

nº53
OUTUBRO'2026

GINÁSIO
CLUBE
PORTUGUÊS

O SPORT

Primeiro Jornal Desportivo Ilustrado editado em Portugal pelo GCP em 1894



NÓS SOMOS GCP

ÉPOCA

2026/27

MENSAGEM DE BOAS-VINDAS



Seja muito bem-vinda (o) à Época 2026/2027 do Ginásio Clube Português.

Saiba que a sua continuidade e envolvimento é fundamental para a preservação do legado e longevidade do nosso Clube. Instituição de Utilidade Pública, sem fins lucrativos, com 151 anos de existência, 8000 sócios e 6500 praticantes.

Na Época 2026/2027, como sempre, a Equipa Profissional do GCP, quer proporcionar-lhe bem-estar e vivências motivadoras fundamentadas em “Mens Sana in Corpore Sano”, para poder enfrentar o seu dia a dia de forma mais confiante e capaz.

Participe nos destinos de um Clube que é de todos nós, as suas ideias e sugestões, podem contribuir para manter a qualidade e a diferenciação, que nos distinguem como uma Instituição de referência, no desporto nacional.

Cara Sócia e Caro Sócio desejamos-lhe uma Época Desportiva 26/27, plena de conquistas, alegrias e boas memórias.

BEM-VINDOS!

O Presidente da Direção

João Pereira

NOVIDADES

As novas classes GCP já estão a funcionar:

- **Especial Rapazes** (6/14 anos)
- **Escola de Dança GCP – Dança em Comunidade**

Temos 3 novas turmas de iniciação à dança para os mais novos:

Dança Criativa (3/6 anos) / **Dança Intergeracional** (pais, avós, tios e suas crianças) / **Descobre a tua Dança** (7/14 anos)

AKK_Anankê_Kondor – direccionado para bailarinos adultos (+18 anos e + 30 anos), para quem já dançou hiphop ou pretende iniciar.

Venha experimentar!



GINÁSIO
CLUBE
PORTUGUÊS

OUTUBRO É O MÊS DO **TRAZ UM AMIGO** NO GINÁSIO CLUBE PORTUGUÊS!



PARA TODAS AS **CLASSES DE FORMAÇÃO**.
CADA ATLETA PODE TRAZER UM AMIGO PARA
EXPERIMENTAR UMA AULA GRATUITAMENTE
DURANTE O MÊS DE OUTUBRO!

CALENDÁRIO

04^a
09
out.

GPT
10º GOLDEN AGE GYM FESTIVAL
Com a classe Mimanu em representação do GCP.
Les Sables-d'Olonne, França.

05^a
08
out.

FITNESS NA PRAÇA *
As nossas aulas, na nossa Praça Ginásio Clube Português!
CIRCUITO
3ªfeira (06.OUT) 12h30
CARDIO ABS
4ªfeira (07.OUT) 13h00
DANÇAS SOCIAIS E DE SALÃO
4ªfeira (07.OUT) 20h00
FLAMENCO
5ªfeira (08.OUT) 13h00
COMMERCIAL/POP
5ªfeira (08.OUT) 20h00

17
out.

JUDO
CAMPEONATO NACIONAL EQUIPAS SENIORES
Pavilhão Desportivo Carlos Queiroz, Carnaxide

17
out.
10h30
-
12h00

PILATES
MEGA AULA
"Pilates e Fitball: Desafie o seu Core e Estabilidade"
Prof. Susana Parreira, Gin 81

17^a
25
out.

GINÁSTICA ARTÍSTICA
Campeonato do Mundo de Ginástica Artística de 2026.
Roterdão, Países Baixos.

18
out.

JUDO
TAÇA INTER-ASSOCIAÇÕES MESTRE K. KOBAYASHI
Equipas Mistas Juvenis.
Pavilhão Desportivo Carlos Queiroz, Carnaxide.

24
out.

ESGRIMA
CIRCUITO VETERANOS I
Clube Casa do Povo de Mafra, Mafra.

24^e
25
out.

ESGRIMA
CIRCUITO JUVENIL I
Clube Casa do Povo de Mafra, Mafra.

27
out.
18h45
-
19h45

WORKSHOP NUTRIÇÃO
PROTEÍNA, CREATINA E OUTROS SUPLEMENTOS ALIMENTARES: O QUE REALMENTE FUNCIONA?
Com nutricionista Catarina Oliveira na Sala Troféus.

* Dependente das condições climáticas.

