



## Evento de amigos



Encontro Nacional | Tomar

**Notícias do GDST** é uma publicação do Grupo Desportivo Santander Totta, tendo como objectivos informar os associados, especialmente os reformados, sobre as iniciativas relevantes realizadas e a realizar e ainda a promover a sua participação nas atividades

nesta edição



4

## Social

Encontro de Tomar é para recordar



13

## Lazer

Circo de Natal

**SERVIÇOS ADMINISTRATIVOS**  
Horário das 8:30 às 16:30 horas

**Sede Geral**

218 453 560 | geral@gdst.pt

**José Carlos Coelho**

218 453 564 | 65 626 14

josecoelho@gdst.pt

**Paula Manique**

218 453 565 | 65 626 15

paulamanique@gdst.pt

**Cândida Barreiros**

218 453 560 | 65 626 25

candidabarreiros@gdst.pt

**Delegação Norte**

delegacaonorte@gdst.pt

**Joaquim Sousa**

226 002 894

joaquimsousa@gdst.pt

**Paula Bastos**

226 002 894

paulabastos@gdst.pt

**Desporto** 17  
Equipa de Trail  
vence cross de Belas



A Direcção do Grupo Desportivo e todos os que participam na elaboração da Revista desejam a todos os associados e leitores uma quadra festiva muito feliz e um excelente 2023.

### Ficha Técnica

**Propriedade:** Grupo Desportivo Santander Totta | Rua General Firmino Miguel, 12, Loja B | 1600-300 Lisboa | Tel.: 21.8453560 | geral@gdst.pt | NPC 507270975 | www.gdst.pt **Diretor:** Hilário Selidónio **Conselho Editorial:** Mário Rui Costa, António Cardoso, João Correia, Vitor Cândido Pereira, António Bicho, José Vicente, Vitor Manuel Pereira, Silvério Correia, Carlos Pereira **Editor:** Rui Santos **Delegações:** Norte | Rua 5 de Outubro, 310 | 4100-172 Porto | Tel./Fax: 226 002 894 | delegacaonorte@gdst.pt **Centro** | Rua Simões de Castro, 147 A/B 1.º | 3000 Coimbra | Tel.: 239 827 494 | delegacaocentro@gdst.pt **Alentejo** | delegacaoalentejo@gdst.pt **Algarve** | delegacaoalgarve@gdst.pt **Madeira** | delegacaomadeira@gdst.pt **Açores** | delegacaoacores@gdst.pt **Distribuição** | Serviços Administrativos GDST **Execução gráfica** | xis e érrre, lda. | xer@netcabo.pt **Tiragem** | 8.300 exemplares **Preço** | exemplar 0,40€ **Periodicidade** | Trimestral **Depósito legal** | 243341/06



Mário Rui Costa  
Presidente

Fizemos acontecer

## Encontro Nacional Tomar 2022 – Um sucesso!

Realizámos, em 7, 8 e 9 outubro passado, o XIV Encontro Nacional do Grupo Desportivo.

Trata-se de um evento com larga história e tradição da nossa associação onde, ao longo de muitos anos, várias gerações de trabalhadores partilharam experiências desportivas, culturais e de lazer e que sempre foi encarado como um espaço de sã convivência e local de encontro de muitos e bons amigos!

Pelos motivos acima elencados foi decidido, desde a primeira hora desta nova equipa diretiva, que a retoma deste evento era pedra basilar da nossa estratégia e planeamento. Se assim o pensámos depressa o colocámos em cima da mesa e começámos o trabalho organizativo.

Após análise de várias localizações, a cidade escolhida foi Tomar, terra de boa gente, boa gastronomia e com uma oferta cultural, recreativa e de lazer diversificada e interessante.

Depois de termos o destino escolhido, deu-se início ao complicado e complexo processo de escolha de unidades hoteleiras, marcação de todas as atividades desportivas e ainda de itinerários para que a cultura e lazer se encaixassem também no Encontro Nacional.

