



**CIRCULAR PRESIDENTES**  
**CP N.º 021/20 - DATA: 03/05/2020**  
**ASSUNTO: Treinamento Virtual GTR**

## PREZADOS PRESIDENTES,

A Confederação Brasileira de Ginástica (CBG), vem, através desse apresentar Plano de Ação para que possamos atender cada vez melhor atletas e treinadores envolvidos direta ou indiretamente com o trabalho das Seleções Brasileiras de Ginástica de Trampolim (GTR), diante das necessidades de isolamento social causadas pela pandemia COVID-19. Tais ações visam constante evolução da modalidade, para seguirmos desenvolvendo as atuais e futuras gerações da ginástica brasileira com excelência.

Para o presente momento, a coordenação da Seleção Brasileira GTR – CBG, sugere modelo de treinamento para mobilizar, instruir e ajudar a minimizar os problemas físicos e técnicos gerados aos ginastas durante essa pausa no trabalho planejado para este ano. Este treinamento ocorrerá diariamente das 14h às 15:30h, de forma VIRTUAL, com treinadores e ginastas listados abaixo:

## GINASTAS CONVIDADOS

### FEMININO

Alice Hellen Gomes	Minas Tênis Clube/MG
Alice Reis Albuquerque	Minas Tênis Clube/MG
Ana Luiza Pereira Soares	PM de Contagem/MG
Camilla Lopes Gomes	NG Tatiana Figueiredo/RJ
Daienne Cardoso Lima	Minas Tênis Clube/MG
Ingrid Simão Souto Maior	NG Tatiana Figueiredo/RJ
Isadora Uhry	Univates/RS
Jennifer Lopes dos Santos	PM de Contagem/MG
Júlia Eduarda Rocha	PM de Contagem/MG
Luara Kethelin Reis Silva Resende	PM de Contagem/MG
Manuela Moris Marcondes	Minas Tênis Clube/MG
Maria Eduarda Martins Damasceno	PM de Contagem/MG
Roberta Daniela Borges	Instituto Trampolim/MG

### MASCULINO

Carlos Ramirez Pala	CT Ramirez Pala/RJ
Cauã Henrique Costa Rodrigues	Minas Tênis Clube/MG
Gabriel Ferreira Soares Sousa	Minas Tênis Clube/MG
Gabriel Henrique Gomes Miranda	Instituto Trampolim/MG
Igor Heineck Ouriques	Univates/RS
João Francisco Dorim Fonseca	PM de Contagem/MG
João Guilherme da Rocha Silva	PM de Pirai/RJ



Lucas Junio Tobias  
Rafael Oliveira Andrade  
Rayan Victor de Castro Dutra  
Vinicius Luiz Souza Celestino

Instituto Trampolim/MG  
NG Tatiana Figueiredo/RJ  
Minas Tênis Clube/MG  
PM de Contagem/MG

## TREINADORES CONVIDADOS

Alexandro Rungue Pereira	Minas Tênis Clube/MG
Cicero Rodrigues dos Santos	CT Ramirez Pala/RJ
Cláudio Junior de Oliveira Silva	PM de Piraí/RJ
Cristina Trópia Aladim	PM de Contagem/MG
Estácio Fonseca da Costa	Instituto Trampolim/MG
Marcos Minoru Otsuka	Univates/RS
Neusa Aparecida de Jesus Oliveira	Instituto Trampolim/MG
Rodrigo Isidoro Bachur	PM de Contagem/MG
Shirley Arantes da Silva	PM de Piraí/RJ
Silton Furiati Santos	Minas Tênis Clube/MG
Tatiana Cano Figueiredo	NG Tatiana Figueiredo/RJ

Reforçamos que nesse momento, conforme recomendações da Organização Mundial de Saúde e do Ministério da Saúde, continuemos em casa, para evitarmos a proliferação do coronavírus.

## INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES:

1. Ginastas – Devem utilizar uniforme de treinamento – Os atletas integrantes da Seleção Brasileira de GTR deverão utilizar uniforme designado para cada dia da semana - Atletas representantes de clubes camiseta do clube;
2. Cabelos presos, short utilizados normalmente para treinamento;
3. Treinadores que irão comandar os treinamentos, também devem estar com os uniformes da seleção brasileira ou dos seus clubes de origem;
4. Caso o ginasta não tenha o material, deverá avisar ao seu treinador com antecedência para que seja sugerido algo em troca;
5. As informações referentes aos aplicativos que iremos utilizar para realização dos treinamentos virtuais, serão encaminhadas diretamente para cada um dos atletas, treinadores e equipe multidisciplinar presente neste documento.

Aproveitamos a oportunidade para reiterar votos de estima e elevada consideração

Saudações Ginásticas

**Maria Luciene Cacho Resende**  
Presidente