



**CUTS²⁰
25**

REGULAMENTO

SÃO NICOLAU TRAIL

1. ORGANIZAÇÃO

O **São Nicolau Trail 2025 (SNT)** é um evento desportivo e turístico de aventura em formato de **trail running**, registado na **ITRA (International Trail Running Association)** e pontuável para o **UTMB Index**, organizado pela **In Totum Lda**, promovido pelo **Instituto do Desporto e Juventude (IDJ)** e pelo **Instituto de Turismo de Cabo Verde (ITCV)**, com o apoio do **Ministério do Turismo e Transportes**, do **Ministério da Agricultura e Ambiente**, da **Direção Nacional do Ambiente** e das **Câmaras Municipais da Ilha de São Nicolau (Tarrafal e Ribeira Brava)**.

Conta com o patrocínio de **ALOU, Caixa Económica, Cabo Verde Airlines, ASA** e **Alto Patrocínio do Governo de Cabo Verde**.

2. INFORMAÇÕES GERAIS DO EVENTO

Item	Informação
Nome	São Nicolau Trail 2025
Data	8 de novembro de 2025
Ilha	São Nicolau
Locais	Municípios de Tarrafal e Ribeira Brava
Pontuação	Série 150 do CVTS 2025
Certificação	Registado na ITRA e pontuável para o UTMB Index

3. PROGRAMA

8 de novembro de 2025 (sábado)

- Kids Trail
- Caminhada
- Trail Jovem / Mini Trail
- Trail Curto
- Trail Longo
- Cerimónia de consagração

Nota: o programa poderá ser ajustado por motivos técnicos, meteorológicos ou de segurança.

4. PROVAS

Modalidade	Distância aproximada	Desnível positivo	Tipo
Trail Longo	~30,5 km	+1.990 m	Competitiva
Trail Curto	~16,2 km	+897 m	Competitiva

Mini-Trail / Caminhada / Jovem Trail	~8,4 km	-	Recreativa
---	---------	---	------------

Todos os percursos podem sofrer alterações por motivos técnicos, ambientais ou de segurança.

5. TEMPOS LIMITE

Prova	Tempo limite
Trail Longo	5h00
Trail Curto	3h00
Caminhada / Mini Trail	Sem limite oficial (atividade recreativa)

6. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

Aberta a atletas de qualquer nacionalidade, sem distinção de género, dentro dos escalões etários definidos e com preparação física adequada.

Escalão	Idade	Distância máxima permitida
Juvenis	16-17 anos	até 15 km
Juniores	18-19 anos	até 25 km
Adultos	20+ anos	qualquer distância
Menores (Caminhada)	—	Apenas com autorização ou acompanhante responsável

A organização não se responsabiliza pela condição física dos atletas.

7. INSCRIÇÕES

- As inscrições são **pessoais e intransmissíveis** e efetuadas exclusivamente na plataforma **Stopandgo**.
- **Encerramento das inscrições:** 3 de novembro de 2025, às 10h00.
- **Alterações possíveis:** até 1 de novembro de 2025.
- Não haverá entrega de dorsal no dia da prova.

A inscrição implica aceitação integral do presente regulamento e do **Regulamento Geral do CVTS 2025**.

8. VALORES E PRAZOS

Atividade	Valor (€)	Valor (ECV)
Caminhada	25 €	2.750 ECV
Trail Curto	50 €	5.500 ECV
Trail Longo	75 €	8.250 ECV
Trail Jovem / Kids Trail	Gratuito	Gratuito

Atletas cabo-verdianos residentes poderão solicitar **voucher gratuito** junto da organização.

Não há devoluções, salvo cancelamento da prova por motivo imputável à organização.

9. MATERIAL

Obrigatório:

- Mochila ou recipiente com capacidade mínima de 1.500 ml
- Reserva de alimentos
- Telemóvel ativo
- Chapéu

Recomendado:

- Manta térmica
 - Recipiente adicional (não há copos nos PACs)
-

10. CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

- **Classificações gerais:** Trail Longo, Trail Curto e Trail Jovem
 - **Categorias (M/F):** Sub18, Sub23, Sénior, M/F35, M/F45, M/F55
 - **Prémios:** troféus e prémios monetários para os melhores classificados (valores a anunciar).
 - **Atividades recreativas:** Caminhada e Kids Trail sem classificação.
-



10.1 Pagamento de Prémios

1. **Forma de pagamento:**
Os prémios monetários serão pagos **exclusivamente por transferência bancária**.
2. **Documentação obrigatória:**
Os atletas premiados devem enviar à organização:
 - Nome completo;

- Número de Identificação Fiscal (NIF);
 - IBAN e titularidade da conta;
 - Fatura/recibo válido.
3. **Prazo para envio e pagamento:**
A documentação deve ser enviada **no prazo máximo de 90 (noventa) dias após a prova**.
O pagamento será efetuado **até 90 dias após a data da prova**, mediante validação da documentação.
4. **Perda de direito ao prémio:**
A falta de envio ou envio incompleto/inválido da documentação implica **perda automática do direito ao prémio**.
5. **Moeda e encargos:**
Os pagamentos poderão ser realizados em **escudos cabo-verdianos (ECV) ou euros (€)**.
Quaisquer encargos bancários internacionais serão suportados pelo beneficiário.
-

11. PONTUAÇÃO CVTS

O SNT 2025 integra o circuito **Cabo Verde Trail Series (CVTS)** como **prova Série 150**.

Fórmula de pontuação: $(\text{Tempo vencedor} / \text{Tempo atleta}) \times 150$

Acresce **bónus de competitividade** conforme tabela oficial do CVTS (1º = 50 pts; 2º = 45 pts; ... 10º = 5 pts).

12. PENALIZAÇÕES E DESCLASSIFICAÇÕES

Infração	Penalização
Dorsal não visível	+10 min
Perda do dorsal	+30 min
Poluição ou conduta antidesportiva	Desclassificação
Atalhos / não seguir percurso sinalizado	Desclassificação

13. APOIOS À MOBILIDADE

Atletas nacionais não residentes na ilha de São Nicolau terão acesso a **apoios de alojamento, alimentação e transferes**, mediante critérios a publicar em www.caboverdetrailseries.com, em parceria com o IDJ e as Câmaras Municipais locais.

14. OUTRAS DISPOSIÇÕES

- **Seguro desportivo:** não obrigatório, mas recomendado.
 - **Abandono:** deverá ocorrer preferencialmente num posto de controlo (PAC), com entrega do dorsal.
 - **Responsabilidade ambiental:** cada atleta é responsável por transportar os seus resíduos até um ponto de recolha.
 - **Direitos de imagem:** a participação implica autorização gratuita para uso da imagem, salvo notificação prévia por escrito.
 - **Sinalização:** percursos marcados com fitas, setas e marcações horizontais.
 - **Informações adicionais:** geral@intotum.pt
-

15. INTEGRAÇÃO NO REGULAMENTO CVTS 2025

O **São Nicolau Trail 2025** é parte integrante do **Cabo Verde Trail Series (CVTS)**. Em caso de omissão ou conflito, prevalecem as disposições do **Regulamento Geral do CVTS 2025**.

Versão Final – Outubro de 2025

Harmonizada com o Regulamento Geral do CVTS 2025

Aprovada pela Organização do Cabo Verde Trail Series