Tenho que realçar o excelente trabalho de todos os que me acompanham na direção, sem exceção, cada um com funções definidas e que, no seu conjunto, nos levaram a um resultado muito satisfatório.

Uma palavra para os nossos serviços administrativos, que nos acompanharam e que foram também fundamentais para o sucesso de Encontro.

E este sucesso tem números, conseguimos em tempo praticamente recorde organizar, orientar e estruturar um evento com cerca de 400 pessoas, entre sócios e seus agregados familiares.

Iniciámos o Encontro com a receção aos participantes no Hotel dos Templários, com a oferta de alguns brindes habituais e um produto local, que consistiu no mel daquela zona do país, que foi do agrado geral, dada a sua excelente qualidade.

Ainda no dia 7 realizámos o jantar de abertura no hotel, onde tivemos dois momentos musicais, iniciando com um grupo local de danças, enquanto decorria um pequeno cocktail e, durante a refeição, fomos acompanhados por um artista local que muito animou a cerimónia.

Arrancámos o dia seguinte, sábado, com a concentração no átrio do hotel dos cerca de 70 participantes no passeio programado, com visitas ao castelo de Ourém, Fátima, Grutas de Mira de Aire e Centro Interpretativo da Batalha de Aljubarrota.

No mesmo dia conseguimos encaixar e disputar todas as modalidades desportivas programadas, onde movimentámos, nas diversas iniciativas, cerca de 160 pessoas.

O domingo, dia final do Encontro, iniciou-se com a visita ao Convento de Cristo, em Tomar, que foi também do agrado geral.

Para finalizar em grande estilo, o almoço de encerramento e entrega de prémios foi realizado na Quinta do Falcão, local com excelentes condições e que valorizou muito o nosso convívio.

Não posso deixar de agradecer, em meu nome e em nome de toda a Direção do Grupo Desportivo, os inúmeros elogios que nos foram endereçados e os vários agradecimentos que nos dirigiram praticamente todos os participantes.

Fica a nossa garantia de que tudo iremos fazer para que o certame, em 2023, seja também um sucesso e que possamos ter mais sócios a acompanhar-nos nessa atividade.

Já estamos a trabalhar nesse sentido, aguardem novidades.

Participem na vida do Grupo Desportivo, pratiquem desporto, adiram às nossas atividades culturais e de lazer, coloquem-nos questões e sugestões, o Grupo Desportivo só faz sentido se os sócios se envolverem e participarem.

Vamos a isso?  
Contamos com todos! Todos contamos!

Mário  
Rui  
Costa

# Encontro de Tomar é para recordar

A Direção do Grupo Desportivo tomou posse em fins de março e desde logo pôs mãos à obra, na concretização de uma iniciativa considerada como prioritária no seu programa de ação, a renovação da realização do Encontro Nacional dos associados do GDST.

O mês de setembro foi de trabalho intenso neste âmbito mas, agora que o Encontro se concretizou, com pleno êxito, é tempo de balanço e de reflexão, com todos os que participaram na organização do evento a ficarem com a garantia de que valeu a pena

Rui Santos



O 7 de outubro foi de trabalho ainda mais intenso, com a realização dos últimos preparativos para o Encontro.

E, para esse evento, tudo começou por volta das 16.30 horas, quando os autocarros começaram a chegar à Sede do GDST, em Lisboa, para transportar a maioria dos participantes. Isto porque alguns outros optaram pelo transporte próprio.

A essa hora, já o Hotel dos Templários, em Tomar, estava preparado para receber os participantes no Encontro, com os



primeiros, os idos de Lisboa, a chegarem pouco depois das 18 horas e os do Porto 90 minutos depois, porque a viagem foi bem mais longa.

Seguiu-se a acomodação na quase totalidade dos 171 quartos do hotel e, ainda, em duas unidades hoteleiras da região, uma vez que o número de participantes ultrapassou a capacidade do hotel que nos recebeu.



Por volta das 20 horas e no átrio do hotel, teve lugar a primeira concentração dos participantes, para uma bebida de boas vindas, antecipando o jantar de abertura do Encontro. Mas, ainda antes, todos puderam assistir a uma exibição das meninas do "Sellim", um grupo de quinze jovens e menos jovens executantes primorosas de danças celtas, do tempo dos Templários.

