



Pavilhão Municipal de Coruche | 2025-03-29 - 2025-03-30

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

1 130331		UF	E	APRib LAUR	A SOFIA FERREIRA			
Nota 5.	.1 5	5.2 5	.2	Penalização	Resultado	5.2 - Aprovado		
Carrinho nos dois pés para	a frei	<u>nte</u>						
	(5) met	tros con	secutiv	os	o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°)			
Nota	1	1	1		·	Penalização		
Patinar para trás com os do	is pé	s (Bal	ões pa	ara trás)				
Executar o exercício com simet Executar o exercício numa dista Manter o tronco direito e vertica	ància ig							
Nota	0	0	0			Penalização		
Executar o exercício durante m Manter de forma evidente o rod	Curvas exteriores sobre um pé — Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé — Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício — Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado							
Nota	0	0	0			Penalização		
Travagem Em Semi-Afundo	Para	A Fre	nte_					
	semiflet	ida e a	perna d	ente imobilizado e trás em extensão sobre a linha de de: e, deverão estar alinhados no mesmo pi				
Nota	0	0	0			Penalização		
Deslizar em posição de 4 pa	ara a 1	rente						
 – Manter a posição durante cinco 								
Nota	0	1	1			Penalização		
Um salto Sem Rotação Sob	re os	Dois I	Pés					
 Realizar todas as fases dos sal 	 — Após a fase de impulsão ambos os pés devem deixar o contacto com a superfície em simultâneo. — Realizar todas as fases dos saltos: preparação – flexão – impulsão - voo - saída. — Definir a receção dos dois saltos sobre os dois pés, em simultâneo, e sem uso de travões. Os pés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e os joelhos semifletidos. 							
Nota	0	0	0			Penalização		

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Clara Marcos Juíz Árbitro: APRib - Débora Cristina Sousa

Calculador/Data Operator: APRib - Paula Cristina Sousa

Juíz №1: APRib - Filipa Mendes Carvalhc





Pavilhão Municipal de Coruche | 2025-03-29 - 2025-03-30

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

2 129711		UF	E	APRib SOFIA	ESTEVES DOMINGOS		
Nota 5	.2 5	5.2 5.	3	Penalização	Resultado	5.2 - Aprovado	
Carrinho nos dois pés para	a frer	<u>ite</u>					
−****Adquirir a posição com a ba							
Manter a posição durante cinco Manter os pés juntos e o tropos					tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°)		
Nota	2	2	2	dera todar ride doxad e o drigato dritro o	torax o do ooxas dovora dor no minimo do 40 /	Penalização	
						- 1	
Patinar para trás com os do	ois pé	s (Bal	<u>šes pa</u>	<u>ara trás)</u>			
Executar o exercício com simet Executar o exercício numa dista Manter o tronco direito e vertica	ância igi						
Nota	0	0	0			Penalização	
Curvas exteriores sobre un	nó.						
•	etade de ado ext	erior du	rante to		ros de diâmetro sobre cada pé		
Nota	0	0	0			Penalização	
Travagem Em Semi-Afundo	Para	A Fre	nte				
─ No final do exercício, o atleta d							
				e trás em extensão sobre a linha de desl e, deverão estar alinhados no mesmo pla			
Nota	0	0	0	,		Penalização	
Deslizar em posição de 4 p	ara a f	ronto					
****Adquirir a posição de 4 com Manter a posição durante cinco Manter o tronco direito e vertica	elevaça (5) met	ão do jo ros con	secutiv	os sobre cada pé			
Nota	0	0	1			Penalização	
Um salto Sem Rotação Sob	re os	Dois I	Pés				
— Após a fase de impulsão ambos os pés devem deixar o contacto com a superfície em simultâneo. — Realizar todas as fases dos saltos: preparação – flexão – impulsão - voo - saída. — Definir a receção dos dois saltos sobre os dois pés, em simultâneo, e sem uso de travões. Os pés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e os joelhos semifletidos.							
Nota	0	0	0	,		Penalização	
				<u> </u>		<u>, ı</u>	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Clara Marcos Juíz Árbitro: APRib - Débora Cristina Sousa

