO DA EUROPA DE SÉNIORES/PROVAS DA TAÇA DO MUNDO

1º Lugar	€ 3.500,00	€ 1.500,00	€ 750,00/Cada	€ 200,00/Cada
2º Lugar	€ 2.500,00	€ 800,00	€ 500,00/Cada	€ 150,00/Cada
3º Lugar	€ 1.500,00	€ 400,00	€ 250,00/Cada	€ 75,00/Cada
4º a 8º Lugar	€ 750,00	€ 200,00	€ 125,00/Cada *	-----
9º a 16º Lugar	€ 500,00	-----	-----	-----

CAMPEONATOS DE JÚNIORES/COMP. INTERN. POR GRUPOS DE IDADES

1º Lugar	€ 1.000,00	€ 800,00	€ 500,00/Cada	€ 175,00/Cada
2º Lugar	€ 750,00	€ 500,00	€ 250,00/Cada	€ 125,00/Cada
3º Lugar	€ 500,00	€ 250,00	€ 125,00/Cada	€ 75,00/Cada
4º a 8º Lugar	€ 300,00	€ 175,00	€ 100,00/Cada *	-----
9º a 16º Lugar	€ 150,00	-----	-----	-----

(*) Corresponde à participação em Finais. Se a Final for constituída por apenas 6 participantes, deverão ser consideradas as classificações do 4º ao 6º lugar.

- A Final da Taça do Mundo constitui-se por si só numa Prova Final, logo não há direito a prémios por participação em finais.
- A obtenção do apuramento para participar nos Jogos Olímpicos, corresponderá ao prémio de 900,00 €, não cumulativos com qualquer outro prémio obtido na mesma competição.
- Na disciplina de Trampolim Individual, os prémios das Equipas são multiplicados por 2.
- Na disciplina de Trampolim Individual, cada elemento de uma equipa finalista recebe o prémio de 100 € (cem euros).
- Nas disciplinas de TRI / TRS / DMT / TU, na CIGI, os prémios correspondem apenas a finalistas (6 primeiros).



10.2. – Por classificações obtidas em eventos internacionais, são atribuídos aos treinadores (dos clubes) os seguintes prémios, da responsabilidade da FPTDA (um por clube):

TRAMPOLIM INDIVIDUAL*valores em €*

	* JOGOS OLÍMPICOS	* CAMP. DO MUNDO * FINAL DA TAÇA DO MUNDO * WORLD GAMES	* C. EUROPA SENIORES * PROVAS DA TAÇA DO MUNDO	* C. EUROPA JUNIORES * JOGOS MUNDIAIS POR IDADES
MEDALHADOS IND.	1.500,00	1.000,00	750,00	500,00
FINALISTAS IND.	1.000,00	750,00	500,00	250,00
EQUIPAS (medalhadas)	-----	250,00 / cada	200,00 / cada	100,00 / cada
EQUIPAS (finalistas)	-----	150,00 / cada	150,00 / cada	-----

TRAMPOLIM SINCRONIZADO, DUPLO MINI-TRAMPOLIM**TUMBLING****GINÁSTICA ACROBÁTICA***valores em €*

	* CAMP. DO MUNDO * FINAL DA TAÇA DO MUNDO * WORLD GAMES	* C. EUROPA SENIORES * PROVAS DA TAÇA DO MUNDO	* C. EUROPA JUNIORES * COMPETIÇÕES POR IDADES
MEDALHADOS IND.	750,00	500,00	250,00
FINALISTAS IND.	500,00	250,00	100,00
EQUIPAS (medalhadas)	100,00/cada	75,00/cada	50,00/cada

Nota:

- No caso de classificações obtidas em Ginástica Acrobática ou Trampolim Sincronizado, o respectivo treinador recebe o prémio correspondente ao individual, independente de ser um par, trio ou grupo.



11 - SELECÇÕES NACIONAIS

REGULAMENTO

A – DAS CONDIÇÕES DE INGRESSO NA SELECÇÃO NACIONAL

1 – Podem integrar a Seleção Nacional da FPTDA todos os ginastas filiados na FPTDA e que se enquadrem nos critérios definidos no documento das Seleções Nacionais.

B – DOS DIREITOS DO PRATICANTE

Apoio Técnico e Administrativo

A FPTDA compromete-se a:

- Suportar as despesas de exames médicos base (Centros de Medicina Desportiva do IDP).
**As Entidades deverão enviar à FPTDA o comprovativo do pagamento dos respectivos exames médicos.*
- Organizar estágios anualmente.
- Colaborar com os treinadores na elaboração de adequado programa de treino.
- Garantir o apetrechamento mínimo indispensável em ações organizadas especificamente para praticantes da Seleção Nacional e que decorram sob a responsabilidade da FPTDA.
- Garantir a aplicação da legislação que salvaguarda a dispensa, destacamento ou requisição dos praticantes para as actividades da FPTDA sem prejuízo da sua vida escolar e/ou profissional.
- Indemnizar os praticantes por salários perdidos quando em representação nacional ou em actividades da responsabilidade da FPTDA, desde que essa remuneração constitua o seu principal meio de subsistência.
- Assegurar a comparticipação das deslocações para/de locais de concentração indicados pela FPTDA, de acordo com a tabela anexa, e em relação ao Clube de filiação. Esta comparticipação é efectuada através da “conta-corrente” entre a FPTDA e o clube em que o praticante está inscrito.
- Assegurar a obtenção de vistos quando necessários em deslocação ao estrangeiro.
- Assegurar o pagamento dos prémios pela obtenção de classificações no âmbito do “Documento das Seleções Nacionais”.

