



NAST



SANTO TIRSO
CÂMARA MUNICIPAL



SANTO THYRSO
ULTRA
TRILHOS



11^a
EDICAO
2026

14/15
FEV
2026

Inscrições em:

[STUT.NAS1.PT](https://stut.nas1.pt)

REGULAMENTO



NAST

ÍNDICE

- 1 Condições de participação
 - 1.1.Idade de participação nas diferentes provas
 - 1.2.Inscrição regularizada
 - 1.3.Condições físicas
 - 1.4.Possibilidade de ajuda externa
 - 1.5.Colocação do dorsal
 1. 6.Regras de conduta desportiva
2. Prova
 - 2.1.Apresentação da prova / Organização
 - 2.2.Programa
 - 2.3.Mapa / Perfil altimétrico / descrição de percursos
 - 2.4.Tempo limite
 - 2.5.Metodologia de controle de tempos
 - 2.6.Postos de controle
 - 2.7.Locais dos abastecimentos
 - 2.8.Material Obrigatório/recomendado / verificação de material
 - 2.9.Passagem de locais com tráfego rodoviário ou ferroviário
 - 2.10. Penalizações / desclassificações
 - 2.11. Responsabilidades perante o atleta / participante
 - 2.12. Seguro desportivo
3. Inscrições
 - 3.1.Processo de inscrição (local, página web, transferência bancária)
 - 3.1.1. Fatura
 - 3.2.Valores e períodos de inscrição
 - 3.3.Condições de devolução do valor de inscrição
 - 3.4.Material incluído com a inscrição
 - 3.5.Secretariado da prova / horários e locais
 - 3.6.Serviços disponibilizados (Transportes de recolha, abastecimentos, duche, etc.)
4. Categorias e prémios
 - 4.1.Definição de data, local e hora de entrega de prémios
 - 4.2.Definição das categorias etárias / sexo, individuais e equipas
 - 4.3.Prazos para reclamações de classificações
5. Comunicação
6. Direitos de imagem e publicidade
7. Responsabilidade ambiental
8. Proteção de dados
9. Diversos



1. Condições de participação

1.1 Idade de participação nas diferentes provas

Provas	Idade mínima
STUT - 44 Km's	18 Anos
STTL - 32 Km's	
STTC - 18 Km's	
Caminhada - 10 Km's	<u>Aberta a todos</u> , sendo que crianças menores a 14 anos têm de ser acompanhadas por adultos
STTKids	5 Anos*

* Trail Kids: 14 de fevereiro de 2026: para crianças dos 5 aos 17 anos, sendo obrigatório o preenchimento e entrega no secretariado a autorização do encarregado de educação que poderá ser descarregado na página do evento.

* Local Kids: Parque Urbano de Geão.

* Distâncias podem sofrer alterações.

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 a ultrapassar estes problemas e que tal depende principalmente da sua capacidade em adaptar-se às situações problemáticas decorrentes deste tipo de competição.

1.4 Possibilidade de ajuda externa

O apoio aos atletas por elementos externos à organização só é permitido junto dos abastecimentos. 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 do dorsal

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

Em caso de desistência, desclassificação ou barramento horário o atleta é obrigado a comunicar à organização que por sua vez irá retirar o chip do dorsal.

O nome e o logótipo dos patrocinadores não podem ser modificados ou escondidos. O incumprimento destas regras acarreta a penalização prevista no artigo 2.10.

1.6 Regras de 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 contactem 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 11ª Edição do STUT-Santo Thyrsos Ultra Trilhos é uma prova de trail, organizada pelo NAST – Núcleo Associativo de Santo Tirso e Câmara Municipal de Santo Tirso, que se desenvolve pelos montes circundantes dos concelhos de Santo Tirso e Paços de Ferreira e 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 ATRP

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 14 e 15 de fevereiro de 2026 em Santo Tirso, sendo constituído por cinco provas:

	Local Partida	Hora Partida	Distância	Desnível	Limite Máximo para conclusão da prova
Ultra	*a definir	8h30	44 km	2300 m	9H*
Longo	*a definir	9h00	32 km	1600 m	8H30*
Curto	*a definir	9h30	18 km	800 m	7H*
Caminhada	*a definir	9h40	10 km		6H50*
STUT Kids	Dia 14 de fevereiro – Parque Urbano de Geão				

*O tempo limite para conclusão do STUT é definido na tabela anterior sendo que, 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.

A distância de todas as provas é meramente informativa, uma vez que poderá ser alvo de retificação.

No dia 14 de fevereiro, Sábado, será dedicado às crianças. Também elas terão a oportunidade de correr pelos caminhos de Santo Tirso. O **STUT KIDS** será de inscrição gratuita, mas obrigatória, e vai decorrer no Parque Urbano de Geão, com início **às 15:00 horas**.

As crianças (dos 5 aos 17 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 17 anos – 2000 metros

2.2 Programa

- **Sábado – 14/02/2026**

14:00 – Abertura do secretariado Stut Kids (Parque Urbano de Geão)

15:00 – Início do Stut Kids (Parque Urbano de Geão)

10:00 / 12:30 e 14:00 / 20:00 – Secretariado (STUT, STTL, STTC – Sala de Imprensa do Pavilhão Desportivo Municipal).