Calculador/Data Operator: APRib - Paula Cristina Sousa

Juíz №1: APRib - Filipa Mendes Carvalhc





Pavilhão Municipal de Coruche | 2025-03-29 - 2025-03-30

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

3 129774		UF	E	APRib LUISA	MADANÇOS TEIXEIRA			
Nota 5	.1 5	5.0 5	.1	Penalização	Resultado	5.1 - Aprovad	0	
Carrinho nos dois pés para								
 ****Adquirir a posição com a ba Manter a posição durante cinco 								
					tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45º)			
Nota	1	1	1			Penalização		
Patinar para trás com os do	ois pé	s (Bal	ões pa	ara trás)				
Executar o exercício com simel Executar o exercício numa dist Manter o tronco direito e vertica	ância ig							
Nota	0	0	0			Penalização		
Curvas exteriores sobre un	ı pé							
 Executar o exercício durante m Manter de forma evidente o roc Finalizar o exercício em posiçã 	lado ext	erior du	rante to		ros de diâmetro sobre cada pé			
Nota	0	0	0			Penalização		
Travagem Em Semi-Afundo	Para	A Fre	nte					
	semiflet	ida e a	perna d	ente imobilizado e trás em extensão sobre a linha de des e, deverão estar alinhados no mesmo pla				
Nota	0	-1	-1			Penalização		
Deslizar em posição de 4 p	ara a 1	rente						
	(5) me	tros con	secutivo	os sobre cada pé				
Nota	0	0	1			Penalização		
Um salto Sem Rotação Sob	re os	Dois I	Pés					
 Realizar todas as fases dos sal 	 — Após a fase de impulsão ambos os pés devem deixar o contacto com a superfície em simultâneo. — Realizar todas as fases dos saltos: preparação – flexão – impulsão - voo - saída. — Definir a receção dos dois saltos sobre os dois pés, em simultâneo, e sem uso de travões. Os pés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e os joelhos semifletidos. 							
Nota	0	0	0	,	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	Penalização		

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Clara Marcos Juíz Árbitro: APRib - Débora Cristina Sousa

Calculador/Data Operator: APRib - Paula Cristina Sousa

Juíz №1: APRib - Filipa Mendes Carvalhc





Pavilhão Municipal de Coruche | 2025-03-29 - 2025-03-30

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

4 129712		UF	Ε	APRib Marian	n Bint Monterio		
Nota 5.	.2 5	5.3 5.	.3	Penalização	Resultado	5.3 - Aprovado	
•					•		
Carrinho nos dois pés para	a frei	nte					
— ****Adquirir a posição com a ba — Manter a posição durante cinco	cia alinl (5) me	nada co ros con	secutiv	os	o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45º)		
Nota	1	2	1			Penalização	
Patinar para trás com os do	is pé	s (Bal	ões pa	ara trás)			
- Executar o exercício com simeti - Executar o exercício numa distá - Manter o tronco direito e vertica	ància ig						
Nota	0	0	1			Penalização	
Curvas exteriores sobre um pé — Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé — Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício — Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado							
Nota	0	0	0			Penalização	
	everá fic semiflet	car com ida e a ¡	pletame perna d	ente imobilizado e trás em extensão sobre a linha de des a, deverão estar alinhados no mesmo pla			
Nota	0	0	0			Penalização	
Deslizar em posição de 4 para a frente - ****Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia - Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé - Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão							
Nota	1	1	1			Penalização	
Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés — Após a fase de impulsão ambos os pés devem deixar o contacto com a superfície em simultâneo. — Realizar todas as fases dos saltos: preparação – flexão – impulsão - voo - saída. — Definir a receção dos dois saltos sobre os dois pés, em simultâneo, e sem uso de travões. Os pés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e os joelhos semifletidos.							
Nota	0	0	0		paranetes, pere menee na minu longitudinui,	Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Clara Marcos Juíz Árbitro: APRib - Débora Cristina Sousa