NOTÍCIAS

GCP VENCE FASE REGIONAL DOS PRÉMIOS CLUBE TOP 2026! 15.SETEMBRO.2026



O Ginásio Clube Português conquistou o 1.º lugar na fase regional de Lisboa e Vale do Tejo dos Prémios CLUBE TOP 2026, promovidos pelo IPDJ, com o projeto “GCP Esgrima Digital: Plataforma Integrada de Gestão de Atletas”.

A distinção valeu ao GCP um prémio monetário de 1.500€, um troféu e uma Menção Honrosa “Boa Prática de Gestão”, reconhecendo a inovação e a qualidade da Boa Prática apresentada.

Com esta vitória, o GCP está apurado para a fase nacional dos Prémios CLUBE TOP 2026, onde representará a Região de Lisboa e Vale do Tejo, no próximo dia 17 de outubro, no Centro de Juventude de Lisboa.

Seguimos para a fase nacional! Parabéns Ginásio Clube Português!



TIRO

EUROPEAN DEAF SHOOTING CHAMPIONSHIP NOVI SAD, SÉRVIA | SETEMBRO 2026

É com grande orgulho que anunciamos mais um grande resultado da nossa equipa de Tiro no European Deaf Shooting Championship 2026 - Novi Sad na Sérvia! O nosso atleta Nuno Esteves, na competição de Carabina 10m, terminou em 10º lugar a apenas 2,6 pontos da final.

Muitos parabéns Nuno e equipa técnica Tiro GCP!

Mais um grande resultado num percurso brilhante do Nuno!



GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA

JOGOS DO MEDITERRÂNEO TARANTO, ITÁLIA | 26.AGO-3.SET 2026

Mariana Parente qualificou-se para a final individual em 14º lugar e consegue um excelente 11º lugar, na final. Foi ainda reserva na final de solo. Muitos parabéns Mariana e GAF GCP!



TIRO

JOGOS DO MEDITERRÂNEO TARANTO, ITÁLIA | 26.AGO-3.SET 2026

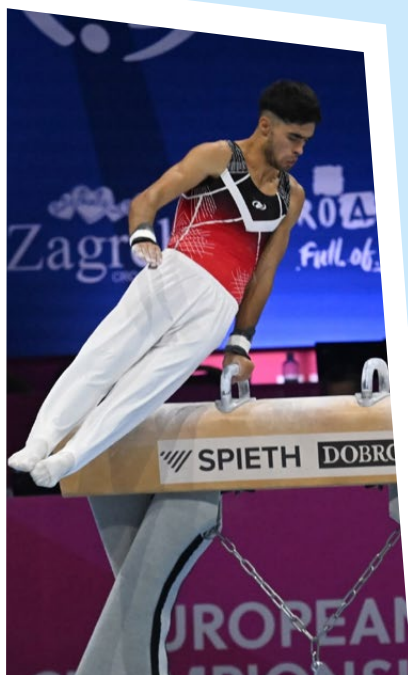
O nosso atleta Pedro Afonso ficou na 17ª posição na modalidade de Carabina 10m. Um grande resultado para a nossa equipa de Tiro! Parabéns Pedro Afonso e equipa técnica Tiro GCP!



GINÁSTICA ARTÍSTICA MASCULINA CAMPEONATO DA EUROPA ZAGREB, CROÁCIA | 9-16.AGOSTO 2026

O nosso atleta júnior Lucas Drago afirmou-se como o melhor ginasta português neste escalão, alcançando o Alto Rendimento – Nível C em três aparelhos: Solo, Argolas e Paralelas.

No escalão sénior participaram mais 3 atletas, Filipe Almeida, Diogo Ramos e Marcelo Marques. Destacamos ainda a nota de Diogo Ramos nos Saltos, um excelente Tsukahara com dupla e meia – 13,766 pontos, a melhor nota portuguesa no aparelho. Muitos parabéns aos atletas, a toda a equipa técnica do GCP. Orgulho GCP!



GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA CAMPEONATO DA EUROPA ZAGREB, CROÁCIA | 9-16.AGOSTO 2026

Mariana Parente foi a melhor ginasta portuguesa em competição, com uma nota em Paralelas que lhe garantiu a renovação do estatuto de Alto Rendimento nível B!

Núria Emídio deu o seu contributo à equipa nacional em trave e paralelas!
Parabéns GAF GCP!



FESTIVAIS INTERNACIONAIS 2026

O GCP participou em 3 Festivais Internacionais neste verão, com várias das suas classes de representação presentes, momentos sempre especiais de muita alegria e convívio! Os nossos parabéns a todas as classes envolvidas! Venham muitos mais momentos como os vividos no final da época passada.

