



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

1	89069	LFC			APPor	Maria Luísa Costa	
	Nota	5.7	5.6	5.6	Penalização		Resultado
							5.6 - Aprovado

<u>Carrinho nos dois pés para a frente</u>							
<ul style="list-style-type: none"> – ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 							
	Nota	1	1	1			Penalização

<u>Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)</u>							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 							
	Nota	1	1	1			Penalização

<u>Curvas exteriores sobre um pé</u>							
<ul style="list-style-type: none"> – 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	1	1			Penalização

<u>Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente</u>							
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 							
	Nota	2	0	0			Penalização

<u>Deslizar em posição de 4 para a frente</u>							
<ul style="list-style-type: none"> – ****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	2	2	2			Penalização

<u>Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés</u>							
<ul style="list-style-type: none"> – 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	1	1	1			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

2	139697	LFC	APPor	Leonor Lopes Saraiva			
	Nota	5.1	5.1	5.0	Penalização		Resultado
							5.1 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 							
	Nota	0	-1	-1			Penalização

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 							
	Nota	0	1	0			Penalização

Curvas exteriores sobre um pé							
<ul style="list-style-type: none"> – 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 Frente							
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Deslizar em posição de 4 para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – ****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	0	1	1			Penalização

Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés							
<ul style="list-style-type: none"> – 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	1	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA
 Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos
 Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva
 Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira
 Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

4	141430	CIS			APPor	Kairavini Ko Tariyal			
	Nota	5.3	5.4	5.3	Penalização		Resultado	5.3 - Aprovado	

<u>Carrinho nos dois pés para a frente</u>									
<ul style="list-style-type: none"> – ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 									
	Nota	2	2	2			Penalização		

<u>Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)</u>									
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<u>Curvas exteriores sobre um pé</u>									
<ul style="list-style-type: none"> – 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	1	1			Penalização		

<u>Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente</u>									
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 									
	Nota	1	1	0			Penalização		

<u>Deslizar em posição de 4 para a frente</u>									
<ul style="list-style-type: none"> – ****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	0	0	0			Penalização		

<u>Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés</u>									
<ul style="list-style-type: none"> – 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: CAPA

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

5	141032	UDPM			APPor	Luana Neves Santos	
	Nota	5.3	5.3	5.4	Penalização		Resultado
							5.3 - Aprovado

<u>Carrinho nos dois pés para a frente</u>							
<ul style="list-style-type: none"> – ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 							
	Nota	0	0	0			Penalização

<u>Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)</u>							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 							
	Nota	1	1	1			Penalização

<u>Curvas exteriores sobre um pé</u>							
<ul style="list-style-type: none"> – 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	-1	0	0			Penalização

<u>Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente</u>							
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 							
	Nota	1	0	1			Penalização

<u>Deslizar em posição de 4 para a frente</u>							
<ul style="list-style-type: none"> – ****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	2	2	2			Penalização

<u>Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés</u>							
<ul style="list-style-type: none"> – 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: CAPA

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

6	139984	UDPM			APPor	Julieta Luís Loureiro		
	Nota	5.3	5.5	5.3	Penalização		Resultado	5.4 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 								
	Nota	0	0	1			Penalização	

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 								
	Nota	1	2	1			Penalização	

Curvas exteriores sobre um pé								
<ul style="list-style-type: none"> – 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	1	0			Penalização	

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente								
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Deslizar em posição de 4 para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – ****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	2	2	1			Penalização	

Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés								
<ul style="list-style-type: none"> – 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: CAPA
Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos
Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva
Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira
Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

7	139132	UDPM			APPor	Clara Silva Freitas	
	Nota	5.3	5.4	5.4	Penalização		Resultado
							5.4 - Aprovado

<u>Carrinho nos dois pés para a frente</u>							
<ul style="list-style-type: none"> – ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 							
	Nota	-1	-1	-1			Penalização

<u>Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)</u>							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 							
	Nota	0	1	1			Penalização

<u>Curvas exteriores sobre um pé</u>							
<ul style="list-style-type: none"> – 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	1	1	1			Penalização

<u>Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente</u>							
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 							
	Nota	1	1	1			Penalização

<u>Deslizar em posição de 4 para a frente</u>							
<ul style="list-style-type: none"> – ****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	2	2	2			Penalização

<u>Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés</u>							
<ul style="list-style-type: none"> – 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: CAPA

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

8	141198	CAPA			APPor	Victoria Afonso Sassine		
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

<u>Carrinho nos dois pés para a frente</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 								
	Nota	-1	-1	-1			Penalização	

<u>Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 								
	Nota	1	1	1			Penalização	

<u>Curvas exteriores sobre um pé</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – 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	

<u>Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<u>Deslizar em posição de 4 para a frente</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – ****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	0	0	0			Penalização	

<u>Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – 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: CAPA
Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos
Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva
Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira
Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

9	141343	CAPA			APPor	Kistina Kapanadze		
	Nota	5.1	5.0	5.1	Penalização		Resultado	5.1 - Aprovado

<u>Carrinho nos dois pés para a frente</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 								
	Nota	0	-1	0			Penalização	

<u>Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 								
	Nota	1	1	1			Penalização	

<u>Curvas exteriores sobre um pé</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – 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	

<u>Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<u>Deslizar em posição de 4 para a frente</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – ****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	0	0	0			Penalização	

<u>Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – 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: CAPA
Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos
Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva
Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira
Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

10	139841	CAPA			APPor	Margarida Liz Cavaleiro		
	Nota	5.4	5.6	5.5	Penalização		Resultado	5.5 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 								
	Nota	2	2	2			Penalização	

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 								
	Nota	1	2	1			Penalização	

Curvas exteriores sobre um pé								
<ul style="list-style-type: none"> – 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	1	1			Penalização	

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente								
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Deslizar em posição de 4 para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – ****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	0	0	1			Penalização	

Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés								
<ul style="list-style-type: none"> – 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	1	1	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juíz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juíz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

11	140692	CAPA			APPor	Maria Clara Marques		
	Nota	5.3	5.2	5.2	Penalização		Resultado	5.2 - Aprovado