Calculador/Data Operator: APRib - Paula Cristina Sousa

Juíz №1: APRib - Filipa Mendes Carvalhc





Pavilhão Municipal de Coruche | 2025-03-29 - 2025-03-30

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

15 123879		UF	Ε	APRib Inês G	onçalves Gil				
Nota 5.	0 5	5.0 5.	.0	Penalização	Resultado	5.0 - Aprovado			
Patinar Em Círculo Fechado	Para	frent	<u>e</u>						
Definir corretamente o Stroke Forence Executar corretamente o Crosse Executar o exercício num circular	Stroke	(XS)		e o Stroke Forward Inside (S FI) etro de, no mínimo cerca de 15 metros	ou mais, em cada sentido				
Nota	0	0	0	45,	ou many on outdoornad	Penalização			
Curvas exteriores para trás									
 Executar o exercício durante me Manter de forma evidente o roda Finalizar o exercício em posição 	ado ext	erior du	rante to		ros de diâmetro sobre cada pé				
Nota	0	0	0			Penalização			
Definir corretamente os rodados Executar o exercício durante cir Inclinação da linha corporal coir Nota	co (5) r	netros o	consecu	tivos sobre cada um dos pés		Penalização			
Salto de Cavalo - Utilizar apenas um travão - Definir uma posição de entrada, - Definir uma posição de saída, d									
Nota	0	0	0			Penalização			
****Baixar sobre o pé portador e Adquirir a posição de carrinho c	Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position) - ****Baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador - Adquirir a posição de carrinho com a perna livre em extensão - Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé								
Nota	0	0	0	·		Penalização			
Um Body Movement (BM) - Realizar o exercício com uma d - Demonstrar fluidez no movimen - Utilizar o tronco e os membros i	to			(2) segundos o inferior em posição/postura diferente					
Nota	0	0	0	, , ,		Penalização			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Clara Marcos Juíz Árbitro: APRib - Débora Cristina Sousa

Calculador/Data Operator:APRib - Paula Cristina SousaJuíz №1:APRib - Filipa Mendes Carvalho





Pavilhão Municipal de Coruche | 2025-03-29 - 2025-03-30

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

16 105001		UF	Ε	APRib Marisa	Monteiro Dias		
Nota 4.	9 5	5.0 5.	.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado
Patinar Em Círculo Fechado — Definir corretamente o Stroke F — Executar corretamente o Cross — Executar o exercício num círcul Nota	orward Stroke	Outside (XS)	(S FO)	e o Stroke Forward Inside (S FI) etro de, no mínimo cerca de 15 metros o	u mais, em cada sentido		Penalização
Curvas exteriores para trás				<u> </u>			<u>'</u>
	ado ext	erior du	rante to		os de diâmetro sobre cada pé		
Nota	0	0	0				Penalização
Change of edge sobre um p - Definir corretamente os rodados - Executar o exercício durante cir - Inclinação da linha corporal coir Nota	exterio	metros o	consecu	ıtivos sobre cada um dos pés			Penalização
Salto de Cavalo - Utilizar apenas um travão - Definir uma posição de entrada - Definir uma posição de saída, d							
Nota	0	0	0				Penalização
Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position) - ****Baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador - Adquirir a posição de carrinho com a perna livre em extensão - Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé							
Nota	0	0	0				Penalização
Um Body Movement (BM) - Realizar o exercício com uma d - Demonstrar fluidez no movimen - Utilizar o tronco e os membros i	to			s (2) segundos ro inferior em posição/postura diferente)			
Nota	0	0	0				Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Clara Marcos Juíz Árbitro: APRib - Débora Cristina Sousa

Calculador/Data Operator: APRib - Paula Cristina Sousa

Juíz №1: APRib - Filipa Mendes Carvalhc





Pavilhão Municipal de Coruche | 2025-03-29 - 2025-03-30

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

17 124437		UF	Е	APRib Maria R	Rita Ferreira	
Nota 5.	1 5	5.0 5.	.0	Penalização	Resulta	do 5.0 - Aprovado
Patinar Em Círculo Fechado	Para	frent	<u> </u>			
Definir corretamente o Stroke F Executar corretamente o Cross Executar o exercício num circular	Stroke	(XS)	,	e o Stroke Forward Inside (S FI) etro de, no mínimo cerca de 15 metros o	ı mais em cada sentido	
Nota	0	0	0	eno de, no minimo ecroa de 15 menos de	Timals, citi cada scriado	Penalização
Curvas exteriores para trás						
 Executar o exercício durante m Manter de forma evidente o rod Finalizar o exercício em posição 	ado ext	erior du	rante to		os de diâmetro sobre cada pé	
Nota	0	0	-1			Penalização
Executar o exercício durante cir Inclinação da linha corporal coir Nota Salto de Cavalo Utilizar apenas um travão Definir uma posição de entrada	0	-1	odado 0	executado		Penalização
 Definir uma posição de saída, d 	eslizan	do em li	nha reta			
Nota	1	1	1			Penalização
Um Carrinho para a frente e - ****Baixar sobre o pé portador e - Adquirir a posição de carrinho o - Manter a posição durante cinco	mante om a pe	r a baci erna livr	a alinha e em ex	tensão	<u>n)</u>	
Nota	0	0	0			Penalização
Um Body Movement (BM) Realizar o exercício com uma d Demonstrar fluidez no movimen	to			()		
 Utilizar o tronco e os membros i 	nteriore	s (caua	membi	o illielloi elli posiçao/postula 'dilelelle'i		