C – DOS DEVERES DO PRATICANTE

O praticante da Equipa Nacional compromete-se a:

- Representar a FPTDA/Portugal em Campeonatos da Europa, do Mundo e em todos os eventos que envolvam a participação da Seleção Nacional e para os quais tenha sido convocado.



- Comparecer em todas as competições Distritais/Regionais/Nacionais para o seu escalão/sexo e que representem momentos de controlo e avaliação da sua prestação.
- Participar nos estágios e concentrações para os quais tenha sido convocado e apresentar-se no local de concentração. *A FPTDA efectuará o apoio à deslocação para os locais de concentração, de acordo com a tabela Anexa, e por conta-corrente com a Entidade onde o praticante/treinador está filiado.*
- Comparecer nos controlos médicos da responsabilidade federativa.
- Cumprir o seu plano de preparação anual/plurianual e dele dar conhecimento à FPTDA, bem como do grau de cumprimento desse plano.
- Solicitar à FPTDA a autorização para a participar em competições internacionais, sejam elas realizadas em Portugal ou no estrangeiro.
- Utilizar o equipamento oficial que lhe for distribuído pela FPTDA, sempre que estiver em representação nacional.
- Colaborar com a sua presença em jornadas de formação e divulgação da modalidade.
- Assumir comportamento cívico adequado à função social e cultural do praticante da Seleção Nacional.
- Informar de imediato a FPTDA de qualquer anomalia que perturbe o seu plano de preparação (doença, lesão, ...), sempre acompanhado de documentação que suporte e caracterize o impedimento.

D – SANÇÕES

Ao praticante que não cumprir um ou mais itens deste regulamento por motivos não justificados junto da FPTDA, ser-lhe-á vedada a possibilidade de integração na Seleção Nacional FPTDA por um período nunca inferior a um ano (doze meses).

E – TREINADORES

- São Treinadores das Seleções Nacionais, aqueles que convidados pela FPTDA integrem as comitativas oficiais e estejam devidamente inscritos como tal nos respectivos eventos.
- Os Treinadores das Seleções Nacionais recebem a comparticipação das despesas de deslocação para/de locais de concentração, de acordo com a tabela anexa, e com referência ao Clube onde o treinador está filiado.
- Os Treinadores das Seleções Nacionais recebem uma comparticipação de 17,50 € / dia, incluindo os dias de viagem, sempre que estiverem em actividades em representação da FPTDA. Quando houver perda da remuneração da actividade principal do Treinador, será acordado entre o Treinador e a Direcção da FPTDA a forma de compensação, sendo que nunca serão cumulativas duas compensações.
(Para este efeito terá que ser apresentado documento fiscal legalmente aceite – *recibo verde, acto isolado, ...*)



ANEXO 1

APOIO FPTDA PARA ACTIVIDADES DA SELECÇÃO NACIONAL

Notas:

- 1) O apoio apresentado é aplicado por ginasta/treinador, excepto em casos excepcionais, deliberados pela Direcção da FPTDA.
- 2) O apoio é sempre contabilizado na conta-corrente que a entidade que enquadra o praticante/treinador tem com a FPTDA.

