

# O SPORT

Primeiro Jornal Desportivo Ilustrado editado em Portugal pelo GCP em 1894

Descobre o

**Desportista**

**que há em ti!**

**VERÃO**

**É no GCP!**

**Crianças dos 6  
aos 16 anos**

**de 29 de Junho  
a 28 de Agosto 2026**

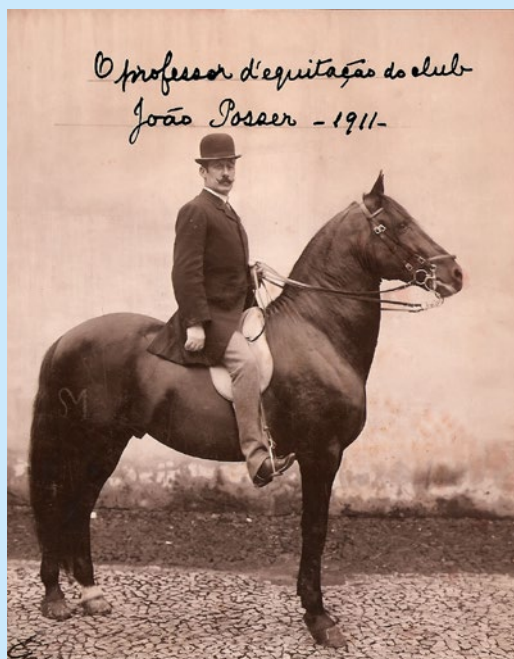
[gcp.pt](http://gcp.pt)



## FACTOS RELEVANTES DO GCP

### HIPISMO

o GCP foi dos primeiros clubes em Portugal a apostar na modalidade de HIPISMO. Organizou-se cursos de equitação entre os associados, chegámos mesmo a ter um Pica-deiro em 1935 e uma escola de Volteio em 1936. Naturalmente devido ao contexto social e de costumes da época, é desenvolvido trabalho numa modalidade durante várias décadas. Realizaram-se também demonstrações nas Galas do GCP no Coliseu dos Recreios.



## CALENDÁRIO

01  
a  
03  
maio

### GPT GYM FOR LIFE NACIONAL 2026

*Pavilhão Multiusos de Odivelas*

Ginástica com Aparelhos:  
Pré-Rítmica de Grupo; Rítmica de Grupo; Atitudes.

Ginástica e Dança, Grandes Grupos (21 ou mais ginastas):  
Especial Raparigas; Mimanu Ginástica e Dança, Pequenos Grupos (até 20 ginastas): Dança Jazz; Mix Appeal; Mãe d'Água.

01  
a  
03  
maio

### GINÁSTICA ARTÍSTICA MASCULINA CAMPEONATO TERRITORIAL BASE E 1ª DIVISÃO, ENCONTRO DE BENJAMINS

*Complexo Desportivo Municipal do Casal Vistoso, Lisboa*

01  
a  
03  
maio

### GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA CAMPEONATO TERRITORIAL 1ª E 2ª DIVISÃO, CAMPEONATO TERRITORIAL DE INFANTIS E ENCONTRO DE BENJAMINS

*Complexo Desportivo Municipal do Casal Vistoso, Lisboa*

06  
a  
18  
maio

### TIRO CAMPEONATO DA EUROPA 25/50M ISSF

*Pampas Shooting Range, Osijek, Croácia*

Atletas do GCP em representação de Portugal: Sara Antunes, Pedro Afonso

06  
a  
28  
maio

### MAIO MÊS DO CORAÇÃO STAND DE AVALIAÇÃO

*Factores de Risco da Doença Cardiovascular*

SEDE (junto da Sala de Exercício)  
6.7.28.Maio > 16h00/18h00  
12.15.26.Maio > 09h30/11h30

PISCINA MUNICIPAL DE CAMPO DE OURIQUE  
19.Maio > 09h30/11h30  
21.Maio > 16h00/18h00