<u>Carrinho nos dois pés para a frente</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 								
	Nota	0	1	1			Penalização	

<u>Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 								
	Nota	2	1	1			Penalização	

<u>Curvas exteriores sobre um pé</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – 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	

<u>Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 								
	Nota	1	0	0			Penalização	

<u>Deslizar em posição de 4 para a frente</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – ****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	0	0	0			Penalização	

<u>Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – 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: CAPA

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

12	139817	CAPA			APPor	Mafalda Carminho Silva		
	Nota	5.5	5.5	5.2	Penalização		Resultado	5.4 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 								
	Nota	0	-1	-1			Penalização	

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 								
	Nota	1	2	0			Penalização	

Curvas exteriores sobre um pé								
<ul style="list-style-type: none"> – 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	1	1	1			Penalização	

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente								
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Deslizar em posição de 4 para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – ****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	2	2	2			Penalização	

Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés								
<ul style="list-style-type: none"> – 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	1	1	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA
Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos
Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva
Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira
Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

13	139651	CAPA			APPor	Mafalda Maia Sousa			
	Nota	5.1	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado	

Carrinho nos dois pés para a frente									
<ul style="list-style-type: none"> — ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo — Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos — Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 									
	Nota	-1	-1	-1					Penalização

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)									
<ul style="list-style-type: none"> — Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés — Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista — Manter o tronco direito e verticalizado 									
	Nota	1	1	1					Penalização

Curvas exteriores sobre um pé									
<ul style="list-style-type: none"> — 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 Frente									
<ul style="list-style-type: none"> — No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado — A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente — Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 									
	Nota	1	0	0					Penalização

Deslizar em posição de 4 para a frente									
<ul style="list-style-type: none"> — ****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	0	0	0					Penalização

Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés									
<ul style="list-style-type: none"> — 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: CAPA
Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos
Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva
Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira
Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

14	139449	CAPA			APPor	Bia Mafalda Vicente	
	Nota	5.3	5.1	5.1	Penalização		Resultado
							5.2 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 							
	Nota	-1	-1	-1			Penalização

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 							
	Nota	1	1	1			Penalização

Curvas exteriores sobre um pé							
<ul style="list-style-type: none"> – 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 Frente							
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 							
	Nota	1	0	0			Penalização

Deslizar em posição de 4 para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – ****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	2	1	1			Penalização

Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés							
<ul style="list-style-type: none"> – 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: CAPA
Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos
Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva
Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira
Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

15	140173	CAPA			APPor	Mariana Couto Leite			
	Nota	5.5	5.2	5.1	Penalização		Resultado	5.3 - Aprovado	

Carrinho nos dois pés para a frente									
<ul style="list-style-type: none"> – ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 									
	Nota	1	0	0			Penalização		

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)									
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 									
	Nota	2	2	1			Penalização		

Curvas exteriores sobre um pé									
<ul style="list-style-type: none"> – 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	1	0	0			Penalização		

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente									
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 									
	Nota	1	0	0			Penalização		

Deslizar em posição de 4 para a frente									
<ul style="list-style-type: none"> – ****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									
<ul style="list-style-type: none"> – 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	-1	-1	-1			Penalização		

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

16	140693	CDFP			APPor	Lara Beatriz Vieira		
	Nota	5.5	5.6	5.5	Penalização		Resultado	5.5 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 								
	Nota	1	1	1			Penalização	

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Curvas exteriores sobre um pé								
<ul style="list-style-type: none"> – 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	1	1	1			Penalização	

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente								
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 								
	Nota	1	1	0			Penalização	

Deslizar em posição de 4 para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – ****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	2	2			Penalização	

Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés								
<ul style="list-style-type: none"> – 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	1	1	1			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA
Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos
Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva
Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira
Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

17	141042	CDFP			APPor	Alice Brandão Marcelino		
	Nota	5.8	5.7	5.7	Penalização		Resultado	5.7 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 								
	Nota	2	2	2			Penalização	

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 								
	Nota	1	1	1			Penalização	

Curvas exteriores sobre um pé								
<ul style="list-style-type: none"> – 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	1	0	0			Penalização	

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente								
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 								
	Nota	1	1	1			Penalização	

Deslizar em posição de 4 para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – ****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	2	2	2			Penalização	

Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés								
<ul style="list-style-type: none"> – 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	1	1	1			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA
Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos
Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva
Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira
Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

18	141047	CDFP			APPor	Maria Inês Fonseca	
Nota		5.6	5.7	5.5	Penalização	Resultado	5.6 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 							
Nota		2	2	1	Penalização		

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 							
Nota		1	1	1	Penalização		

Curvas exteriores sobre um pé							
<ul style="list-style-type: none"> – 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	1	1	Penalização		

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente							
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 							
Nota		1	1	0	Penalização		

Deslizar em posição de 4 para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – ****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		2	2	2	Penalização		

Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés							
<ul style="list-style-type: none"> – 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: CAPA

Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juíz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juíz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

19	139565	CDFP			APPor	Maria Miguel Teixeira		
	Nota	5.1	5.2	5.2	Penalização		Resultado	5.2 - Aprovado

<u>Carrinho nos dois pés para a frente</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<u>Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 								
	Nota	0	0	1			Penalização	

<u>Curvas exteriores sobre um pé</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – 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	

<u>Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<u>Deslizar em posição de 4 para a frente</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – ****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	

<u>Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – 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	1	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

20	141044	CDFP			APPor	Helena Guimarães Custódio	
	Nota	5.2	5.1	5.1	Penalização		Resultado
							5.1 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente

- ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo
- Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos
- Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°)

	Nota	-1	-1	-1		Penalização	
--	------	----	----	----	--	-------------	--

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)

- Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés
- Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista
- Manter o tronco direito e verticalizado

	Nota	0	1	0		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	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente

- No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado
- A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente
- Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal

	Nota	1	1	1		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	2	0	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		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

21	140959	CDFP			APPor	Madalena Almeida Ribeiro	
	Nota	5.8	5.6	5.7	Penalização		Resultado
							5.7 - Aprovado

<u>Carrinho nos dois pés para a frente</u>							
<ul style="list-style-type: none"> – ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 							
	Nota	2	2	2			Penalização