Festival Gymnastica Burstad 2026 *Alemanha*

Classes Sports4All, Dança Jazz Vintage e Especial Homens



Cosmogym Summer4all 2026 *Loutraki, Grécia*

Classes Passo a Passo, Ponto Zero, Descompasso e Up GO



Kefalonia Gym Festival Anna Pollatou 2026 *Kefalónia, Grécia* Classes Imagens e Mimanu



SPORTS4ALL GCP 27.JUNHO.2026

A Presidente do Parlamento Europeu, Roberta Metsola esteve no dia 27 de Junho na praia de Carcavelos com alguns dos nossos atletas do Sports4all, que foram convidados para desfrutar de uma aula de surf adaptado .

Este encontro esteve integrado na agenda da Presidente do Parlamento Europeu no âmbito das comemorações dos 40 anos da adesão de Portugal na UE.

Foi uma experiência fantástica e todas as equipas envolvidas estão de parabéns!

Força Sports4All!

Parabéns PORTUGAL!



O GCP INTEGROU AS CELEBRAÇÕES DO DIA OLÍMPICO

23.JUNHO.2026

JARDINS DO PALÁCIO MARQUÊS DE POMBAL, OEIRAS

O Ginásio Clube Português participou activamente nas celebrações do Dia Olímpico 2026, promovidas pelo Comité Olímpico de Portugal, reforçando o seu compromisso com a promoção do desporto e dos Valores Olímpicos.

Durante a manhã de 23 de Junho, nos Jardins do Palácio Marquês de Pombal, em Oeiras, professores e treinadores do GCP dinamizaram diversas actividades desportivas, proporcionando a cerca de 500 alunos do 1.º ciclo a oportunidade de experimentar modalidades como esgrima, judo, laser run, tiro com arco e um circuito de motricidade infantil. A iniciativa permitiu às crianças contactar, de forma lúdica e educativa, com modalidades que, para muitas delas, eram uma novidade.



Da parte da tarde, o GCP voltou a marcar presença nos Encontros de Educação Olímpica – Formar, Inspirar e Reconhecer, uma acção de formação dirigida a professores e treinadores. Em representação do GCP participaram os treinadores Hugo Miranda (Esgrima) e Joana Viães (Esgrima, Pentatlo Moderno e Laser Run), bem como a Directora-Geral, Cristina Caetano.

O momento ficou igualmente assinalado pelo reconhecimento do Ginásio Clube Português enquanto entidade integrante do Programa de Educação Olímpica do Comité Olímpico de Portugal. Na cerimónia de encerramento, Cristina Caetano recebeu a Placa de Educação Olímpica, um símbolo do compromisso do Clube com a promoção da Educação Olímpica e da transmissão dos Valores Olímpicos junto da comunidade.

Parabéns Ginásio Clube Português!

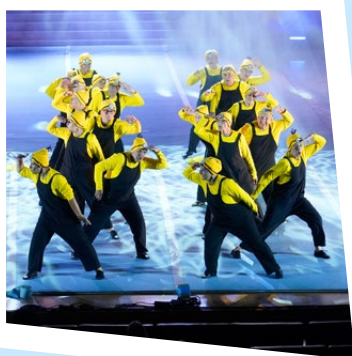


GALA GCP SOU EU

21.JUNHO.2026

E assim se concretiza mais uma grande Gala GCP, desta vez no palco da Aula Magna da Reitoria da Universidade de Lisboa.

Foi maravilhoso receber os mais de 1000 atletas empenhados em mostrar o seu talento e gosto pela sua modalidade. Um espetáculo deslumbrante que celebrou os 40 anos da adesão de Portugal às Comunidades Europeias, em parceria com o Parlamento Europeu.



Uma palavra de agradecimento a todas as instituições que nos apoiaram:

- Parlamento Europeu em Portugal
- Câmara Municipal de Lisboa
- Universidade de Lisboa

Sem dúvida temos de agradecer a todos os atletas e famílias envolvidas, sem elas o espetáculo não seria possível! Felizes também por termos encerrado a última Gala do dia de uma forma muito emocionante, com a presença da brilhante Marisa Liz.

E por último, uma nota de orgulho a toda a equipa GCP que esteve envolvida que trabalhou na organização e que fez os espetáculos acontecerem! Parabéns a todos! Parabéns Ginásio Clube Português!