09  
maio

### MEXER CONTRA O CANCRO DIA MUNDIAL DE LUTA CONTRA O CANCRO

*Parque Desportivo do Jamor*

09h30  
13h30

9h30/13h00 **Circuito Gímnico** Prof. Vitor Gomes  
10h00/13h00 **Tiro com Arco** Prof. Pedro Vaz  
10h00/10h45 **Localizada** Profª Sónia Filipe  
11h00/11h45 **Danças Sociais** Prof. António Sales  
12H00/12H45 **Zumba** Profª Sónia Filipe

09  
maio  
10h00  
11h30

### MEGA AULA HEART OPENNING YOGA

*Ginásio 81*

Prof. Diogo Mariano

09  
e  
10  
maio

### JUDO CAMPEONATO NACIONAL DE JUVENIS

*Local por definir pela Federação Portuguesa de Judo*

## CALENDÁRIO

09  
e  
10  
maio

**ESGRIMA** CAMPEONATO NACIONAL DE INICIADOS E VETERANOS

*Academia da Força Aérea, Sintra*

09  
e  
10  
maio

**GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA** CAMPEONATO TERRITORIAL BASE

*Complexo Municipal dos Desportos da "Cidade de Almada", Almada*

16  
maio

**GPT SARAU DO SPORT** CLUBE SANJOANENSE

*Pavilhão José Gouveia, São João da Talha, Loures*

Classes em representação do GCP: Mix Appeal e Ananké.

16  
maio

**GPT GALA CGA ANUAL**

*Complexo Municipal dos Desportos da "Cidade de Almada", Almada*

Classes em representação do GCP: Imagens e Mimanu.

19  
maio

**WORKSHOP DE NUTRIÇÃO** COMO A NUTRIÇÃO PODE MELHORAR A SAÚDE DO SEU CORAÇÃO

*Sala de Trofeus*

18h45  
-  
19h45

Oradora: Dra. Catarina Oliveira

23  
e  
24  
maio

**GINÁSTICA ARTÍSTICA** CAMPEONATO NACIONAL 1ª DIVISÃO

*Complexo Desportivo Municipal do Casal Vistoso, Lisboa*

23  
e  
24  
maio

**ESGRIMA** FINAIS NACIONAIS DO CIRCUITO JUVENIL ESGRIMA

*Nave Polivalente de Espinho, Espinho*

23  
e  
24  
maio

**PENTATLO MODERNO** CAMPEONATO NACIONAL DE TRIATLO

*Baia de Machico, Madeira*

## CALENDÁRIO

23  
e  
27  
maio

### JUDO CADET EUROPEAN CUP

*Pavilhão Municipal da Penha, Faro*

Atletas em representação do GCP: Maria Loureiro e João Pulido.

24  
maio

### GPT XVI SARAU DE GINÁSTICA DO LIONS CLUBE DE ALMADA

*Complexo Municipal dos Desportos da "Cidade de Almada", Almada*

Classes em representação do GCP: Anankê.

24  
a  
26  
maio  
10h00  
-  
16h00

### FORMAÇÃO GÍMNICA SEMANA DO PASSAPORTE ESCOLAR

*Museu de Lisboa Palácio Pimenta*

Circuito gímnico com vários aparelhos da modalidade para crianças entre os 3 e os 12 anos.

30  
maio

### GPT 48° SARAU DE GINÁSTICA FUTEBOL CLUBE DE ALVERCA

*Pavilhão do Complexo Desportivo do FCA, Alverca*

Classes em representação do GCP: MixAppeal.

30  
e  
31  
maio

### GINÁSTICA ARTÍSTICA CAMPEONATO NACIONAL 2ª DIVISÃO

*Complexo Desportivo Municipal do Casal Vistoso, Lisboa*

30  
e  
31  
maio

### GINÁSTICA RÍTMICA CAMPEONATO NACIONAL BASE

*Local por definir pela Federação de Ginástica de Portugal*

30  
e  
31  
maio

### JUDO TAÇA DE PORTUGAL EQUIPAS MISTAS SENIORES

*Local por definir pela Federação Portuguesa de Judo*

30  
maio

### GPT FESTIVAL GÍMNICO STOS 2026

*Complexo Municipal dos Desportos da "Cidade de Almada", Almada*

Classes em representação do GCP: Atitudes.