<u>Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)</u>							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 							
	Nota	2	1	2			Penalização

<u>Curvas exteriores sobre um pé</u>							
<ul style="list-style-type: none"> – 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	1	1	1			Penalização

<u>Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente</u>							
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 							
	Nota	0	0	0			Penalização

<u>Deslizar em posição de 4 para a frente</u>							
<ul style="list-style-type: none"> – ****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	2	1	1			Penalização

<u>Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés</u>							
<ul style="list-style-type: none"> – 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	1	1	1			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

22	141185	CDFP	APPor	Ema Rodrigues Barbosa			
	Nota	5.5	5.5	5.4	Penalização		Resultado 5.5 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 							
	Nota	-1	-1	-1			Penalização

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 							
	Nota	1	1	1			Penalização

Curvas exteriores sobre um pé							
<ul style="list-style-type: none"> – 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	1	1	1			Penalização

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente							
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 							
	Nota	2	1	1			Penalização

Deslizar em posição de 4 para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – ****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	2	2	2			Penalização

Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés							
<ul style="list-style-type: none"> – 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	1	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

23	139755	CDFP			APPor	Maria Isabel Magalhães	
	Nota	5.5	5.5	5.3	Penalização		Resultado
							5.4 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 							
	Nota	2	1	2			Penalização

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Curvas exteriores sobre um pé							
<ul style="list-style-type: none"> – 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	1	0	0			Penalização

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente							
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 							
	Nota	0	1	0			Penalização

Deslizar em posição de 4 para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – ****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	2	2	1			Penalização

Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés							
<ul style="list-style-type: none"> – 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	1	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

24	141048	CDFP			APPor	Alice Ferreira Gonçalves	
	Nota	5.2	5.3	5.3	Penalização		Resultado
							5.3 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> — ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo — Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos — Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 							
	Nota	-1	-1	-1			Penalização

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)							
<ul style="list-style-type: none"> — Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés — Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista — Manter o tronco direito e verticalizado 							
	Nota	0	1	1			Penalização

Curvas exteriores sobre um pé							
<ul style="list-style-type: none"> — 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	1	0	1			Penalização

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente							
<ul style="list-style-type: none"> — No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado — A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente — Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 							
	Nota	0	1	0			Penalização

Deslizar em posição de 4 para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> — ****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	2	2	2			Penalização

Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés							
<ul style="list-style-type: none"> — 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: CAPA
Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos
Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva
Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira
Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Resultados

Inic. I

OS	Num.	Nome	Clube	Ass.	Pen.	J1	J2	J3	Méd.	Resultado
1	89069	Maria Luísa Costa	LFC	APPor		5.7	5.6	5.6	5,6	Aprovado
2	139697	Leonor Lopes Saraiva	LFC	APPor		5.1	5.1	5	5,1	Aprovado
3	141104	Maria Leonor Brandão	CIS	APPor						Não Patinou
4	141430	Kairavini Ko Tariyal	CIS	APPor		5.3	5.4	5.3	5,3	Aprovado
5	141032	Luana Neves Santos	UDPM	APPor		5.3	5.3	5.4	5,3	Aprovado
6	139984	Julieta Luis Loureiro	UDPM	APPor		5.3	5.5	5.3	5,4	Aprovado
7	139132	Clara Silva Freitas	UDPM	APPor		5.3	5.4	5.4	5,4	Aprovado
8	141198	Victoria Afonso Sassine	CAPA	APPor		5	5	5	5,0	Aprovado
9	141343	Kistina Kapanadze	CAPA	APPor		5.1	5	5.1	5,1	Aprovado
10	139841	Margarida Liz Cavaleiro	CAPA	APPor		5.4	5.6	5.5	5,5	Aprovado
11	140692	Maria Clara Marques	CAPA	APPor		5.3	5.2	5.2	5,2	Aprovado
12	139817	Mafalda Carminho Silva	CAPA	APPor		5.5	5.5	5.2	5,4	Aprovado
13	139651	Mafalda Maia Sousa	CAPA	APPor		5.1	5	5	5,0	Aprovado
14	139449	Bia Mafalda Vicente	CAPA	APPor		5.3	5.1	5.1	5,2	Aprovado
15	140173	Mariana Couto Leite	CAPA	APPor		5.5	5.2	5.1	5,3	Aprovado
16	140693	Lara Beatriz Vieira	CDFP	APPor		5.5	5.6	5.5	5,5	Aprovado
17	141042	Alice Brandão Marcelino	CDFP	APPor		5.8	5.7	5.7	5,7	Aprovado
18	141047	Maria Inês Fonseca	CDFP	APPor		5.6	5.7	5.5	5,6	Aprovado
19	139565	Maria Miguel Teixeira	CDFP	APPor		5.1	5.2	5.2	5,2	Aprovado
20	141044	Helena Guimarães Custódio	CDFP	APPor		5.2	5.1	5.1	5,1	Aprovado
21	140959	Madalena Almeida Ribeiro	CDFP	APPor		5.8	5.6	5.7	5,7	Aprovado
22	141185	Ema Rodrigues Barbosa	CDFP	APPor		5.5	5.5	5.4	5,5	Aprovado
23	139755	Maria Isabel Magalhães	CDFP	APPor		5.5	5.5	5.3	5,4	Aprovado
24	141048	Alice Ferreira Gonçalves	CDFP	APPor		5.2	5.3	5.3	5,3	Aprovado

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juíz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juíz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. II

1	139649	Lara Schmidt Maia	SCC	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Change of edge sobre um pé			1	1	2	
		Salto de Cavalo			1	2	2	
		Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)			0	0	0	
		Um Body Movement (BM)			1	0	0	
		Patinar Em Círculo Fechado Para frente			1	1	1	
				Resultados	5.4	5.4	5.5	
					5.4 - Aprovado			
2	139645	Maria Antonieta Carabet	SCC	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Change of edge sobre um pé			1	1	1	
		Salto de Cavalo			1	1	1	
		Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)			0	0	0	
		Um Body Movement (BM)			0	0	0	
		Patinar Em Círculo Fechado Para frente			-2	-2	-2	
				Resultados	5.0	5.0	5.0	
					5.0 - Aprovado			
3	139459	Sara Isabel Rosmaninho	CIS	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Change of edge sobre um pé			0	-1	0	
		Salto de Cavalo			0	0	0	
		Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)			0	0	0	
		Um Body Movement (BM)			0	0	0	
		Patinar Em Círculo Fechado Para frente			0	0	0	
				Resultados	5.0	4.9	5.0	
					5.0 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Anotador/Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. II

