

GUIA DO ATLETA



organização















Conteúdo do Guia do Atleta

Informação [Programa / Horário]	3
Informação [Secretariado da prova]	4
Informação [Solo duro]	4
Informação [Transporte STTC (17km)]	5
Informação [Transporte, Duche, Estacionamento]	5
Informação [Mapa/Perfil da Prova]	8
Informação [Material obrigatório]	. 10
Informação [Marcações Percurso]	. 11
Informação [Locais dos abastecimentos]	. 12
Informação [Como chegar]	. 12





Informação [Programa / Horário]

Sábado - 17/02/2018

11:00 – Abertura do Secretariado (STUT,STTL,STTC – Pavilhão Municipal de Santo Tirso) (https://goo.gl/maps/n5U5bEhzGRT2) [41°20'15.9"N 8°28'29.1"W 41.337741, -8.474754] 14:00 – Abertura do Secretariado (STTKids – Parque Urbano Sara Moreira / Café do Rio) (https://goo.gl/maps/syCzgsRYJUz) [41°21'13.8"N 8°27'42.2"W 41.353848, -8.461723] 15:00 – Partida do STT Kids 16:20 – 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) (https://goo.gl/maps/n5U5bEhzGRT2) [41°20'15.9"N 8°28'29.1"W 41.337741, -8.474754]

07:00 - Abertura do Secretariado

08:00 - Partida STUT

08:30 - Partida STTL;

08:45 – Início do transporte dos participantes do STTC para o local de partida (junto ao Pavilhão Municipal);

09:30 - Início da Caminhada;

10:00 – Encerramento do transporte para a partida do STTC;

10:15 - Encerramento do Secretariado;

10:30 - Partida STTC (Carvalhal de Valinhas);

11:15 – Previsão de chegada do primeiro atleta do STTL;

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

12:15 – Abertura do serviço de almoço (Cantina da Escola Profissional Agricola Conde de S. Bento);

13:00 – Previsão de chegada do primeiro atleta do STUT;

14:30 - Cerimónia protocolar de entrega prémios do STTC;

15:10 - Cerimónia protocolar de entrega prémios do STTL;

16:00 – Cerimónia protocolar de entrega de prémios do STUT;

17:30 - Encerramento do servico de almoco;

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.





Informação [Secretariado da prova]

Sábado - 17/02/2018

11:00 – Abertura do Secretariado (STUT,STTL,STTC – Pavilhão Municipal de Santo Tirso) (https://goo.gl/maps/n5U5bEhzGRT2) [41°20'15.9"N 8°28'29.1"W 41.337741, -8.474754]

14:00 – Abertura do Secretariado (STTKids – Parque Urbano Sara Moreira / Café do Rio) (https://goo.gl/maps/syCzgsRYJUz) [41°21'13.8"N 8°27'42.2"W 41.353848, -8.461723]

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

Domingo – 12/02/2017 (Pavilhão Municipal de Santo Tirso) (https://goo.gl/maps/n5U5bEhzGRT2) [41°20'15.9"N 8°28'29.1"W 41.337741, -8.474754]

07:00 – Abertura do Secretariado 10:15 – Encerramento do Secretariado

Nota: Equipas que pretendem fazer o levantamento de todos os dorsais devem informar a organização por e-mail;

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

Informação [Solo Duro]

A organização disponibiliza solo duro do dia 17 para 18 de fevereiro para todos os atletas que o solicitarem.

Localização — Pavilhão Municipal de Santo Tirso) (https://goo.gl/maps/n5U5bEhzGRT2) [41°20'15.9"N 8°28'29.1"W 41.337741, -8.474754]





Informação [Transporte STTC (17km)]

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

07:00 – Abertura do Secretariado

08:45 – Inicio Transporte dos participantes do STTC para local de partida (Em frente ao Pavilhão Municipal https://goo.gl/maps/b3oYJVDPHB72) [41°20'15.9"N 8°28'29.1"W 41.337741, -8.474754]

10:00 – Encerramento do transporte para a partida do STTC.