em € (apoio ida e volta)	Faro	Loulé	Maia	Santo Estêvão	Vila do Conde	Coimbra	Leiria	Lisboa	Santarém
Alhandra	56,80	52,80	59,20	7,20	62,20	35,40	23,80	6,00	10,80
Benavente	56,00	52,00	62,80	5,20	62,20	35,20	27,20	10,80	12,00
C Rainha	72,00	68,00	48,40	23,40	53,00	26,00	11,20	21,20	10,60
Cadaval	64,60	60,60	53,80	16,60	58,80	32,00	16,60	19,00	10,60
Coimbra	90,60	86,60	25,80	40,00	28,80	0,00	14,80	41,20	27,40
Espinho	109,20	105,20	7,40	58,40	9,20	20,60	33,40	59,60	46,00
Faro	0,00	4,00	111,80	50,00	116,20	90,60	76,40	55,60	61,40
Leiria	76,40	73,60	38,80	28,20	41,80	14,80	0,00	32,00	15,80
Lisboa	55,60	52,80	64,80	11,80	67,80	41,20	32,00	0,00	16,40
Loulé	4,00	0,00	112,80	47,40	113,40	86,60	73,60	52,80	58,80
Maia	111,80	112,80	0,00	63,60	3,80	25,80	38,80	64,80	51,20
Mem Martins	60,00	56,00	68,60	15,60	71,20	44,20	30,80	5,60	20,00
Moita	53,40	49,40	68,80	8,00	71,60	44,60	33,40	8,00	20,20
Odivelas	57,00	53,00	64,60	11,00	67,40	40,60	27,40	2,40	16,20
Porto	111,60	107,60	3,00	62,20	6,20	23,20	37,20	63,40	49,40
S. Tirso	117,80	113,80	5,00	66,60	5,80	29,20	41,80	67,80	54,00
Salvaterra de Magos	57,00	53,00	58,00	6,40	60,80	34,00	22,40	12,00	7,40
Santarém	61,40	58,80	51,20	13,20	54,20	27,40	15,80	16,40	0,00
Santo Estêvão	50,00	47,40	63,60	0,00	67,80	40,00	28,20	11,80	13,20
Sines	38,00	34,00	88,80	27,00	93,20	66,20	53,40	32,60	38,00
Tomar	76,40	73,60	38,80	28,20	41,80	15,00	15,40	32,20	15,80
Torres Vedras	64,00	60,00	57,00	18,20	61,60	34,80	19,60	13,00	17,20
Vila do Conde	116,20	113,40	3,80	67,80	0,00	28,80	41,80	67,80	54,20

ANEXO 2

CALENDARIZAÇÃO DE ACTIVIDADES DA SELECÇÃO NACIONAL



Calendário 2008

JANEIRO		FEVEREIRO		MARÇO	
1		1		1	
2		2	Estágio TU / GA	2	
3		3		3	
4		4		4	
5		5		5	
6		6		6	TICC TU / TR
7		7		7	MIAC
8		8		8	WC POL TR
9		9	Sarau da Gala	9	
10		10		10	
11		11		11	
12	Estágio TR/TU/GA	12		12	
13		13		13	
14		14		14	
15		15		15	Select. DMT
16		16		16	Copa Galicia GA
17		17		17	Estágio TU
18		18		18	
19		19		19	
20	T. Mestre Sammer	20		20	
21		21		21	
22		22		22	
23		23	T. Abertura	23	
24		24		24	Estágio DMT/TR
25		25		25	
26	Estágio DMT	26		26	Estágio GA
27		27		27	
28		28		28	
29		29		29	T. Prim./ Select. TR
30				30	Select. DMT
31				31	



ABRIL		MAIO		JUNHO	
1		1	CE TR/DMT/TU	1	
2		2		2	
3		3		3	
4		4		4	
5	Qualif. DMT/TU	5		5	
6	French Cup GA	6		6	
7		7		7	CN TRI/TRS
8		8		8	
9		9		9	
10		10	CN DMT/TU	10	
11		11		11	
12		12		12	
13		13		13	4 Nações
14		14	WC JPN TR	14	CN MT
15		15		15	
16		16		16	
17		17	CN GA (Juv & AA)	17	
18		18		18	WC SUI TR
19	Qualif. GA	19		19	
20		20		20	
21	Estág. DMT/TR/TU	21	WC FRA TR	21	TAÇA FPTDA
22		22		22	
23		23		23	
24		24	Qualif. TRI	24	
25		25		25	WC ESP TR
26		26		26	
27	CE TR/DMT/TU	27		27	
28		28		28	CN Inf./ TN / S & C
29		29		29	
30		30		30	
		31	CN GA (J & S)		



JULHO		AGOSTO		SETEMBRO	
1		1	Estágio J.Olimpicos	1	
2		2		2	
3	Estágio TU (Sub 14)	3		3	
4		4		4	
5		5		5	
6		6		6	
7	Estág. Intern. TR	7		7	
8		8		8	
9		9		9	
10		10		10	
11		11		11	
12	Enc. Nacional	12		12	
13		13		13	
14		14		14	
15		15		15	
16		16	Jogos OLIMPICOS	16	
17		17	TRI	17	
18		18		18	
19		19		19	
20		20		20	
21	Estágio J.Olimpicos	21		21	
22		22		22	
23		23		23	
24		24		24	WC POR TR/TU
25		25		25	
26		26		26	
27		27		27	
28		28		28	
29		29		29	
30		30		30	
31	Estágio J.Olimpicos	31			



<u>OUTUBRO</u>		<u>NOVEMBRO</u>		<u>DEZEMBRO</u>	
1		1		1	
2		2		2	
3		3		3	
4		4		4	
5		5		5	
6	CE Eq. GA	6		6	
7		7		7	
8		8		8	
9		9		9	
10		10		10	
11		11		11	
12		12		12	
13		13		13	
14		14		14	
15		15		15	
16		16		16	
17		17		17	
18		18		18	
19		19		19	
20		20		20	
21		21		21	
22		22		22	
23		23		23	
24		24		24	
25		25		25	
26		26		26	
27		27		27	
28		28		28	
29		29		29	
30		30		30	
31				31	