31

maio

10h00  
-  
19h00

### BABY GYM E TIRO COM ARCO RECORD CHALLENGE PARK

*Parque de Jogos 1º de Maio*

Circuito gímnico com vários aparelhos da modalidade para crianças entre os 2 e os 4 anos.  
Carreira de Tiro com Arco.

## NOTÍCIAS

### GCP PROJECTOS ERASMUS+

29.MARÇO.2026

GINÁSIO CLUBE PORTUGUÊS



A presença de Bianca Franzoi, Presidente da Comissão Técnica de TeamGym da European Gymnastics, marcou o dia 29 de março no Ginásio Clube Português. A responsável desta disciplina na UEG esteve presente no GCP, onde participou na Conferência Final do projeto europeu TeamGym4Health, cofinanciado pela Comissão Europeia no âmbito do programa Erasmus+ Sport, no qual o GCP participa como entidade parceira.

Durante a Conferência Final os cerca de 80 jovens ginastas oriundos das diferentes delegações: GIB Ljubljana Šiška (Eslovénia), Faculty of Sport and Physical Education Niš (Sérvia), Gimnastički klub Trešnjevka (Croácia), Bolu Provincial Directorate of Youth and Sports (Turquia), Rijeka School Sports Association (Croácia) e Smart Nest (Letónia) e do GCP, exibiram as competências adquiridas através da metodologia desenvolvida ao longo do TeamGym4Health. No decorrer da mesa-redonda com representantes das organizações parceiras, promoveu-se uma reflexão sobre o impacto, os desafios e qual o legado deixado pelo projeto.

A participação de Bianca Franzoi conferiu uma acrescida relevância institucional ao evento, reforçando o reconhecimento do trabalho desenvolvido ao longo do projeto pelos vários parceiros europeus. Neste contexto, mereceu particular destaque o contributo da equipa de treinadores de TeamGym do GCP, cuja intervenção tem sido determinante para o sucesso da implementação e desenvolvimento do TeamGym4Health. Parabéns GCP Projectos Erasmus +!



## PADEL GCP NIT

É com orgulho que partilhamos que o Campo de Padel do GCP foi eleito, pelos leitores da NiT, como o 2.º melhor Campo de Padel de Lisboa!

Muitos parabéns Padel GCP!



## GINÁSTICA RÍTMICA CAMP. NACIONAL 2ª DIVISÃO

21.22.MARÇO.2026

PAVILHÃO MUNICIPAL DO ALTO DO  
MOINHO, CORROIOS

Resultado alcançado pelo Clube:

JUVENIS **Caetana Oliveira** 22º lugar na classificação geral (All-Around), com uma prestação muito consistente nos aparelhos de Corda (28º lugar) e Bola (17º lugar), entre 35 ginastas.

Muitos parabéns Rítmica GCP! Força para os próximos desafios!

**Campeonato Nacional 2ª Divisão**  
I Open de Conjuntos

21 | 22 MARÇO 2026  
Sábado: 10H00 | Domingo: 9h30

Pavilhão Municipal do Alto do Moinho

**RÍTMICA**  
*ginástica*

Bilhetes à venda em [www.bol.pt](http://www.bol.pt)  
Entrada a partir dos 6 anos ou menor de 6 quando acompanhada por pai ou adulto.

LiveStreaming: GINÁSTICA TV

Organização: Federação Portuguesa de Ginástica  
Apóios Institucionais: Câmara Municipal de Corroios, Câmara Municipal de Lisboa, Câmara Municipal de Sintra  
Apóios: macron, Vitalis, day car, betula, TRAVEL SPORTS, VENTURELLI, OMAR



## JUDO – CAMPEONATO NACIONAL SUB 23

21.MARÇO.2026

PAVILHÃO MUNICIPAL DO FONTELO, VISEU

Um excelente resultado alcançado pelo nosso atleta António Almeida, que obteve o 5º lugar na Categoria -81 Kg.

Muitos parabéns!

