



CABO VERDE  
TRAIL SERIES

8200

8400

# CUTS<sup>20</sup> 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         | <b>8 de novembro de 2025</b>                    |
| Ilha         | São Nicolau                                     |
| Locais       | Municípios de Tarrafal e Ribeira Brava          |
| Pontuação    | <b>Série 150 do CVTS 2025</b>                   |
| 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        |
|--------------------|----------------------|-------------------|-------------|
| <b>Trail Longo</b> | ~30,5 km             | +1.990 m          | Competitiva |
| <b>Trail Curto</b> | ~16,2 km             | +897 m            | Competitiva |

|                                             |         |   |            |
|---------------------------------------------|---------|---|------------|
| <b>Mini-Trail / Caminhada / Jovem Trail</b> | ~8,4 km | - | Recreativa |
|---------------------------------------------|---------|---|------------|

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

## 5. TEMPOS LIMITE

| Prova                         | Tempo limite                              |
|-------------------------------|-------------------------------------------|
| <b>Trail Longo</b>            | 5h00                                      |
| <b>Trail Curto</b>            | 3h00                                      |
| <b>Caminhada / Mini Trail</b> | 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) |
|---------------------------------|-----------|-------------|
| <b>Caminhada</b>                | 25 €      | 2.750 ECV   |
| <b>Trail Curto</b>              | 50 €      | 5.500 ECV   |
| <b>Trail Longo</b>              | 75 €      | 8.250 ECV   |
| <b>Trail Jovem / Kids Trail</b> | 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:** (Tempo vencedor / Tempo atleta) × 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      |
|-------------------------------------------------|------------------|
| <b>Dorsal não visível</b>                       | +10 min          |
| <b>Perda do dorsal</b>                          | +30 min          |
| <b>Poluição ou conduta antidesportiva</b>       | Desclassificação |
| <b>Atalhos / não seguir percurso sinalizado</b> | 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](http://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