Já no jantar, Mário Rui Costa, o Presidente da Direção do Grupo Desportivo, fez questão de saudar os presentes e desejar que o Encontro pudesse constituir uma boa recordação e um salutar convívio para todos os participantes.

Terminada a refeição, foi tempo de alguns recolherem aos seus aposentos e outros ficarem em animada cavaqueira, enquanto o sono não chegava. ●



## Desporto e cultura ocuparam o dia

Hilário Selidónio e Rui Santos

O sábado começou bem cedo para a maioria dos participantes, já que uns viram o seu dia ocupado com uma visita cultural, enquanto outros se preparavam para dar o seu melhor nas provas desportivas para as quais se tinham inscrito.

Foram mais de sessenta os participantes na visita cultural, que começou com a subida ao castelo de Ourém e continuou depois para o Santuário de Fátima, seguindo-se um tempo para o almoço, a anteceder a visita às grutas de Mira d'Aire e à Batalha, tendo a visita guiada finalizado no Centro Interpretativo da Batalha de Aljubarrota, seguindo-se o regresso ao hotel, com a sensação geral de que o dia tinha sido aproveitado da melhor maneira.

Também a parte desportiva foi bem recheada, para os participantes nas diversas modalidades e para a equipa de reporta-

gem desta revista que tentou estar na maioria das provas e que era formada por Hilário Selidónio, o diretor da revista, Ricardo Nogueira, o fotógrafo que ilustra a reportagem, e Rui Santos, que passa às páginas parte daquilo que pôde observar.

Não foi tarefa fácil cobrir com reportagem as onze provas desportivas do programa do dia. Bem cedo, mas com uma manhã bem agradável, começou a prova de pesca de rio, nas águas do Nabão, num local bem perto do mercado municipal, o que motivou algumas piadas, com alguns a admitirem que os menos sortudos na pesca poderiam ir ao mercado para ali comprar alguns exemplares e aumentar a sua pontuação...

Seguiu-se o futsal, com um jogo no Pavilhão D. Nuno Álvares Pereira, entre equipas de Lisboa e de Coimbra, os primeiros a alinharem de vermelho e os do centro de rosa. O jogo foi disputado de forma aguerrida e competitiva, mas sempre nos limites



## dos participantes

do fair play que se exige e terminou com triunfo dos lisboetas.

Os jogos de ténis de mesa tiveram lugar nas excelentes instalações do Clube de Ténis de Tomar. E decorreram sempre em ambiente de são desportivismo, com o pensamento no jogo pelo jogo e acima do resultado.

Os jogos de ténis decorreram nas instalações desportivas do hotel e com o mesmo espírito, mas com destaque para as excelentes “puxadas” de Jorge Guapo, um dos nossos veteranos da modalidade.

A prova de tiro aos pratos decorreu nos arredores da cidade, no campo de tiro da Marcol e contou com a participação de oito atiradores. No silêncio do vale, só o barulho dos disparos se fazia sentir, sendo até mais intenso que um concerto de música pop.

Só depois, já na parte da tarde, foi possível a reportagem chegar às instalações do Ribagolf, na zona de Alcochete, onde de-

corria a prova da modalidade desde as oito e meia da manhã e que se prolongou até ao início da tarde e na qual participaram vinte atletas.

Houve ainda tempo para a deslocação ao Estádio Municipal de Tomar – onde Eusébio jogou no final dos anos setenta pela equipa local do União – para acompanhar alguns minutos do jogo entre a equipa do nosso Grupo Desportivo e a dos “Tomar Kopos.

Ao intervalo, já a nossa equipa vencia por 2-0, mas viria a aproveitar a etapa complementar para ampliar a vantagem, até chegar à goleada, com cinco golos sem resposta.