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Clara Marcos Juíz Árbitro: APRib - Débora Cristina Sousa

Calculador/Data Operator:APRib - Paula Cristina SousaJuíz №1:APRib - Filipa Mendes Carvalho





Pavilhão Municipal de Coruche | 2025-03-29 - 2025-03-30

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

3 99758		UF	E	APRib Ma	tilde	Alcaravela Veríssimo		
Nota 5	.1 5	5.1 5.	.1	Penalização			Resultado	5.1 - Aprovado
Deslizar em posição de Águ - Manter o tronco direito e vertica - Manter a posição durante cinco - Descrever uma única linha no s	llizado (5) me olo na o	qual os	oés se					
Nota	0	0	0					Penalização
One Foot Turns (iniciação ao travelling) — Manter um ritmo constante de execução durante as três (3) viragens — Manter o tronco em posição verticalizada — Realizar todo o exercício sem tocar com o pé livre na superfície do rinque								
Nota	0	0	0					Penalização
Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé - Executar o exercício de forma dinâmica, com ritmo contínuo e sem interrupções - Realizar todas as fases dos saltos: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída - Definir a receção/saída dos dois (2) saltos sobre o mesmo pé								
Nota	0	0	0					Penalização
Pião Vertical Interior Trás (l	Jprigh	nt spin	back	ward inside - U BI)				
 Executar a entrada parada e de -***Realizar no mínimo duas (2 Definir a posição de saída com) voltas	consecu	utivas a	pós estabilização da posição e do r	odado	o, sem uso de travões		
Nota	1	1	1					Penalização
Dois Body Movements (BM) — Executar cada Body Movement (BM) com uma duração mínima de dois (2) segundos — Executar os Body Movements (BM) com fluidez no movimento — Utilizar o tronco, os membros inferiores (cada um em diferentes posições) e os membros superiores								
Nota	0	0	0					Penalização
Uma Volta de três em cada sentido - Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO) - Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk LFO) - Close, Open ou Heel to Heel - Manter o ritmo de execução, de forma dinâmica e fluída, em ambos os sentidos								
Nota	0	0	0					Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Clara Marcos Juíz Árbitro: APRib - Débora Cristina Sousa

Calculador/Data Operator: APRib - Paula Cristina Sousa

Juíz №1: APRib - Filipa Mendes Carvalhc





Pavilhão Municipal de Coruche | 2025-03-29 - 2025-03-30

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

4 87912		UF	E	APRib M	aria F	Ramos Simões	
Nota 5	.2	5.0 5	5.0	Penalização		Resultad	5.1 - Aprovado
,							
Deslizar em posição de Águ							
 Manter o tronco direito e vertica Manter a posição durante cinco Descrever uma única linha no s 	(5) me						
Nota	1	0	0				Penalização
One Foot Turns (iniciação a	o tra	velling	a)				
 Manter um ritmo constante de e Manter o tronco em posição vei Realizar todo o exercício sem to 	rticaliza	ıda		()			
Nota	0	-1	0				Penalização
Combinação De dois (2) Sa	Itos D)e ½ V	/olta s	obre um Pé			
 Executar o exercício de forma o Realizar todas as fases dos sal Definir a receção/saída dos doi 	tos: pre	paraçã	o – flexá	ão – impulsão - rotação - saída			
Nota	0	0	0				Penalização
Pião Vertical Interior Trás (l	Jprigl	nt spii	n back	ward inside - U BI)			
- Executar a entrada parada e de - ****Realizar no mínimo duas (2 - Definir a posição de saída com) voltas	consec	cutivas a	após estabilização da posição e do	rodad	o, sem uso de travões	
Nota	1	1	0				Penalização
Dois Body Movements (BM)						
Executar cada Body Movement Executar os Body Movements (Utilizar o tronco, os membros ir	ΒM) co	m fluide	ez no mo	ovimento	s supe	riores	
Nota	0	0	0				Penalização
Uma Volta de três em cada	senti	do					
 Executar corretamente o Three Executar corretamente o Mohar Manter o ritmo de execução, de 	wk Bac	kward (Outside	(Mk LFÓ) – Close, Open ou Heel t	o Heel		
Nota	0	0	0				Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Clara Marcos Juíz Árbitro: APRib - Débora Cristina Sousa

Calculador/Data Operator: APRib - Paula Cristina Sousa

Juíz №1: APRib - Filipa Mendes Carvalhc