



NAST

Núcleo Associativo de Santo Tirso

REGULAMENTO

E

PROGRAMA

ATUALIZAÇÃO: 13 Fevereiro 2023

NOVA ATUALIZAÇÃO
Alterações Assinaladas a Cor





ÍNDICE

I. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

1.1 Idade de participação nas diferentes provas	3
1.2 Inscrição regularizada	3
1.3 Condições físicas	3
1.4 Definição possibilidade de ajuda externa	4
1.5 Colocação do dorsal e do chip	4
1.6 Regras de conduta desportiva	4

2. PROVA

2.1 Apresentação da prova / Organização	5
2.2 Programa / Horário	6
2.3 Mapa / Perfil altimétrico / descrição percurso	7
2.4 Tempo limite	7
2.5 Metodologia de controle de tempos	7
2.6 Postos de controle	8
2.7 Locais e abastecimentos	9
2.8 Material obrigatório / verificações de material	10
2.9 Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário ou ferroviário	10
2.10 Penalizações / desclassificações	10
2.11 Responsabilidades perante o atleta / participante	11
2.12 Seguro desportivo	11

3. INSCRIÇÕES

3.1 Processo de inscrição (local, página web. Transferência bancária)	11
3.2 Valores e períodos de inscrição	12
3.3 Condições de devolução do valor de inscrição	12
3.4 Material incluído com a inscrição	12
3.5 Secretariado da prova / horários e locais	13
3.6 Serviços disponibilizados (transporte, duche, etc.)	13

4. CATEGORIAS E PRÉMIOS

4.1 Definição de data, local e hora de entrega de prémios	13
4.2 Definição das categorias etárias / sexo, individuais e equipas	14
4.3 Prazos para reclamação de classificações	14

5. COMUNICAÇÃO

6. DIREITOS DE IMAGEM E PUBLICIDADE

7. RESPONSABILIDADE AMBIENTAL

8. PROTEÇÃO DE DADOS

9. DIVERSOS



1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

1.1. Idade participação diferentes provas

Ultra Trilhos 44km: Ter 18 anos no dia da prova, 19 de Fevereiro de 2023.

Trail Longo 30km: Ter 18 anos no dia da prova, 19 de Fevereiro de 2023.

Trail Curto 18km: Ter 18 anos no dia da prova, 19 de Fevereiro de 2023.

Caminhada 10km: Aberta a todos, sendo que crianças menores de 14 anos têm 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 página 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: <http://bit.ly/3VfkuEy>
- 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 climatéricas (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 2.10.

1.6. Regras conduta desportiva

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

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 2.10.

O comportamento conducente ao respeito do Meio Ambiente deverá ser constante em todos os participantes.

2. PROVA

2.1. Apresentação da prova(s) / Organização

A 8ª 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 nos dias 19 de Fevereiro e 3 de Junho de 2023 em Santo Tirso, sendo constituído por cinco provas:

STUT (Santo Thyrsos Ultra Trilhos) – 44 Km

STTL (Santo Thyrsos Trail Longo) – 30 Km

STTC (Santo Thyrsos Trail Curto) – 18 Km

Caminhada – 10 Km

STTKids (decorrerá no dia 3 de Junho – Comemoração do Dia Mundial da Criança 2023)



O **STUT (Ultra Trail)** terá início na Praça 25 de Abril no **dia 19 Fevereiro 2023 às 8:15**, percorrendo montanhas de Santo Tirso e Paços de Ferreira, num percurso circular de 44 km de distância e aproximadamente 2300 metros de desnível positivo.

O tempo limite para conclusão do STUT é de 08:00, 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 (Trail Longo)** terá início na Praça 25 de Abril no **dia 19 de Fevereiro 2023 às 9:00**, regressando a este mesmo local ao fim de percorridos 30 km de distância e com um desnível de cerca de 1600 metros de desnível positivo.

O **STTL** não tem tempo limite.

O **STTC (Trail Curto)** terá início no Carvalhal de Valinhas, no **dia 19 de Fevereiro 2023 às 09:30**, regressando à Praça 25 de Abril ao fim de percorridos 18 km de distância e com cerca de 750 metros de desnível positivo.

O **STTC** não tem tempo limite.

Depois da partida das provas STUT, STTL e STTC, será a vez dos caminheiros. A Caminhada terá início e fim na Praça 25 de Abril, no **dia 19 de Fevereiro 2023 às 10:00**, com uma distância de cerca de 10 km.

No dia 3 de Junho, 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 em horário a definir.

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 – 18/02/2023

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

18:00 – Encerramento do Secretariado no Pavilhão Municipal.