O programa desportivo do dia completou-se com provas de “trail” em Alpiarça, de “karting” em Leiria, e do “encontro Motard”, que teve lugar no Castelo de Bode, para além de uma prova noturna de atletismo e de uma caminhada nas ruas da cidade e que contou com a presença de muitos participantes no Encontro. ●

# Encontro Nacional termina em



Hilário Selidónio

O segundo dia do Encontro, e no rescaldo de um sábado cheio de atividades e de desporto, iniciou-se com uma visita ao Convento de Cristo, uma visita bem organizada e que foi do agrado geral dos participantes.

Para os restantes e após a saída do hotel, era tempo de rumar à Quinta do Falcão, propriedade do cavaleiro Rui Salvador, onde decorreria o almoço de encerramento deste Encontro.

A quinta revela um espaço bem tratado e agradável, com condições para acomodar as viaturas, e houve também a possibilidade de visitar e interagir com diversos animais da quinta.

À chegada, os participantes foram encaminhados para um recinto onde decorreu um excelente espetáculo de volteio a cavalo e atuação de dançarinas sevilhanas, que a todos inundoou nesta tão peculiar atmosfera da arte equestre e da cultura flamenca. Um espetáculo de rara beleza, dinâmico e cativante para todos os que tiveram o privilégio de assistir, e que agradou a toda a plateia, culminando com a participação de vários convidados numa coreografia de dança, num singular momento de convívio.

A beleza do espetáculo proporcionado por Rui Salvador e pelos seus cavaleiros cativou toda a assistência. Suportado numa música de fundo empolgante os seis cavaleiros propor-



# festa



cionaram momentos de rara beleza e demonstrativos da relação harmoniosa entre cavalo e cavaleiro, num conjunto de exercícios que retrataram a beleza da arte equestre lusitana. A exibição culminou com um exercício da arte e técnicas de tauromaquia, e no final houve ainda tempo para os mais pequenos usufruírem de uma experiência a cavalo.

Apos o espetáculo, os participantes foram encaminhados para um edifício com uma magnífica coleção de charretes e carros antigos, onde decorreu o *welcome drink*, e onde todos tiveram a oportunidade de apreciar os exemplares em exposição e conviver, antes de rumarem ao salão principal, onde iria decorrer o almoço.

Já sentados, o Presidente da Direção, Mário Rui Costa, tomou a palavra para agradecer a presença de todos no evento, tendo feito uma menção de agradecimento aos restantes membros da Direção, que convidou, um a um, para que se juntassem a ele no palco, numa clara manifestação de apreço e unidade que se pretende para este mandato. E todos receberam grande ovação dos presentes.

Mário Rui Costa agradeceu ainda a presença dos representantes do Banco, com especial agradecimento ao Eng.º Ricardo Jorge, em representação da Administração, a Dra. Natália Ribeiro e a Dra. Margarida Perdigão, da AGP, e ainda o Eng.º

Luis Morais, que colaborou de forma decisiva na nova sede do Grupo Desportivo.

O almoço seguiu em bom ritmo e, numa outra intervenção, a Direção homenageou os antigos Presidentes do GDST pelos serviços prestados e dedicação ao Grupo Desportivo, tendo subido ao palco Vítor Casul, Cândido Vargas, António Cardoso e Francisco Duarte.

Já na parte final do almoço procedeu-se a entrega dos prémios de mérito desportivo para os atletas que obtiveram os melhores resultados nas atividades realizadas no dia anterior.

Para além destes, houve ainda lugar à entrega de prémios de mérito, que visavam premiar a dedicação e entrega a uma modalidade, tendo o troféu “espírito motard” sido entregue ao sócio José Rafael, membro do grupo motard que, aos 82 anos, mantém um espírito rebelde e contagiante e que continua a espalhar magia por essas estradas, bem merecendo os nossos parabéns.

Apos a entrega dos prémios deu-se por terminado o Encontro Nacional e os participantes foram desmobilizando e regressaram a suas casas, contentes com um evento que decorreu de forma memorável e mais ricos pelas experiências, amizades e convívio que viveram. ●

## Os premiados nas diversas modalidades

### Trail

1.º Miguel Marques; 2.º Silvério Correia; 3.º António Pires;

### Atletismo (10km)

1.º Silvério Correia; 2.º Anastácio Valadas; 3.º Ricardo Menino.