## GPT – VI GALA GIMNICA ALMAGYM

21.MARÇO.2026

COMP. MUNICIPAL DOS DESPORTOS DA “CIDADE DE ALMADA”

As nossas classes de representação mais uma vez em destaque, na participação na Gala Gímica Almagym foram: Imagens, GCP Mega Crew e Mimanu. Fantásticos atletas e bailarinos! Muitos parabéns a todos!



---

## GPT - FESTIVAL DE GINÁSTICA CPN

21.MARÇO.2026

COMPLEXO DESPORTIVO MUNICIPAL DO CASAL VISTOSO, LISBOA

Parabéns Atitudes por mais uma brilhante apresentação!



---

## GPT - GALA DE GINÁSTICA COL GYM

21.MARÇO.2026

COMPLEXO DESPORTIVO MUNICIPAL DO CASAL VISTOSO, LISBOA

A nossa classe de TeamGym esteve presente na Gala COL Gym e está de parabéns pela sua apresentação!

---

## GYM FOR LIFE REGIONAL 2026

28.29.MARÇO.2026

PAVILHÃO PAZ E AMIZADE, LOURES

Viva a Ginástica! O GCP esteve representado ao mais alto nível no Gym For Life Regional em Março, com obtenção dos seguintes resultados:

**Pré-Rítmica de Grupo** *Menção Bronze* | **Rítmica de Grupo** *Menção Prata* | **Especial Raparigas** *Menção Ouro* | **Atitudes** *Menção Ouro*

Muitos parabéns a todas as participantes e treinadores envolvidos! Sem dúvida resultados de um excelente trabalho nas nossas classes de representação!





## GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA TORNEIO INTERNACIONAL DO LUXEMBURGO 2-5.ABRIL.2026 HALL OMNISPORT BELAIR, LUXEMBURGO

Parabéns GAF GCP! Núria Emídio alcançou a Melhor classificação de uma atleta do GCP em representação de Portugal: 3º lugar na Final de Saltos! Extraordinária! Muitos parabéns Núria e equipa técnica GAF GCP!

## ESGRIMA – CAMP. DO MUNDO DE CADETES E JUNIORES

4.5.ABRIL.2026

VELÓDROMO OLÍMPICO, RIO DE JANEIRO, BRASIL

O Ginásio Clube Português teve dois atletas a participar neste evento, na arma de florete masculino, em representação de Portugal:

**João Martins** (Juniões) Obteve uma vitória na fase de poules, terminando a competição no 135.º lugar entre 173 participantes.

**Tomás Antunes** (Cadetes e Juniores) Participou na prova de Juniores (apesar de ser cadete), classificando-se em 158.º lugar. Na sua prova de Cadetes, obteve uma vitória na poule, mas não avançou para a fase seguinte.

Muitos parabéns Esgrima GCP! Orgulho PORTUGAL!



## DIA MUNDIAL DA ATIVIDADE FÍSICA 12.ABRIL.2026 JARDIM DA TORRE DE BELÉM

O GCP participou nas celebrações do Dia Mundial da Actividade Física com uma oferta de actividades nos Jardins da Torre de Belém, no passado dia 12 de Abril. Agradecemos a todos os nossos sócios e amigos que estiveram presentes nesta manhã de convívio. Os nossos parabéns a toda a equipa GCP que dinamizou estas actividades!



## GINÁSTICA ARTÍSTICA - 15ª EDIÇÃO GYMSPORT

25.26.ABRIL.2026

CENTRO DE DESPORTOS E CONGRESSOS  
DE MATOSINHOS

Equipa GCP em representação da Associação de Ginástica de Lisboa:

Atletas **Benedita Rocha, Clara Araújo, Margarida Henriques, Francisco Antunes** | Treinadores **Inês Bernardo, Rita A. Figueiredo e Karel Hurtado.**

Equipa GCP em representação da Federação de Ginástica de Portugal: Atletas **Núria Emídio e Diogo Ramos.**

Equipas em representação do GCP:

**GAF Mariana Parente, Maria Menezes, Maria Calisto, Joana Monteiro, Beatriz Lapa, Iara Ferreira, Joana Louro, Maria do Mar Fernandes, Maria Pires, Helena Ribeiro** | Treinadora **Zhao Xueqin.**