- **Domingo – 15/02/2026**

07:00 / 09:20 – Secretariado (Sala de Imprensa do Pavilhão Desportivo Municipal)
08:30 – Partida STUT – Santo Thyrsos Ultra Trilhos 44km;
09:00 – Partida STTL – Santo Thyrsos Trail Longo 32Km;
09:30 – Partida STTC – Santo Thyrsos Trail Curto 18Km;
09:40 – 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;
15:30 – Cerimónia protocolar de entrega de prémios do STUT;
17:30 – Encerramento da Meta;

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 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 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 100 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 09:00 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, consequentemente, desclassificados.

Qualquer participante excluído da prova e que deseje continuar, só poderá fazê-lo comunicando à organização que por sua vez irá retirar o chip do 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 de chip que o atleta tem de validar em cada um dos postos de controlo.

2.6 Postos de controle

Os postos de controlo são pontos obrigatórios de passagem e estão localizados em zonas delineadas 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, exceto 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.

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 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.

	PA 1	PA 2	PA 3	PA 4	PA 5
STTC – 18K	Sim				Sim
STTL – 32K	Sim		Sim	Sim	Sim
STUT – 44K	Sim	Sim	Sim	Sim	Sim



2.8 Material obrigatório/ recomendado / 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.

Material Obrigatório	STUT - Ultra	STTL - Longo	STTC - Curto
Manta Térmica	x	x	x
Telemóvel Operacional	x	x	x
Apito	x	x	x
Material Recomendado			
Corta Vento / Impermeável	x	x	x
Depósito de Água	x	x	x
Luvras e Gorro / Boné	x	x	x
Frontal	x	x	x
Copo Dobrável	x	x	x

*A organização não irá disponibilizar copos nos abastecimentos.

2.9 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 2.8)	1 Hora
Não cumprir o percurso estipulado	Desclassificado
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
Retirar sinalização do percurso	Desclassificado
Perda do Chip	Desclassificado
Abandonar a prova sem avisar a organização	Desclassificado
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 Thyrsos 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/ou outros participantes de qualquer responsabilidade com os mesmos e seus herdeiros, em tudo o que exceda a cobertura das suas responsabilidades e 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 no prazo de 48:00 horas depois do dia do evento para ativar o seguro.

3. Inscrições

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

As inscrições devem ser feitas de acordo com o prazo apresentado na tabela e através da plataforma stop and go.

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.

3.1.1 Faturas

Alertamos todos os atletas das regras de faturação, quem desejar NIF na fatura deve indicar no ato da inscrição. Após 72h do pagamento, a organização não pode efetuar alterações às faturas.

3.2 Valores e períodos de inscrição

O período de inscrições decorre de 26 de Setembro de 2025 até 8 de fevereiro de 2026 (caso não estejam esgotadas). Após esta data poderão ser aceites inscrições, caso não estejam esgotadas, mas não garantimos o kit completo individual.

Prova	Até 5 de Janeiro 2026	Até 8 de Fevereiro 2026
STUT	35.00€	40.00€
STTL	27.00€	32.00€
STTC	17.00€	20.00€
Caminhada	10.00€	12.00€
STUT Kids	Grátis	Grátis

3.3 Condições devolução do valor de inscrição

Após o dia 8 de fevereiro 2026, 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 á 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 8 de fevereiro de 2026, 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 á 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;
- Medalha de finisher, para os participantes no STUT, STTL, STTC e STUT Kids caso conclua a prova
- Seguro de Acidentes Pessoais e Responsabilidade Civil; - Outras lembranças mediante o que a organização conseguir; - Reforço no final.

3.5 Secretariado da prova/ horários e locais

O secretariado estará aberto no dia 14 de fevereiro de 2026, das 10:00 / 12:30 e das 14:00 / 20:00 horas (STUT, STTL, STTC e Caminhada), na Sala de Imprensa do Pavilhão Desportivo Municipal.

Entrega dorsais STUT Kids será no **dia 14 de fevereiro de 2025**, a partir das 14:00, no Parque Urbano de Geão, onde a prova decorrerá.

No dia 15 de fevereiro de 2026, das 07:00 às 09:00 horas (STUT, STTL e STTC), até às 09:20 para a caminhada na Sala de Imprensa do Pavilhão Desportivo Municipal. Todos os atletas devem fazer-se acompanhar do Documento de identificação;

3.6 Serviços disponibilizados (transportes de recolha, abastecimentos, duche, etc)

- 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 15 de fevereiro de 2026 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 trofeus, 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**.

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 2025 e 31 de outubro de 2026.

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

Categorias:

- Sub23 M/F – Entre os 18 e 22 anos
- Sénior M/F – Entre os 23 e 34 anos
- Vet. M35/F35 – Entre os 35 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 após 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.myatrp.pt> e/ou 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. Responsabilidade 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. Proteção 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.