### Karting

1.º Octávio Rodrigues; 2.º Luis Mendes; 3.º Luis Sequeira.

### Tiro

1.º Fernando Moreira; 2.º Carlos Santos; 3.º Custódio Pereira.

### Pesca

1.º Miguel Gomes; 2.º João Agualusa; 3.º Manuel Pinheiro.

### Golfe

1.º Braulio Silva; 2.º Paulo Saraiva; 3.º Alfredo Aires.

### Ténis de mesa

1.º Jorge Esteves; 2.º António Bicho; 3.º Sérgio Angelo;

### Ténis (pares)

1.º Jorge Anjo/ Paulo Santos; 2.º Jorge Guapo/ Pedro Silva;  
3.º Achando Ramos/ Filipe Silva.

### Futsal

1.º Sede; 2.º Delegação Centro;

### Futebol

1.º Sede; 2.º ThomarKopus (equipa convidada)



João Correia é um nome conhecido dos trabalhadores do Banco Santander Totta, sobretudo dos mais antigos, não só pelas funções que exerceu como profissional bancário mas, também, pelo facto de, nos últimos anos, ter sido - e continuar a ser - o tesoureiro do nosso Grupo Desportivo

## João Correia o tesoureiro do GDST é o "homem das contas certas"

Rui Santos

Conhecido como "o homem das contas certas" entre os seus companheiros da Direção do GDST, importa dar a conhecer aos associados um pouco do seu perfil e da atividade exercida na sua qualidade de tesoureiro do nosso Grupo Desportivo. Por isso, fomos ao seu encontro, querendo saber o que o motiva para o exercício de uma função de tanta responsabilidade.

**P – Caro João Correia, os nossos associados gostariam de saber quais as suas principais tarefas e o que mais o motiva para ser o tesoureiro do nosso Grupo Desportivo?**

R - Agradeço a oportunidade de falar sobre as minhas funções e atribuições no GDST, o que farei com muito gosto.

Como sabem, sou o tesoureiro do GDST e, como tal, tenho diversas responsabilidades: por um lado, na execução do orça-

mento, um documento de gestão corrente, elaborado anualmente com base nos objetivos da Direção e que serve de farol para a atividade do Grupo Desportivo e, por outro lado, na elaboração do Relatório de Gestão, a incluir no Relatório e Contas anual, onde se apresenta aos sócios a atividade realizada, bem como os recursos financeiros que foram alocados e os movimentos financeiros que mais impacto tiveram na estrutura económica e financeira do Grupo Desportivo. Entretanto, durante o ano, entretenho-me com as autorizações de todos os pagamentos do GDST e o controlo da tesouraria bem como com o controlo orçamental.

**P – O Grupo Desportivo cobra uma quota mensal aos seus associados. Mas essa cobrança constituirá uma pequena parcela das receitas do Grupo Desportivo. A outra parcela, a maior, como é obtida?**

R - Para a execução do Orçamento gostaria de lembrar que o principal contributo financeiro continua a ser oriundo do Banco Santander Totta, a quem agradecemos o apoio que sempre nos manifestou. E, como bem referiu, as receitas totais são complementadas com as quotas nos nossos sócios e outros pequenos proveitos resultantes da atividade desenvolvida.

**P - A elaboração do Orçamento e do Relatório e Contas parece ser algo complexa. Essa elaboração ocupa muito do seu tempo, enquanto tesoureiro do GDST?**

R - São dois documentos importantes e que requerem algum tempo para a sua execução. Se uma peça, o Orçamento, é elaborada no final do ano anterior a que se refere, a outra, o Relatório de Gestão é elaborada no início do ano seguinte a que diz respeito.

O orçamento, sendo a tradução numérica das diversas atividades que a Direção do GDST pretende realizar durante o ano e que, de certa forma, consubstanciaram o seu programa de ação, origina a intervenção da Direção na conceção das suas ideias chave bem como na sua discussão e aprovação.