**GAM Lucas Drago, Francisco Brás** | Treinador **Pedro Almeida.**



## GINÁSTICA ARTÍSTICA - 15ª EDIÇÃO GYMSPORT

25.26.ABRIL.2026

CENTRO DE DESPORTOS E CONGRESSOS DE MATOSINHOS

As nossas equipas de Ginástica Artística estão de parabéns pelos resultados obtidos: Grande destaque para a nossa ginasta sénior Núria Emídio, em representação de Portugal, que alcançou um excelente 2º lugar na classificação geral individual de seniores. Ao nível dos vários aparelhos, as nossas ginastas seniores conseguiram lugares de excelência nas finais:

- Em Saltos, Joana Monteiro obteve um excelente 4º lugar;
- Em Paralelas Assimétricas obtivemos os dois primeiros lugares: Núria Emídio sagrou-se a grande vencedora e Maria Menezes foi 2ª classificada;
- Em trave, novamente Joana Monteiro conquistou o 6º lugar;
- Em solo Maria Calisto também conquistou o 6º lugar.

A nossa ginasta Júnior Maria Pires nos saltos conseguiu um extraordinário 3º lugar e no solo conquistou um 5º lugar.

Clara Araújo, a nossa ginasta mais jovem, juvenil, que fez a sua estreia em palcos internacionais, foi à final de saltos e obteve um excelente 2º lugar.



Na Artística Masculina Francisco Antunes obtém um extraordinário 2.º lugar na final de Solo do escalão de juvenis, tendo participado igualmente na final de Argolas e Saltos. Parabéns a todos os ginastas e equipas técnicas.

Orgulho GCP!



## PADEL GCP 28.MAIO.2026

É com grande orgulho que anunciamos que o nosso professor de padel Alexandre Belchior se encontra neste momento nos *melhores 150 jogadores nacionais*. Um percurso notável que mostra bem o crescimento desta grande equipa e a aposta nesta modalidade.

Muitos parabéns Padel GCP!



## ACTIVIDADE VEM DESCOBRIR... ÉPOCA 2025/2026

"Vem descobrir..." é uma atividade de divulgação das diferentes modalidades específicas existentes no GCP.

São convidadas a participar todas as ginastas de todas as Classes de Ginástica Avançada.

Os professores da modalidade específicas vão até ao nosso treino e fazem uma pequena abordagem à modalidade, dando oportunidade às ginásticas de experimentarem o que melhor a caracteriza.

O nosso objetivo é dar a conhecer de perto as diferentes modalidades presentes no nosso Clube, aproximando as ginastas, ainda em fase de formação, do que se pretende que seja a etapa seguinte, ajudando-as a definir sonhos/objetivos.

Já aconteceu:

- Vem descobrir... a Dança! - Janeiro
- Vem descobrir... a Ginástica Acrobática! - Fevereiro
- Vem descobrir... a Ginástica Artística! - Fevereiro
- Vem descobrir... a Ginástica Rítmica! - Março
- Vem descobrir... o Judo! - Março
- Vem descobrir... a Esgrima e o Laser Run! - Abril
- Vem descobrir... o Team Gym! - Abril

Os nossos parabéns a toda a equipa envolvida e atletas!



## OUTROS EVENTOS



ESTÁGIO INTERNACIONAL  
DE DANÇA DE LISBOA

# LISBON MOVES

**/3 A 9 DE  
AGOSTO**

WWW.LISBONMOVES.COM

Megaclassic Associação Cultural  Ginásio Clube Português  Egide  Amrop



**BROTO** LISBOA  
25 — 30 AGOSTO

# VITA MINI D

**26**

Intensivo de Verão  
Ballet  
Contemporâneo  
Média

Para artistas  
de dança dos  
12 aos 24  
anos

   @brotoproject\_oficial  
brotoproject.com



**BROTO** LISBOA  
26 — 29 AGOSTO

# VITA MINI

Ballet  
Contemporâneo  
Treino físico

Para jovens  
bailarinos dos  
8 aos 12 anos

Um verão  
para dançar  
e criar

**26**

  @brotoproject\_oficial  
brotoproject.com