4	140436	Beatriz Freitas Castro	CIS	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Change of edge sobre um pé			0	0	0	
		Salto de Cavalo			0	1	1	
		Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)			0	0	0	
		Um Body Movement (BM)			0	0	0	
		Patinar Em Círculo Fechado Para frente			0	1	0	
				Resultados	5.0	5.2	5.1	
					5.1 - Aprovado			
5	130470	Madalena Lopes Oliveira	UDPM	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Change of edge sobre um pé			0	-1	0	
		Salto de Cavalo			0	0	0	
		Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)			0	0	0	
		Um Body Movement (BM)			0	0	0	
		Patinar Em Círculo Fechado Para frente			0	0	0	
				Resultados	5.0	4.9	5.0	
					5.0 - Aprovado			
6	139985	Valentina luís Loureiro	UDPM	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Change of edge sobre um pé			0	0	1	
		Salto de Cavalo			1	0	0	
		Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)			0	0	0	
		Um Body Movement (BM)			0	1	0	
		Patinar Em Círculo Fechado Para frente			0	0	0	
				Resultados	5.1	5.1	5.1	
					5.1 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Anotador/Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. II

7	139482	Margarida Magalhães Gonçalves	UDPM	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Change of edge sobre um pé			-1	-1	-1	
		Salto de Cavalo			1	1	1	
		Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)			0	0	0	
		Um Body Movement (BM)			1	1	0	
		Patinar Em Círculo Fechado Para frente			-1	-1	-1	
				Resultados	5.0	5.0	4.9	
					5.0 - Aprovado			
8	137181	Maria Inês Vale	UDPM	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Change of edge sobre um pé			0	0	0	
		Salto de Cavalo			0	1	1	
		Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)			0	0	0	
		Um Body Movement (BM)			0	0	0	
		Patinar Em Círculo Fechado Para frente			-1	-1	-1	
				Resultados	4.9	5.0	5.0	
					5.0 - Aprovado			
9	130212	Sara Tobias Neto	CAPA	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Change of edge sobre um pé			0	0	1	
		Salto de Cavalo			0	0	1	
		Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)			0	0	0	
		Um Body Movement (BM)			0	1	0	
		Patinar Em Círculo Fechado Para frente			1	1	1	
				Resultados	5.1	5.2	5.3	
					5.2 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Anotador/Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. II

10	137273	Diana Dias Carvalho	CAPA	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Change of edge sobre um pé			1	1	1	
		Salto de Cavalo			0	1	1	
		Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)			0	0	0	
		Um Body Movement (BM)			1	1	0	
		Patinar Em Círculo Fechado Para frente			1	1	1	
				Resultados	5.3	5.4	5.3	
					5.3 - Aprovado			
11	136574	Leonor Rodrigues Teixeira	CAPA	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Change of edge sobre um pé			1	0	0	
		Salto de Cavalo			0	1	0	
		Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)			0	0	0	
		Um Body Movement (BM)			-1	-1	-1	
		Patinar Em Círculo Fechado Para frente			0	0	1	
				Resultados	5.0	5.0	5.0	
					5.0 - Aprovado			
12	139841	Margarida Liz Cavaleiro	CAPA	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Change of edge sobre um pé			1	0	1	
		Salto de Cavalo			0	0	0	
		Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)			0	0	0	
		Um Body Movement (BM)			0	0	0	
		Patinar Em Círculo Fechado Para frente			1	0	0	
				Resultados	5.2	5.0	5.1	
					5.1 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Anotador/Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. II

13	130268	Clara Dias Marques	CAPA	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Change of edge sobre um pé			1	1	2	
		Salto de Cavalo			0	1	1	
		Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)			0	0	0	
		Um Body Movement (BM)			0	1	0	
		Patinar Em Círculo Fechado Para frente			1	1	1	
				Resultados	5.2	5.4	5.4	
					5.3 - Aprovado			
14	139512	Francisca Teixeira Cunha	LFC	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Change of edge sobre um pé			0	0	0	
		Salto de Cavalo			0	0	0	
		Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)			-1	-1	-1	
		Um Body Movement (BM)			1	1	1	
		Patinar Em Círculo Fechado Para frente			0	-1	0	
				Resultados	5.0	4.9	5.0	
					5.0 - Aprovado			
15	89069	Maria Luísa Costa	LFC	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Change of edge sobre um pé			1	1	1	
		Salto de Cavalo			1	1	2	
		Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)			0	0	0	
		Um Body Movement (BM)			0	1	0	
		Patinar Em Círculo Fechado Para frente			0	0	0	
				Resultados	5.2	5.3	5.3	
					5.3 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Anotador/Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Resultados

Inic. II

OS	Num.	Nome	Clube	Ass.	Pen.	J1	J2	J3	Méd.	Resultado
1	139649	Lara Schmidt Maia	SCC	APPor		5.4	5.4	5.5	5,4	Aprovado
2	139645	Maria Antonieta Carabet	SCC	APPor		5	5	5	5,0	Aprovado
3	139459	Sara Isabel Rosmaninho	CIS	APPor		5	4.9	5	5,0	Aprovado
4	140436	Beatriz Freitas Castro	CIS	APPor		5	5.2	5.1	5,1	Aprovado
5	130470	Madalena Lopes Oliveira	UDPM	APPor		5	4.9	5	5,0	Aprovado
6	139985	Valentina Luís Loureiro	UDPM	APPor		5.1	5.1	5.1	5,1	Aprovado
7	139482	Margarida Magalhães Gonçalves	UDPM	APPor		5	5	4.9	5,0	Aprovado
8	137181	Maria Inês Vale	UDPM	APPor		4.9	5	5	5,0	Aprovado
9	130212	Sara Tobias Neto	CAPA	APPor		5.1	5.2	5.3	5,2	Aprovado
10	137273	Diana Dias Carvalho	CAPA	APPor		5.3	5.4	5.3	5,3	Aprovado
11	136574	Leonor Rodrigues Teixeira	CAPA	APPor		5	5	5	5,0	Aprovado
12	139841	Margarida Liz Cavaleiro	CAPA	APPor		5.2	5	5.1	5,1	Aprovado
13	130268	Clara Dias Marques	CAPA	APPor		5.2	5.4	5.4	5,3	Aprovado
14	139512	Francisca Teixeira Cunha	LFC	APPor		5	4.9	5	5,0	Aprovado
15	89069	Maria Luísa Costa	LFC	APPor		5.2	5.3	5.3	5,3	Aprovado

