



# NAST

Núcleo Associativo de Santo Tirso

# REGULAMENTO

# E

# PROGRAMA





## **1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO**

### **1.1. Idade participação diferentes provas**

Ultra Trilhos 53km: Fazer 18 anos entre o dia 1 de Janeiro e 31 de Outubro de 2018.

Trail Longo 28km: Fazer 18 anos entre o dia 1 de Janeiro e 31 de Outubro de 2018.

Trail Curto 17km: Fazer 18 anos entre o dia 1 de Janeiro e 31 de Outubro de 2018.

Caminhada 10km: Aberta a todos, sendo que crianças menores de 14 anos tem que ser acompanhadas por adulto.

Trail KIDS: Para crianças dos 5 anos ate aos 16 anos, sendo obrigatório o preenchimento e entrega no secretariado da Autorização do encarregado de educação que poderá ser descarregado na pagina do evento.

### **1.2. Inscrição regularizada**

A Inscrição no STUT-Santo Thyrsos Ultra Trilhos implica compreender e aceitar sem reservas as regras e o Regulamento da prova.

Nomeadamente;

- Efetuar corretamente a inscrição, no website do evento. Link a indicar
- A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de seguro.
- Proceder ao pagamento da respetiva taxa de inscrição dentro do prazo, não é necessário o envio do comprovativo de pagamento.

### **1.3. Condições físicas**

- Os atletas devem estar conscientes da distância e das particularidades das provas e estarem suficientemente treinados para isso.
- Terem adquirido, antes da prova, uma real capacidade de autossuficiência em montanha, que permita a gestão dos problemas induzidos por este tipo de competições, nomeadamente em condições de alterações climáticas (noite, vento, frio, nevoeiro, chuva ou neve).
- Os atletas terão de saber enfrentar problemas físicos e mentais resultantes da fadiga extrema, problemas digestivos, articulares e dores musculares, etc.



- Ter a consciência de que não é papel da organização ajudar um atleta a ultrapassar estes problemas e que tal depende principalmente da sua capacidade em adaptar-se às situações problemáticas decorrentes deste tipo de competição.

- Estas provas são de participação individual, não é permitido fazer-se acompanhar de animais.

#### **1.4. Definição possibilidade ajuda externa**

O apoio aos atletas por elementos externos à organização é permitido junto aos pontos de abastecimento. O atleta, de acordo com o ponto 1.3., deve ter noção das suas necessidades durante a prova, assim como a sua capacidade de resolução dos problemas perante situações inesperadas.

#### **1.5. Colocação dorsal**

O número do atleta é pessoal e intransferível e deverá ser usado à frente do corpo, a altura do peito, e sempre visível.

Em caso de desistência, desclassificação ou barramento horário o atleta é obrigado a entregar o dorsal à organização, sem prejuízo do mesmo ser devolvido no final da prova.

O nome e o logotipo dos patrocinadores não podem ser modificados ou escondidos.

O incumprimento destas regras acarreta a penalização prevista no artigo 2.11.

#### **1.6. Regras conduta desportiva**

O STUT-Santo Thyrsos Ultra Trilhos, é um evento que promove e privilegia, acima de tudo, o Fair play.

É fundamental que os participantes ajudem qualquer pessoa em perigo e alertem o posto de controlo mais próximo ou contatem a organização.

A entidade organizadora reserva-se o direito de excluir da corrida, mesmo antes do seu início, qualquer participante que, através do seu comportamento, condicione a gestão ou o bom funcionamento do evento. Caso isso ocorra, o atleta não será reembolsado.

As condutas antidesportivas serão sancionadas de acordo com o seu grau de gravidade, conforme o estipulado no artigo 2.11.

## **2. PROVA**

### **2.1. Apresentação da prova(s) / Organização**



A 4ª Edição do STUT-Santo Thyrsos Ultra Trilhos é uma prova de corrida de montanha, organizada pelo NAST – Núcleo Associativo de Santo Tirso e Camara Municipal de Santo Tirso, que se desenvolve pelas Montanhas dos concelhos de Santo Tirso e Paços de Ferreira. Em simultâneo com as provas, realiza-se um percurso pedestre de dificuldade moderada e carácter não competitivo, bem como um Trail com vertente educativa para as crianças.