Nota: A organização não garante lugares para todos os atletas no último autocarro: Horário do 1º autocarro →08:45 Horário do último autocarro →10:00

Informação [Transporte, Duche, Estacionamento]

• <u>Transporte</u> para a partida para todos os atletas inscritos no STTC (17km) [das 08:45 as 10:00]

Início do transporte [Pavilhão Municipal Santo Tirso] → https://goo.gl/maps/vNjRnRvWzPv [41°20'15.9"N 8°28'29.1"W 41.337741, -8.474754]
Início da prova [Carvalhal de Valinhas] → https://goo.gl/maps/vHxzhcdoFBp [41°18'17.0"N 8°27'02.8"W 41.304726, -8.450790]

• <u>Duche</u> (Pavilhão Municipal Santo Tirso) <u>https://goo.gl/maps/vNjRnRvWzPv</u>

Nota: Não é permitido entrar com as sapatilhas usadas na prova no Pavilhão Municipal

 <u>Serviço de almoço</u> no dia 18 Fevereiro (Escola Agrícola) [das 12:15 as 17:30]-> https://goo.gl/maps/qKAPWq4dQ732 [41°20'40.3"N 8°28'15.7"W 41.344538, -8.471017]

Nota: esta senha pode ser adquirida no secretariado do evento; 3,5€

Estacionamento

Opção 1→ Imediações do Pavilhão Municipal Santo Tirso





Opção 2→https://goo.gl/maps/ue81CAYUYM52 [41°20'12.5"N 8°28'37.4"W 41.336817, - 8.477064]



Opção 3→ https://goo.gl/maps/JPooUCABicm [41°20'29.6"N 8°28'19.3"W 41.341556, -8.472028]







Opção 4→ https://goo.gl/maps/Yq2BQdvh2wE2 [41°20'34.9"N 8°28'40.1"W 41.343028, -8.477806]



Opção 5→ https://goo.gl/maps/mGrnnPsTGkS2 [41°20'42.1"N 8°28'19.7"W 41.345025, -8.472149]



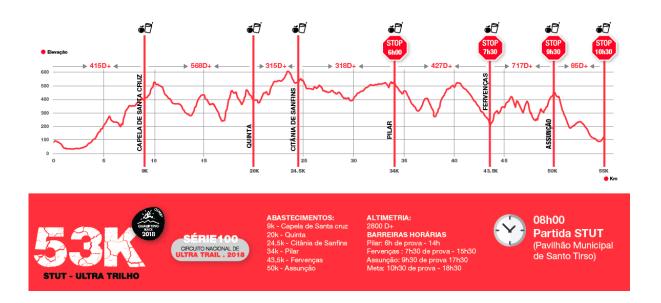




Informação [Mapa/Perfil da Prova]

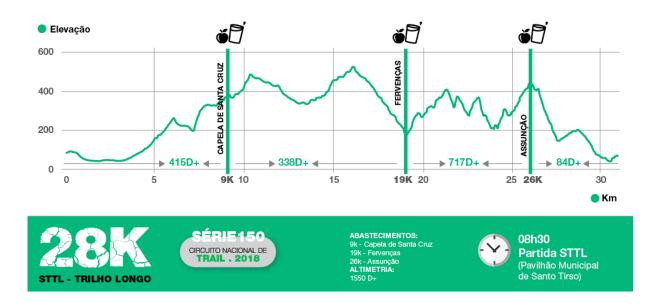
O **STUT** terá início no Pavilhão Municipal de Santo Tirso no **dia 18 Fevereiro 2018 as 8:00**, percorrendo montanhas de Santo Tirso e Paços de Ferreira, num percurso circular de 53 km de distância e aproximadamente 2800 metros de desnível positivo.

O tempo limite para conclusão do STUT é de 10h30, passadas as quais todos os atletas em prova serão retirados do percurso.



O **STTL** terá início no Pavilhão Municipal de Santo Tirso no **dia 18 de Fevereiro 2018 as 8:30**, regressando a este mesmo local ao fim de percorridos 30 km de distância e com um desnível de cerca de 1.550 metros de desnível positivo.

O **STTL** não tem tempo limite.