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juíz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juíz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. III

1	140033	Maria Inês Gonçalves	LFC	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Curvas exteriores para trás			0	-1	0	
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente Consecutivos			0	0	0	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			1	1	0	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			1	1	1	
		Patinar num círculo fechado para trás			-1	0	0	
				Resultados	5.1	5.1	5.1	
					5.1 - Aprovado			
2	137273	Diana Dias Carvalho	CAPA	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Curvas exteriores para trás			1	0	1	
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente Consecutivos			1	1	0	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			1	1	2	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			2	1	1	
		Patinar num círculo fechado para trás			0	1	0	
				Resultados	5.5	5.4	5.4	
					5.4 - Aprovado			
3	131396	Rita Marcelino Costa	CAPA	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Curvas exteriores para trás			1	0	0	
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente Consecutivos			1	0	0	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			0	1	1	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			0	0	1	
		Patinar num círculo fechado para trás			0	0	0	
				Resultados	5.2	5.1	5.2	
					5.2 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Anotador/Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juíz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juíz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. III

4	130284	Maria Carolina Gonçalves	CAPA	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Curvas exteriores para trás			1	1	1	
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente Consecutivos			0	0	0	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			1	1	2	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			0	1	0	
		Patinar num círculo fechado para trás			1	1	1	
				Resultados	5.3	5.4	5.4	
					5.4 - Aprovado			
5	131434	Beatriz João Lima	CAPA	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Curvas exteriores para trás			1	0	0	
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente Consecutivos			1	0	0	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			0	0	1	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			1	1	2	
		Patinar num círculo fechado para trás			1	1	1	
				Resultados	5.4	5.2	5.4	
					5.3 - Aprovado			
6	130476	Maria Inês Sengo	CAPA	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Curvas exteriores para trás			1	0	1	
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente Consecutivos			0	1	0	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			2	2	2	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			1	1	1	
		Patinar num círculo fechado para trás			1	1	1	
				Resultados	5.5	5.5	5.5	
					5.5 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Anotador/Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. III

7	130137	Luísa Oliveira Claro	CAPA	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Curvas exteriores para trás			1	1	1	
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente Consecutivos			1	1	0	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			-1	0	0	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			1	1	1	
		Patinar num círculo fechado para trás			1	1	1	
				Resultados	5.3	5.4	5.3	
					5.3 - Aprovado			
8	130133	Pilar Baião Santos	CAPA	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Curvas exteriores para trás			1	1	0	
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente Consecutivos			1	0	0	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			0	0	0	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			0	0	0	
		Patinar num círculo fechado para trás			1	0	1	
				Resultados	5.3	5.1	5.1	
					5.2 - Aprovado			
9	99764	Francisca Machado Silva	CAPA	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Curvas exteriores para trás			0	0	0	
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente Consecutivos			0	0	0	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			-1	-1	-1	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			1	1	1	
		Patinar num círculo fechado para trás			1	1	0	
				Resultados	5.1	5.1	5.0	
					5.1 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Anotador/Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juíz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juíz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. III

10	131426	Rita Pereira Botelho	CAPA	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Curvas exteriores para trás			1	1	1	
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente Consecutivos			1	1	0	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			0	1	1	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			1	1	2	
		Patinar num círculo fechado para trás			1	1	1	
				Resultados	5.4	5.5	5.5	
					5.5 - Aprovado			
11	136984	Teresa Ferreira Lapa	CDFP	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Curvas exteriores para trás			0	0	0	
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente Consecutivos			1	0	0	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			1	0	0	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			1	1	1	
		Patinar num círculo fechado para trás			0	0	0	
				Resultados	5.3	5.1	5.1	
					5.2 - Aprovado			
12	139561	Inês Leuschner Gonçalves	CDFP	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Curvas exteriores para trás			1	1	1	
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente Consecutivos			1	1	0	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			1	1	1	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			1	1	1	
		Patinar num círculo fechado para trás			1	1	0	
				Resultados	5.5	5.5	5.3	
					5.4 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Anotador/Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juíz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juíz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. III

13	129147	Maria Matilde Rocha	UDPM	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Curvas exteriores para trás			0	0	0	
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente Consecutivos			0	0	-1	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			1	1	1	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			-1	-1	-1	
		Patinar num círculo fechado para trás			0	0	0	
				Resultados	5.0	5.0	4.9	
					5.0 - Aprovado			
14	138780	LEA AMBER MOUSSERATI	UDPM	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Curvas exteriores para trás			0	0	0	
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente Consecutivos			1	1	0	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			0	0	0	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			0	1	1	
		Patinar num círculo fechado para trás			-1	-1	-1	
				Resultados	5.0	5.1	5.0	
					5.0 - Aprovado			
15	138781	Irina Mey Mousserati	UDPM	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Curvas exteriores para trás			1	0	0	
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente Consecutivos			0	0	0	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			-1	-1	0	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			0	0	0	
		Patinar num círculo fechado para trás			0	0	0	
				Resultados	5.0	4.9	5.0	
					5.0 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Anotador/Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juíz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juíz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Resultados