Todas as informações relativas a este evento poderão ser encontradas no site com o endereço <http://www.nast.pt>

Devido a razões de logística o STUT-Santo Thyrsos Ultra Trilhos é limitado a 2.000 participantes no total das cinco provas, distribuídos da seguinte forma:

**STUT – 300 | STTL – 500 | STTC – 700 | Caminhada – 400 | STTKIDS - 100**

O STUT-Santo Thyrsos Ultra Trilhos decorrerá a 17 e 18 de Fevereiro 2018 em Santo Tirso, sendo constituído por cinco provas:

**STUT** (Santo Thyrsos Ultra Trilhos - 53 km) – A confirmar

**STTL** (Santo Thyrsos Trail Longo - 28 km) – A confirmar

**STTC** (Santo Thyrsos Trail Curto – 17 km) – A confirmar

**Caminhada** - 10 Km – A confirmar

### **STTKids**

O **STUT** terá início no Pavilhão Municipal de Santo Tirso no **dia 18 Fevereiro 2018 as 8:00**, percorrendo montanhas de Santo Tirso e Paços de Ferreira, num percurso circular de 53? km de distância e aproximadamente 2700? metros de desnível positivo.

O tempo limite para conclusão do STUT é de 10h, passadas as quais todos os atletas em prova serão retirados do percurso. Será publicada uma tabela com as barreiras horárias nos vários pontos de passagem.

O **STTL** terá início no Pavilhão Municipal de Santo Tirso no **dia 18 de Fevereiro 2018 as 9:15**, regressando a este mesmo local ao fim de percorridos 28? km de distância e com um desnível de cerca de 1.100? metros de desnível positivo.

O **STTL** não tem tempo limite.

O **STTC** terá início no Carvalhal de Valinhas no **dia 18 de Fevereiro 2018 as 9:45**, regressando ao Pavilhão Municipal de Santo Tirso ao fim de percorridos 17? km de distância e com um desnível de cerca de 600? metros de desnível positivo.

O **STTC** não tem tempo limite.



Depois da partida de todos os atletas será a vez dos caminheiros. A Caminhada terá início e fim no Pavilhão Municipal de Santo Tirso no **dia 18 de Fevereiro 2018 as 10:00**, com uma distância de cerca de 10? km.

O Sábado será dedicado às crianças. Também elas terão a oportunidade de correr pelos caminhos de Santo Tirso. O **STTKIDS** será de inscrição gratuita, mas obrigatória, e vai decorrer no Parque Urbano Sara Moreira no **dia 17 de Fevereiro 2018 às 15:00**.

As crianças (dos 5 aos 16 anos) terão uma prova direcionada unicamente a elas e com distâncias e classificações próprias:

5 Aos 7 anos – 500 metros

8 Aos 10 anos – 1000 metros

11 Aos 13 anos – 1500 metros

14 Aos 16 anos – 2000 metros

## **2.2. Programa / Horário**

### **Sábado – 17/02/2018**

11:00 – Abertura do Secretariado (STUT,STTL,STTC – Pavilhão Municipal de Santo Tirso)

12:00 – Abertura do Secretariado (STTKids – Parque Urbano Sara Moreira / Café do Rio)

### **15:00 – Partida do STT Kids**

17:00 – Cerimonia protocolar de entrega prémios STT Kids

22:00 – Encerramento do Secretariado no Pavilhão Municipal de Santo Tirso

### **Domingo – 18/02/2018 (Pavilhão Municipal de Santo Tirso)**

07:00 – Abertura do Secretariado

08:00 – Partida STUT

08:10 – Início Transporte dos participantes do STTC para local de partida (Em frente ao Pavilhão Municipal)

09:10 – Encerramento do Secretariado



09:15 – Partida STTL

09:20 – Encerramento do transporte para a partida do STTC.