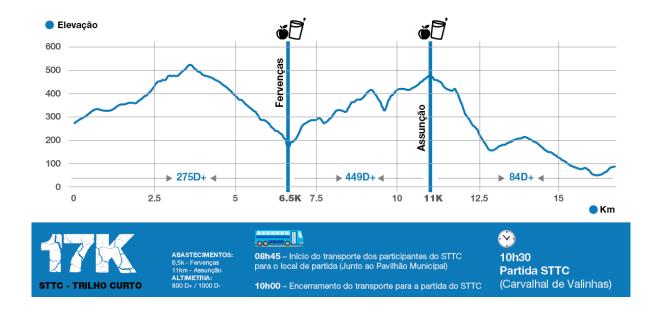






O STTC terá início no Carvalhal de Valinhas no dia 18 de Fevereiro 2017 às 10:30, regressando ao Pavilhão Municipal de Santo Tirso ao fim de percorridos 17 km de distância e com um desnível de cerca de 800 metros de desnível positivo.

O STTC não tem tempo limite.



A Caminhada terá início e fim no Pavilhão Municipal de Santo Tirso no dia 18 de Fevereiro 2018 às 09h30, com uma distância de cerca de 13 km com um desnível de cerca de 420 metros de desnível positivo .



abastecimento 8.5k / 13.5k / 420 D+

O **STTKIDS** vai decorrer no Parque Urbano da Sara Moreira no **dia 17 de Fevereiro 2018 às 15h00**.





Informação [Material obrigatório]

Durante a competição todos os participantes têm de se fazer acompanhar de todo o material obrigatório, poderão existir "controlos-surpresa".

Material Obrigatório	STUT - 53Km	STTL - 28Km	STTL - 17Km
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		
Material Aconselhado			
Luvas e Gorro/Boné			
Calcas compridas a cobrir no mínimo os joelhos			
Frontal com pilhas			

Nota: Informa-se que nos abastecimentos, os líquidos não serão fornecidos através de garrafas nem de copos plásticos. Cada atleta deve levar consigo o(s) recipiente(s) que julguem mais adequados para a sua hidratação (preferencialmente que sirvam também para bebidas quentes).

Informação [Marcações Percurso]

O percurso está marcado com as placas e fitas semelhantes as imagens que se seguem, em certos locais estando acompanhadas de refletores:



















Informação [Locais dos abastecimentos]

Os abastecimentos serão constituídos por sólidos e líquidos para serem consumidos no local:

1º PA – Santa Cruz [https://goo.gl/maps/BqZzKnbG7jJ2] [41°21'01.9"N 8°26'28.9"W 41.336270, -8.438316]

2º PA – Quinta de Roriz [https://goo.gl/maps/g7LgFonpFaP2] [41°20'13.0"N 8°23'23.0"W 41.336944, - 8.389722]

3º PA – Citânia de Sanfins [https://goo.gl/maps/Wa9QZTKp27N2] [41°20'13.0"N 8°23'23.0"W 41.336944, -8.389722]

4º PA – Monte Pilar [https://goo.gl/maps/76RK1ysUWM32] [41°17'28.9"N 8°25'31.7"W 41.291359, -8.425470]

5º PA – Quedas de Fervença [https://goo.gl/maps/RK6D4jh7tKG2] [41°18'01.8"N 8°27'01.5"W 41.300500, -8.450405]

6º PA − N. Sra. Assunção [https://goo.gl/maps/CfrusT7zhsF2] [41°19'30.7"N 8°26'51.3"W 41.325205, -8.447576]

7º PA – Meta [https://goo.gl/maps/VqCAnKgFWjR2] [41°20'15.9"N 8°28'29.1"W 41.337741, -8.474754]

Informação [Como chegar]

COMBOIO

A cidade de Santo Tirso é servida pela linha de comboio Porto / Guimarães, ficando a estação de Santo Tirso a cerca de 1,5km do Pavilhão Municipal.

AUTOCARRO

A central de transportes de Santo Tirso localiza-se a 50 metros do Pavilhão Municipal, permitindo estabelecer ligações rodoviárias com varias cidades.

CARRO

Para viajar de carro para Santo Tirso pode utilizar a autoestrada A3, deve sair ao km 21, no nó de Santo Tirso que fica a cerca de 5 minutos do Pavilhão Municipal.

Em alternativa às autoestradas pode ser utilizada a EN 105 que liga o Porto a Guimarães e passa ao lado da cidade de Santo Tirso.

Através da EN 14 (Porto a Braga), saindo no cruzamento da Trofa para a EN 104, pode chegar à cidade de Santo Tirso que fica a cerca de 8 km.

A EN 104 liga a zona costeira em Vila do Conde (Azurara) a Santo Tirso.