Inic. III

OS	Num.	Nome	Clube	Ass.	Pen.	J1	J2	J3	Méd.	Resultado
1	140033	Maria Inês Gonçalves	LFC	APPor		5.1	5.1	5.1	5,1	Aprovado
2	137273	Diana Dias Carvalho	CAPA	APPor		5.5	5.4	5.4	5,4	Aprovado
3	131396	Rita Marcelino Costa	CAPA	APPor		5.2	5.1	5.2	5,2	Aprovado
4	130284	Maria Carolina Gonçalves	CAPA	APPor		5.3	5.4	5.4	5,4	Aprovado
5	131434	Beatriz João Lima	CAPA	APPor		5.4	5.2	5.4	5,3	Aprovado
6	130476	Maria Inês Sengo	CAPA	APPor		5.5	5.5	5.5	5,5	Aprovado
7	130137	Luísa Oliveira Claro	CAPA	APPor		5.3	5.4	5.3	5,3	Aprovado
8	130133	Pilar Baião Santos	CAPA	APPor		5.3	5.1	5.1	5,2	Aprovado
9	99764	Francisca Machado Silva	CAPA	APPor		5.1	5.1	5	5,1	Aprovado
10	131426	Rita Pereira Botelho	CAPA	APPor		5.4	5.5	5.5	5,5	Aprovado
11	136984	Teresa Ferreira Lapa	CDFP	APPor		5.3	5.1	5.1	5,2	Aprovado
12	139561	Inês Leuschner Gonçalves	CDFP	APPor		5.5	5.5	5.3	5,4	Aprovado
13	129147	Maria Matilde Rocha	UDPM	APPor		5	5	4.9	5,0	Aprovado
14	138780	LEA AMBER MOUSSERATI	UDPM	APPor		5	5.1	5	5,0	Aprovado
15	138781	Irina Mey Mousserati	UDPM	APPor		5	4.9	5	5,0	Aprovado

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juíz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juíz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. IV

1	125209	Lara Carvalho Ramos	CAPA	APPor	J1	J2	J3	Pen
Combinção: Piquê Lateral + Três exterior frente (Three Turn Forward Outside – 3t FO)					0	0	0	
Dois Cross-Roll (XR) Para Trás Consecutivos					0	0	0	
Rotação sobre os dois pés					0	0	0	
Combinção De Dois Saltos De ½ Volta De Rotação A Dois Pés Com Um Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé					1	1	1	
Skating Movement: "Taça" ou "bandeira"					1	1	0	
Mohawk Exterior trás (Mohawk Backward outside - Mk BO)					-1	-1	0	
Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI)					0	0	0	
Resultados					5.1	5.1	5.1	
					5.1 - Aprovado			
2	137273	Diana Dias Carvalho	CAPA	APPor	J1	J2	J3	Pen
Combinção: Piquê Lateral + Três exterior frente (Three Turn Forward Outside – 3t FO)					0	0	0	
Dois Cross-Roll (XR) Para Trás Consecutivos					0	0	0	
Rotação sobre os dois pés					0	0	0	
Combinção De Dois Saltos De ½ Volta De Rotação A Dois Pés Com Um Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé					1	1	1	
Skating Movement: "Taça" ou "bandeira"					0	0	0	
Mohawk Exterior trás (Mohawk Backward outside - Mk BO)					-1	0	0	
Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI)					-1	-1	-1	
Resultados					4.9	5.0	5.0	
					5.0 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Anotador/Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juíz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juíz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. IV

3	123952	Leonor Sofia Ferreira	CAPA	APPor	J1	J2	J3	Pen
Combinação: Piquê Lateral + Três exterior frente (Three Turn Forward Outside – 3t FO)					-1	-1	-1	
Dois Cross-Roll (XR) Para Trás Consecutivos					-1	-1	-1	
Rotação sobre os dois pés					0	0	0	
Combinação De Dois Saltos De ½ Volta De Rotação A Dois Pés Com Um Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé					1	1	1	
Skating Movement: "Taça" ou "bandeira"					1	0	1	
Mohawk Exterior trás (Mohawk Backward outside - Mk BO)					0	0	0	
Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI)					0	0	0	
Resultados					5.0	4.9	5.0	
					5.0 - Aprovado			
4	131426	Rita Pereira Botelho	CAPA	APPor	J1	J2	J3	Pen
Combinação: Piquê Lateral + Três exterior frente (Three Turn Forward Outside – 3t FO)					0	0	0	
Dois Cross-Roll (XR) Para Trás Consecutivos					0	0	0	
Rotação sobre os dois pés					0	0	0	
Combinação De Dois Saltos De ½ Volta De Rotação A Dois Pés Com Um Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé					1	1	2	
Skating Movement: "Taça" ou "bandeira"					2	1	1	
Mohawk Exterior trás (Mohawk Backward outside - Mk BO)					-1	0	0	
Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI)					-1	-1	-1	
Resultados					5.1	5.1	5.2	
					5.1 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Anotador/Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juíz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juíz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. IV

5	131321	MATILDE SILVA GONÇALVES	UDPM	APPor	J1	J2	J3	Pen
Combinação: Piquê Lateral + Três exterior frente (Three Turn Forward Outside – 3t FO)					-1	0	0	
Dois Cross-Roll (XR) Para Trás Consecutivos					1	0	0	
Rotação sobre os dois pés					0	0	0	
Combinação De Dois Saltos De ½ Volta De Rotação A Dois Pés Com Um Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé					0	0	1	
Skating Movement: "Taça" ou "bandeira"					1	1	1	
Mohawk Exterior trás (Mohawk Backward outside - Mk BO)					0	0	-1	
Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI)					-1	-1	-1	
Resultados					5.0	5.0	5.0	
					5.0 - Aprovado			
6	129430	Mafalda Ribeiro Teixeira	UDPM	APPor	J1	J2	J3	Pen
Combinação: Piquê Lateral + Três exterior frente (Three Turn Forward Outside – 3t FO)					-1	-1	0	
Dois Cross-Roll (XR) Para Trás Consecutivos					0	0	0	
Rotação sobre os dois pés					-2	-2	-2	
Combinação De Dois Saltos De ½ Volta De Rotação A Dois Pés Com Um Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé					0	0	0	
Skating Movement: "Taça" ou "bandeira"					0	0	0	
Mohawk Exterior trás (Mohawk Backward outside - Mk BO)					-1	-1	0	
Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI)					0	0	-1	
Resultados					4.6	4.6	4.7	
					4.6 - Reprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Anotador/Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juíz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juíz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. IV