09:45 – Partida STTC (Carvalhal de Valinhas)

10:00 – Início Caminhada

11:30 – Previsão de chegada do primeiro atleta do STTC

12:15 – Previsão de chegada do primeiro atleta do STTL

12:15 – Abertura do serviço de almoço

12:50 – Previsão de chegada do primeiro atleta do STUT

13:35 - Cerimonia protocolar de entrega prémios do STTC

14:15 - Cerimonia protocolar de entrega prémios do STTL

15:45 - Cerimonia protocolar de entrega prémios do STUT

17:30 – Encerramento do Serviço Almoço.

18:15 – Encerramento de provas

Nota: Os horários apresentados são estimados pela organização face ao decorrer da prova podendo ser alterados durante o decorrer da mesma se assim se justificar.

### **2.3. Distancia (categorização por distância)/ altimetria (desníveis positivo e negativo acumulados)/ categorização de dificuldade ATRP**

STUT – 53km – 2.700D+/2.700D- Trail Ultra Medio – Grau 3 (Campeonato Nacional – Série 100) – UTMB 3 Pontos.

STTL – 28km – 1.100D+/1.100D- Trail Longo – Grau 3 (Campeonato Nacional – Série 150) – UTMB 1 Ponto.

STTC – 17km – 600D+/600D- Trail Curto – Grau 2

### **2.4. Mapa/ Perfil altimétrico/ descrição percurso**

Os percursos do STUT-Santo Thyrsos Ultra Trilhos são maioritariamente compostos por trilhos, caminhos, estradas florestais, uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com



as regras de trânsito nas vilas e estradas de uso público, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

A organização balizará o percurso com fitas sinalizadoras, placas e marcas no pavimento ou outros suportes apropriados.

É imperativo seguir os caminhos balizados sem tomar atalhos. Caso deixem de ver sinalização durante aproximadamente 200 metros, os atletas deverão voltar para trás até encontrar novamente as respetivas fitas. O bom senso deverá imperar.

## **2.5. Tempo limite**

O STUT tem como tempo limite para a sua conclusão 10 horas.

As barreiras horárias são calculadas para permitir aos participantes alcançar a linha de meta no tempo limite imposto, contabilizando já as possíveis paragens (descanso, abastecimentos, etc.).

Para serem autorizados a continuar em prova, os atletas devem chegar e sair do posto de controlo/abastecimento antes do seu encerramento, caso contrário serão impedidos de prosseguir e, consequentemente, desclassificados.

Qualquer participante excluído da prova e que deseje continuar, só poderá fazê-lo entregando o seu dorsal, prosseguindo à sua própria responsabilidade e completa autonomia.

Por razões meteorológicas e/ou de segurança, a organização reserva-se o direito de alterar as barreiras horárias e/ou de suspender, reduzir, neutralizar ou parar a prova. Não haverá direito a reembolso.

## **2.6. Metodologia de controle de tempos**

O controlo será eletrónico através dum chip que o atleta tem de validar em cada um dos postos de controlo. A não entrega e/ou perda de um chip à organização é da exclusiva responsabilidade do participante. Ficarão a cargo dos participantes todos os custos associados à sua reposição.

## **2.7. Postos de controle**

Os postos de controlo são pontos obrigatórios de passagem e estão localizados em locais delineados pela organização. Em cada um destes controlos estará um responsável da organização.

Durante a prova poderão existir “controlos-surpresa” de forma a assegurar o cumprimento integral do percurso.



Somente os atletas com o dorsal visível terão acesso aos postos de controlo e abastecimentos.

Os abandonos devem ser feitos somente nos postos de controlo/abastecimentos, excepto nos casos em que o atleta se encontre imobilizado e não consegue alcançar um posto de controlo, devendo nestes casos ativar a operação de socorro entrando em contacto com a organização.

Haverá equipas de apoio, socorro e emergência para prestar os cuidados aos participantes que deles necessitem.

O número de contacto da organização e da equipa de socorro estará impresso no dorsal e deverá ser igualmente gravado no telemóvel do atleta.

A organização reserva-se o direito de alterar a qualquer momento o percurso e a posição dos postos de controlo / abastecimentos, sem aviso prévio. Em caso de condições climatéricas fortemente adversas a partida pode ser atrasada no máximo duas horas, período apos o qual, a prova é cancelada. Não haverá direito a reembolso.