Domingo – 19/02/2023

Praça 25 de Abril

07:00 – Abertura do Secretariado (Átrio da Câmara Municipal de Santo Tirso)

07:30 – Início do transporte dos participantes do STTC para o local de partida – Carvalhal de Valinhas;

08:15 – Partida STUT – Santo Thyrsos Ultra Trilhos 44Km

9:00 - Partida STTL – Santo Thyrsos Trail Longo 30Km;

09:00 – Encerramento do transporte dos participantes do STTC para o local de partida – Carv. de Valinhas;

09:30 – Partida STTC – Santo Thyrsos Trail Curto 18Km no Carvalhal de Valinhas;

10:00 – Início da Caminhada;

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

12:00 – Previsão de chegada do primeiro atleta do STTL;

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

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

15:00 - Cerimónia protocolar de entrega prémios do STTL;

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

17:30 – Encerramento da Meta;

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. Mapa/ Perfil altimétrico/ descrição percurso

Os percursos do STUT-Santo Thyrso 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 localidades 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.

2.4. Tempo limite

O STUT tem como tempo limite para a sua conclusão 08:00 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, conseqüentemente, 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.

2.5. 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.



2.6. Postos de controle

Os postos de controle 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 controle e abastecimentos.

Os abandonos devem ser feitos somente nos postos de controle/abastecimentos, exceto nos casos em que o atleta se encontre imobilizado e não consegue alcançar um posto de controle, 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 controle / 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.



2.7. 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 – Santa Cruz (Longo e Ultra)

2º PA – Citânia de Sanfins (Ultra)

3º PA – Pilar (Ultra)

4º PA – Carvalhal de Valinhas (Curto, Longo e Ultra)

5º PA – Nossa Senhora D’Assunção (Curto, Longo e Ultra)

6º PA – Meta (Controlo – Tapete) (Curto, Longo e Ultra)

2.8. 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 2.10.

A organização não ira disponibilizar copos nos abastecimentos.

Material Obrigatório	STUT –44Km	STTL - 30Km	STTC - 18Km
Mochila ou equipamento similar	X		
Casaco corta-vento ou impermeável	X		
Manta térmica	X	X	X
Depósito de água ou equivalente	X		
Copo com 15cl de capacidade	X		
Telemóvel operacional	X	X	X
Apito	X	X	X

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



2.9. 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 localidades 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.

2.10. 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:

Incumprimentos	Penalizações
Falta de um ou mais itens descritos como material obrigatório (art.º 2.9)	1 Hora
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.

2.11. 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.

2.12. 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. O pagamento da franquia do seguro, em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade dos atletas. A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro.

3. INSCRIÇÕES

3.1. Processo inscrição (local, página web, transferência bancária)

As inscrições devem ser feitas de acordo com o prazo apresentado na tabela e através da Internet em 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 ato 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 17 de Dezembro 2022 até 12 de Fevereiro 2023 (caso não estejam esgotadas).

Valores e período das inscrições.

Prova	Ate 22 de Janeiro 2023	Ate 12 de Fevereiro 2023
STUT – 44 Km	25.00€	30.00€
STTL – 30 Km	20.00€	25.00€
STTC – 18 Km	15.00€	20.00€
Caminhada – 10 Km	7.00€	7.00€
STUT Kids	Grátis	Grátis



3.3. Condições devolução do valor de inscrição

Após o dia 12 de Fevereiro 2023, 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 dia 5 de Fevereiro de 2023, 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, não serão aceites desistências por telefone.

Se o evento for cancelado por razões alheias à 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

- Lembranças;
- Dorsal;
- Prémio de chegada (Finisher), para os participantes no STUT, STTL e STTC;
- Seguro de Acidentes Pessoais e Responsabilidade Civil;
- Reforço no final.

3.5. Secretariado da prova/ horários e locais

O secretariado estará aberto no dia 18 de Fevereiro, das 11:00 às 18:00 horas (STUT, STTL e STTC) no Pavilhão Municipal.

Entrega dorsais STTKids serão no **dia 3 de Junho**, em horário a definir, no local da partida no Parque Urbano Sara Moreira.

No dia 19 de Fevereiro das 07:00 às 09:00 horas (STUT, STTL e STTC), até às 09:50 para a caminhada no Atrio da Câmara 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 da Praça 25 de Abril para a partida para todos os atletas inscritos no STTC.
- Transporte para a chegada, em caso de o atleta abandonar a prova ou ser impedido pela organização de continuar;
- Duche nos Balneários do Pavilhão Municipal;
- Abastecimentos sólidos e líquidos durante e final da prova;

4. CATEGORIAS E PRÉMIOS

4.1. Definição data, local e hora entrega prémios

A entrega de prémios terá lugar no Domingo dia 19 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 5 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**.



4.2. Definição das categorias etárias/ sexo individuais e equipas

Os escalões são definidos em função dos dados disponibilizados pelos atletas no ato da inscrição, e tendo como referência a idade que terá entre o dia 1 de Novembro de 2022 e 31 de Outubro de 2023.

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

Categorias:

- Sub23 M/F – Entre os 18 e 22 anos
- Senior M/F – Entre os 23 e 34 anos
- Vet. M35/F35 – Entre os 35 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.

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 projeto 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

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.