7	136705	Mariana Amaro Vieira	UDPM	APPor	J1	J2	J3	Pen
Combinação: Piquê Lateral + Três exterior frente (Three Turn Forward Outside – 3t FO)					0	0	-1	
Dois Cross-Roll (XR) Para Trás Consecutivos					0	0	0	
Rotação sobre os dois pés					0	0	0	
Combinação De Dois Saltos De ½ Volta De Rotação A Dois Pés Com Um Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé					0	0	1	
Skating Movement: "Taça" ou "bandeira"					2	1	1	
Mohawk Exterior trás (Mohawk Backward outside - Mk BO)					-1	0	0	
Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI)					0	-1	-1	
Resultados					5.1	5.0	5.0	
					5.0 - Aprovado			
9	127766	Clara Inês Lobo	SCC	APPor	J1	J2	J3	Pen
Combinação: Piquê Lateral + Três exterior frente (Three Turn Forward Outside – 3t FO)					0	-1	-1	
Dois Cross-Roll (XR) Para Trás Consecutivos					0	0	0	
Rotação sobre os dois pés					0	0	0	
Combinação De Dois Saltos De ½ Volta De Rotação A Dois Pés Com Um Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé					1	1	1	
Skating Movement: "Taça" ou "bandeira"					0	0	0	
Mohawk Exterior trás (Mohawk Backward outside - Mk BO)					-1	0	0	
Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI)					0	0	0	
Resultados					5.0	5.0	5.0	
					5.0 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Anotador/Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juíz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juíz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. IV

10	131469	Maria Margarida Melo	CIS	APPor	J1	J2	J3	Pen
Combinção: Piquê Lateral + Três exterior frente (Three Turn Forward Outside – 3t FO)					-1	-1	-1	
Dois Cross-Roll (XR) Para Trás Consecutivos					1	1	1	
Rotação sobre os dois pés					0	0	0	
Combinção De Dois Saltos De ½ Volta De Rotação A Dois Pés Com Um Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé					0	0	0	
Skating Movement: "Taça" ou "bandeira"					1	1	0	
Mohawk Exterior trás (Mohawk Backward outside - Mk BO)					0	0	0	
Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI)					0	0	0	
Resultados					5.1	5.1	5.0	
					5.1 - Aprovado			
11	92592	Leonor Rodrigues Costa	LFC	APPor	J1	J2	J3	Pen
Combinção: Piquê Lateral + Três exterior frente (Three Turn Forward Outside – 3t FO)					0	0	0	
Dois Cross-Roll (XR) Para Trás Consecutivos					0	-1	0	
Rotação sobre os dois pés					0	0	0	
Combinção De Dois Saltos De ½ Volta De Rotação A Dois Pés Com Um Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé					0	0	0	
Skating Movement: "Taça" ou "bandeira"					1	1	0	
Mohawk Exterior trás (Mohawk Backward outside - Mk BO)					-1	0	0	
Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI)					0	0	0	
Resultados					5.0	5.0	5.0	
					5.0 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Anotador/Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juíz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juíz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. IV

12	136677	Maria Tinoco Ramalho	LFC	APPor	J1	J2	J3	Pen	
Combinação: Piquê Lateral + Três exterior frente (Three Turn Forward Outside – 3t FO)					0	0	0		
Dois Cross-Roll (XR) Para Trás Consecutivos					1	1	1		
Rotação sobre os dois pés					0	0	0		
Combinação De Dois Saltos De ½ Volta De Rotação A Dois Pés Com Um Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé					0	0	0		
Skating Movement: "Taça" ou "bandeira"					1	1	0		
Mohawk Exterior trás (Mohawk Backward outside - Mk BO)					1	1	1		
Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI)					-1	-1	-1		
					Resultados	5.2	5.2	5.1	
					5.2 - Aprovado				

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Anotador/Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juiz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juiz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juiz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Resultados

Inic. IV

OS	Num.	Nome	Clube	Ass.	Pen.	J1	J2	J3	Méd.	Resultado
1	125209	Lara Carvalho Ramos	CAPA	APPor		5.1	5.1	5.1	5,1	Aprovado
2	137273	Diana Dias Carvalho	CAPA	APPor		4.9	5	5	5,0	Aprovado
3	123952	Leonor Sofia Ferreira	CAPA	APPor		5	4.9	5	5,0	Aprovado
4	131426	Rita Pereira Botelho	CAPA	APPor		5.1	5.1	5.2	5,1	Aprovado
5	131321	MATILDE SILVA GONÇALVES	UDPM	APPor		5	5	5	5,0	Aprovado
6	129430	Mafalda Ribeiro Teixeira	UDPM	APPor		4.6	4.6	4.7	4,6	Reprovado
7	136705	Mariana Amaro Vieira	UDPM	APPor		5.1	5	5	5,0	Aprovado
8	129929	Catarina Miguel Oliveira	UDPM	APPor						Não Patinou
9	127766	Clara Inês Lobo	SCC	APPor		5	5	5	5,0	Aprovado
10	131469	Maria Margarida Melo	CIS	APPor		5.1	5.1	5	5,1	Aprovado
11	92592	Leonor Rodrigues Costa	LFC	APPor		5	5	5	5,0	Aprovado
12	136677	Maria Tinoco Ramalho	LFC	APPor		5.2	5.2	5.1	5,2	Aprovado

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juíz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juíz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. V