Durante a prova, em caso de mau tempo, e por razões de segurança, a organização reserva-se o direito de modificar as barreiras horarias e, ou, de suspender, reduzir, neutralizar ou parar a prova. Não haverá direito a reembolso.

A organização não se responsabiliza pela condição física dos atletas, por qualquer acidente ou outro dano sofrido antes, durante ou após a realização da prova, para além daqueles que se encontrem cobertos pelo seguro da prova.

## **2.8. Locais dos abastecimentos**

Os abastecimentos serão constituídos por sólidos e líquidos para serem consumidos no local. Somente água é destinada a encher depósitos ou outros recipientes. Cada atleta, ao deixar cada posto de abastecimento, é responsável por ter a quantidade de bebida e comida necessária para alcançar o próximo abastecimento.

1º PA – S. João do Carvalhinho (a confirmar)

2º PA – Citânia de Sanfins (a confirmar)

3º PA – Monte Pilar (a confirmar)

4º PA – Valinhas (a confirmar)

5º PA – N. Sra. Assunção (a confirmar)

6º PA – Meta



## 2.9. Material obrigatório/ verificações de material

Durante a competição todos os participantes têm de se fazer acompanhar de todo o material obrigatório. Em qualquer momento podem ser questionados acerca da sua posse, sob pena de sofrer as penalizações descritas no artigo 2.11.

A organização não ira disponibilizar copos nos abastecimentos.

<b>Material Obrigatório</b>	<b>STUT - 53Km</b>	<b>STTL - 28Km</b>	<b>STTL - 17Km</b>
Mochila ou equipamento similar	X		
Casaco corta-vento ou impermeável	X		
Manta térmica	X		
Depósito de água ou equivalente	X	X	
Copo com 15cl de capacidade	X	X	X
Telemóvel operacional	X	X	X
Apito	X		

<b>Material Aconselhado</b>
Luvas e Gorro/Boné
Calças compridas a cobrir no mínimo os joelhos
Frontal com pilhas

## 2.10. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário ou ferroviário

Uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito nas vilas e estradas de uso público, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

## 2.11. Penalizações/ desclassificações

O júri da prova é composto pelo diretor de prova, e pelos comissários de cada ponto de controlo, estando assim responsáveis pela aplicação das regras e regulamento que regem a prova.

Estão assim autorizados a aplicar as penalizações e desclassificações descritas abaixo:

<b>Incumprimentos</b>	<b>Penalizações</b>
Falta de um ou mais itens descritos como material obrigatório (art.º 2.9)	2 Horas
Não cumprir o percurso estipulado	2 Horas
Não passar em um ou mais pontos de controlo	Desclassificado
Desobedecer às medidas de segurança indicadas por elementos da organização ou colaboradores	Desclassificado
Conduta antidesportiva	Desclassificado
Conduta poluidora	Desclassificado



Dorsal não visível	1 Hora
Não ajudar um atleta/colega quando a sua integridade física estiver em causa	Desclassificado e Erradicação de futuras edições.
Retirar sinalização do percurso	Desclassificado
Fazer-se acompanhar de animais	Desclassificado
Perda do Chip	Desclassificado
Abandonar a prova sem avisar a organização	Desclassificado e Erradicação de futuras edições.
Troca de Dorsal	Desclassificado

O Júri da prova reserva-se o direito de sancionar condutas não descritas anteriormente e que infrinjam as disposições do presente regulamento.

### **2.12. Responsabilidades perante o atleta/ participante**

Os atletas inscritos no STUT – Santo Thyrso Ultra Trilhos aceitam participar voluntariamente e sob sua própria responsabilidade na competição. Por conseguinte concordam em não reclamar ou exigir à organização, colaboradores, autoridades, patrocinadores e outros participantes de qualquer responsabilidade com os mesmos e seus herdeiros, em tudo o que exceda a cobertura das suas responsabilidades, da dos seus colaboradores e participantes.

### **2.13. Seguro desportivo**

A organização contratualiza os seguros obrigatórios por lei para a realização deste tipo de provas. O prémio do seguro está incluído no valor da inscrição.