1	98394	Luana Costa Santos	LFC	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Mohawk Interior Frente (Mohawk Forward Inside - Mk FI)			0	0	0	
		Deslizar em posição de Águia			1	1	0	
		One Foot Turns (iniciação ao travelling)			0	0	0	
		Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé			0	-1	0	
		Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)			0	0	0	
		Dois Body Movements (BM)			0	1	0	
		Uma Volta de três em cada sentido			-1	-1	-1	
				Resultados	5.0	5.0	4.9	
					5.0 - Aprovado			
2	136705	Mariana Amaro Vieira	UDPM	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Mohawk Interior Frente (Mohawk Forward Inside - Mk FI)			0	0	0	
		Deslizar em posição de Águia			1	1	0	
		One Foot Turns (iniciação ao travelling)			0	0	0	
		Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé			0	0	0	
		Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)			0	0	0	
		Dois Body Movements (BM)			0	1	0	
		Uma Volta de três em cada sentido			0	0	0	
				Resultados	5.1	5.2	5.0	
					5.1 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Anotador/Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juíz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juíz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. V

3	130250	Benedita Jesus Pinheiro	UDPM	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Mohawk Interior Frente (Mohawk Forward Inside - Mk FI)			0	0	0	
		Deslizar em posição de Águia			1	1	0	
		One Foot Turns (iniciação ao travelling)			0	0	0	
		Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé			0	0	0	
		Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)			-1	-1	-1	
		Dois Body Movements (BM)			0	0	0	
		Uma Volta de três em cada sentido			0	0	0	
				Resultados	5.0	5.0	4.9	
					5.0 - Aprovado			
5	103558	Stela Guedes Campos	CAPA	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Mohawk Interior Frente (Mohawk Forward Inside - Mk FI)			0	1	0	
		Deslizar em posição de Águia			1	1	1	
		One Foot Turns (iniciação ao travelling)			1	0	1	
		Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé			0	0	0	
		Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)			0	1	1	
		Dois Body Movements (BM)			0	1	0	
		Uma Volta de três em cada sentido			-1	-1	-1	
				Resultados	5.1	5.3	5.2	
					5.2 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Anotador/Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juíz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juíz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. V

6	125082	Matilde Soares Sá	SCC	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Mohawk Interior Frente (Mohawk Forward Inside - Mk FI)			0	0	0	
		Deslizar em posição de Águia			1	2	1	
		One Foot Turns (iniciação ao travelling)			0	1	0	
		Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé			1	0	1	
		Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)			-1	-1	-1	
		Dois Body Movements (BM)			0	0	0	
		Uma Volta de três em cada sentido			-1	-1	-1	
				Resultados	5.0	5.1	5.0	
					5.0 - Aprovado			
7	127766	Clara Inês Lobo	SCC	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Mohawk Interior Frente (Mohawk Forward Inside - Mk FI)			0	0	0	
		Deslizar em posição de Águia			1	1	0	
		One Foot Turns (iniciação ao travelling)			1	0	1	
		Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé			0	1	0	
		Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)			-1	-1	-1	
		Dois Body Movements (BM)			0	0	0	
		Uma Volta de três em cada sentido			-1	-1	-1	
				Resultados	5.0	5.0	4.9	
					5.0 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Anotador/Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juíz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juíz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. V

8	128374	Maitê Monteiro Souza	SCC	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Mohawk Interior Frente (Mohawk Forward Inside - Mk FI)			0	0	0	
		Deslizar em posição de Águia			1	1	1	
		One Foot Turns (iniciação ao travelling)			0	1	1	
		Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé			0	0	0	
		Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)			0	0	0	
		Dois Body Movements (BM)			0	0	1	
		Uma Volta de três em cada sentido			-1	-1	-1	
				Resultados	5.0	5.1	5.2	
					5.1 - Aprovado			
9	103927	Leonor Sousa Abreu	CDFP	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Mohawk Interior Frente (Mohawk Forward Inside - Mk FI)			-1	0	-1	
		Deslizar em posição de Águia			1	1	1	
		One Foot Turns (iniciação ao travelling)			0	0	0	
		Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé			0	0	-1	
		Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)			0	0	1	
		Dois Body Movements (BM)			0	0	0	
		Uma Volta de três em cada sentido			0	0	0	
				Resultados	5.0	5.1	5.0	
					5.0 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Anotador/Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juíz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juíz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. V

10	125676	Francisca Salvador Vale	CIS	APPor	J1	J2	J3	Pen
		Mohawk Interior Frente (Mohawk Forward Inside - Mk FI)			0	0	0	
		Deslizar em posição de Águia			1	1	1	
		One Foot Turns (iniciação ao travelling)			0	0	0	
		Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé			-1	-1	-1	
		Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)			0	0	0	
		Dois Body Movements (BM)			0	0	0	
		Uma Volta de três em cada sentido			0	0	0	
				Resultados	5.0	5.0	5.0	
					5.0 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Anotador/Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juíz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juíz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka



Testes de Iniciação - CAPA

Pavilhão do CAPA | 2026-05-16 - 2026-05-16

Resultados

Inic. V

OS	Num.	Nome	Clube	Ass.	Pen.	J1	J2	J3	Méd.	Resultado
1	98394	Luana Costa Santos	LFC	APPor		5	5	4.9	5,0	Aprovado
2	136705	Mariana Amaro Vieira	UDPM	APPor		5.1	5.2	5	5,1	Aprovado
3	130250	Benedita Jesus Pinheiro	UDPM	APPor		5	5	4.9	5,0	Aprovado
4	130152	Francisca Gonçalves Martinez	UDPM	APPor						Não Patinou
5	103558	Stela Guedes Campos	CAPA	APPor		5.1	5.3	5.2	5,2	Aprovado
6	125082	Matilde Soares Sá	SCC	APPor		5	5.1	5	5,0	Aprovado
7	127766	Clara Inês Lobo	SCC	APPor		5	5	4.9	5,0	Aprovado
8	128374	Maitê Monteiro Souza	SCC	APPor		5	5.1	5.2	5,1	Aprovado
9	103927	Leonor Sousa Abreu	CDFP	APPor		5	5.1	5	5,0	Aprovado
10	125676	Francisca Salvador Vale	CIS	APPor		5	5	5	5,0	Aprovado

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: CAPA

Calculador/Data Operator: APPor - Gonçalo Alexandre Santos

Juíz Nº2: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Árbitro: APPor - Bárbara Sofia Silva

Juíz Nº1: APPor - Cristiana Sofia Oliveira

Juíz Nº3: APPor - Sofia Santos Koszucka