## **3. INSCRIÇÕES**

### **3.1. Processo inscrição (local, pagina web, transferência bancária)**

As inscrições devem ser feitas de acordo com o prazo apresentado na tabela e através da Internet em [www.nast.pt](http://www.nast.pt)

Cada participante deve preencher corretamente o formulário de inscrição e pagar o valor da mesma no prazo estipulado, sendo o participante responsável pela veracidade dos seus dados.

O pagamento deve ser realizado de acordo com as referências Multibanco geradas no acto de inscrição.

A inscrição na prova corresponde a aceitação do presente regulamento e de uma declaração de aptidão física e psicológica por parte do atleta.



### 3.2. Valores e períodos de inscrição

O período de inscrições decorre de 12 de Novembro 2017 ate 03 de Fevereiro 2018 (caso não estejam esgotadas).

Valores e período das inscrições.

<b>Prova</b>	<b>Ate 23 de Dezembro 2017</b>	<b>Ate 8 de Fevereiro 2018</b>
STUT – 53Km	22.00€	27.00€
STTL – 28Km	17.00€	22.00€
STTC – 17Km	13.00€	18.00€
Caminhada – 10Km	3.00€	5.00€
STTKids	Gratis	Gratis
Almoço	3.50€	3.50€

### 3.3. Condições devolução do valor de inscrição

Apos o dia 01 de Fevereiro 2018, não são permitidas alterações.

Caso a alteração seja para uma prova de valor de taxa de inscrição superior, haverá lugar ao pagamento do diferencial, nos valores em vigor a data da alteração. Se for para uma prova com valor de taxa de inscrição inferior, não haverá lugar a devolução do diferencial.

Na eventualidade de desistência após a inscrição e até 15 dias antes da prova, será devolvido 50% do valor da inscrição. Após esta data não haverá direito a qualquer reembolso em caso de desistência.

Todas as desistências têm de ser comunicadas por email, utilizando para o efeito o seguinte endereço [stut.nast@gmail.com](mailto:stut.nast@gmail.com) não serão aceites desistências por telefone.

Se o evento for cancelado por razões alheias a vontade da organização, até a data limite das inscrições, haverá direito a reembolso numa determinada percentagem calculada pela organização, que permita cobrir os gastos até então assumidos com o evento.

### 3.4. Material incluído com a inscrição

- T-shirt oficial do evento;
- Lembranças;
- Dorsal;
- Prémio de chegada (Finisher), para os participantes no STUT, STTL e STTC;
- Seguro de Acidentes Pessoais e Responsabilidade Civil;



### **3.5. Secretariado da prova/ horários e locais**

O secretariado estará aberto no dia 17 de Fevereiro, das 11:00 às 22:00 horas (STUT, STTL e STTC) no Pavilhão Municipal de Santo Tirso, entrega dorsais STTKids serão a partir das 12:00 no local da partida no Parque Urbano Sara Moreira. No dia 18 de Fevereiro das 07:00 às 09:10 horas (STUT, STTL e STTC), no Pavilhão Municipal de Santo Tirso.

Todos os atletas devem fazer-se acompanhar do Documento de identificação;

### **3.6. Serviços disponibilizados (transporte, duche, etc)**

#### **3.6.1 Serviços incluídos na inscrição**

- Transporte para a partida para todos os atletas inscritos no STTC, partida no Pavilhão Municipal de Santo Tirso.
- Transporte para a chegada, em caso de o atleta abandonar a prova ou ser impedido pela organização de continuar;
- Duche (**Pavilhão Municipal Santo Tirso**) – Deve lavar as sapatilhas à entrada do balneário;
- Abastecimentos sólidos e líquidos durante e final da prova;

#### **3.6.2 Outros Serviços**

- Serviço de almoço no dia 18 Fevereiro, esta refeição pode ser adquirida aquando da inscrição na prova.

## **4. CATEGORIAS E PRÉMIOS**

### **4.1. Definição data, local e hora entrega prémios**

A entrega de prémios terá lugar no Domingo dia 18 de Fevereiro no horário previsto no ponto 2.2

O apuramento da classificação por equipas será efetuado com base nas três melhores classificações dos respetivos atletas.

Não haverá prémios monetários.

É obrigatória a presença dos premiados na cerimónia de entrega de prémios.



A organização não enviará troféus, prémios, nem quaisquer outros elementos por correio postal ou outro meio de distribuição.

**No STUT** serão premiados os 3 primeiros classificados por escalão. Além destes, serão também atribuídos troféus aos 3 primeiros atletas da geral masculina e feminina.

**No STTL e STTC** serão premiados os 3 primeiros classificados por escalão. Além destes, serão também atribuídos troféus aos 3 primeiros atletas da geral masculina e feminina.

Troféu para as 3 melhores equipas no **STUT, STTL e STTC**.

Troféu para o melhor e para a melhor atleta do concelho no **STUT, STTL e STTC**.

#### **4.2. Definição das categorias etárias/ sexo individuais e equipas**

Os escalões são definidos em função dos dados disponibilizados pelos atletas no acto da inscrição, e tendo como referência a idade que terá entre o dia 1 de Janeiro e 31 de Outubro de 2018.

Para obter classificação coletiva, as equipas terão de ser formadas por 3 elementos.

Categorias;

- Junior M/F – 18 e 19 anos
- Sub23 M/F – Entre os 20 e 22 anos
- Senior M/F – Entre os 23 e 39 anos
- Vet. M40/F40 – Entre os 40 e 44 anos
- Vet. M45/F45 – Entre os 45 e 49 anos
- Vet. M50/F50 – Entre os 50 e 54 anos
- Vet. M55/F55 – Entre os 55 e 59 anos
- Vet. M60/F60 – Igual e mais de 60 anos

#### **4.3. Prazos para reclamação de classificações**

Toda e qualquer reclamação deve ser colocada por escrito e remetida ao Diretor de prova, acompanhada de uma caução de 50.00€ (não reembolsável caso a reclamação seja indeferida) ate duas horas apos a chegada do participante em questão. Na reclamação deve constar o nome do reclamante, nº BI/CC ou passaporte, nome do(s) participante(s) afetados, nº do Dorsal e motivos alegados.



O Júri pronunciar-se-á antes da afixação dos resultados oficiais.

## Notas e alterações

## 5. COMUNICAÇÃO

Considera-se o meio oficial de comunicação e informação do STUT, o site <http://www.nast.pt> e a página oficial do evento no Facebook. O atleta deve consultar periodicamente o site para se manter informado acerca de novidades ou possíveis alterações no circuito e respetivo regulamento, bem como para consultar ou confirmar inscrições.

## 6. DIREITOS DE IMAGEM E PUBLICIDADE

A entidade organizadora reserva-se ao direito exclusivo da exploração da imagem do STUT e de audiovisuais fotográficos e jornalísticos do evento. Qualquer projecto ou suportes publicitários produzidos para publicação devem obter o prévio consentimento da organização.

A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza aos organizadores da prova a gravação total ou parcial da sua participação na mesma, pressupõe também a sua concordância para que a organização possa utilizar a imagem do atleta para a promoção e difusão da prova em todas as suas formas (rádio, imprensa escrita, vídeo, fotografia, internet, cartazes, meios de comunicação social, etc.) e cede todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte do atleta, a receber qualquer compensação económica.

## 7. REponsabilidade Ambiental

O atleta é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos naturais (mesmo que biodegradáveis), ou não naturais, provenientes de géis, barras e/ou outros. Deverá depositar os resíduos no abastecimento mais próximo, ou transportá-lo até à linha da meta.

## 8. PROTECÇÃO DE DADOS

Os dados dos atletas indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora para efeitos exclusivos de processamento no evento, sendo publicados nomeadamente na lista de inscritos, notícias diversas e classificação. Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para [stut.nast@gmail.com](mailto:stut.nast@gmail.com)



## 9. DIVERSOS

O preenchimento e envio da inscrição para as provas implicam que o atleta que se inscreve, tome conhecimento e aceite sem quaisquer reservas o presente Regulamento.

Os casos omissos deste regulamento, serão resolvidos pela organização, de cujas decisões não haverá recurso.