Quanto ao Relatório de Gestão, como anteriormente referi, e constituindo um relato da atividade exercida, pretende evidenciar a todas as partes interessadas, com fiabilidade e rigor, os movimentos financeiros com maior impacto no exercício económico.

**P - Nos últimos tempos, temos assistido a uma grande redução dos quadros de trabalhadores de quase todos os Bancos e também isso tem acontecido no Banco Santander Totta. O nosso Grupo Desportivo também se tem ressentido dessa redução de quadros?**

R - Claro que sim, o Grupo Desportivo conta agora com cerca de 7500 sócios efetivos, uns já reformados do BST e outros ainda no activo no Banco, e esta simbiose entre experiência e juventude é, e será sempre, a mola impulsadora da continuidade do GDST e da transmissão da sua cultura e dos seus valores.

**P - Nos tempos que correm, nota-se pouca apetência da juventude pelo associativismo. O nosso Grupo Desportivo também sofre com essa pouca apetência pelo associativismo?**

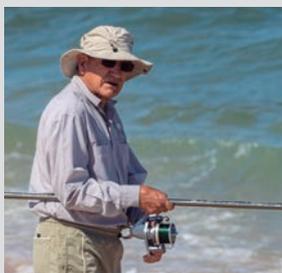
R - Um pouco, embora tenhamos muita gente nova a participar nas nossas atividades, sobretudo na área das diversas modalidades desportivas. Mas uma coisa é certa: o rejuvenescimento da base de sócios é vital para o futuro da nossa Associação, permitindo o aporte de novos conceitos, ideias e visões. Mas não queremos esquecer os menos novos e também eles encontram motivos de participação no seio do nosso Grupo Desportivo, podendo intensificar o reencontro de companheiros e amigos e assim sentir uma imensa alegria. Fomentar e desenvolver estes laços de amizade é, também, uma das funções da Direção a que pertencemos e a que nos dedicamos com muita satisfação.

**P - Mas certamente haverá trabalhadores do Banco que, por uma razão ou por outra, ainda não se filiaram no Grupo Desportivo. Como está a Direção a pensar chegar a esses trabalhadores, para os convencer das vantagens em aderir ao GDST?**

R - É para cada um deles que deixamos uma mensagem: se, por acaso, ainda não é sócio, tem uma excelente oportunidade de aderir e participar na vida do GDST, através das diversas atividades culturais e de lazer que temos para lhe proporcionar, a si e ao seu agregado familiar.

Ser sócio é fácil, basta visitar o "site" do GDST em [www.gdst.pt](http://www.gdst.pt), onde pode aderir e ficar a par de todas as atividades de que pode usufruir, pagando apenas uma quota mensal de um pequeno valor.

Se já faz parte da família GDST, só lhe pedimos que participe na vida da sua Associação e visite o "site", que foi recentemente melhorado e onde poderá acompanhar toda a atividade realizada e os novos eventos. E, já agora, aproveite para confirmar e atualizar os seus dados particulares, em especial a morada e o seu endereço eletrónico. ●



## Manuel Alves faleceu

É com profunda tristeza e consternação que o Grupo Desportivo Santander Totta informa o falecimento do seccionista da pesca de rio, Manuel Alves, sócio n.º 6002553, filiado desde 18 de Fevereiro de 1971.

Uma notícia muito triste para o nosso Grupo Desportivo. Manuel Alves foi uma pessoa que dedicou uma grande parte da sua vida à referida modalidade e que sempre pautou a sua atuação pela dedicação e empenho em prol da nossa Associação.

À sua família e amigos apresentamos as mais sinceras condolências

# Associados com 25 e 50 anos de filiação receberam distinções no almoço de Natal



A Direção do nosso Grupo Desportivo manteve a tradição e celebrou a época festiva do Natal com a realização de um almoço, para o qual convidou os dirigentes da associação mas também os seus colaboradores, seccionistas e atletas das diversas modalidades desportivas que quiseram corresponder a esse convite.

O evento decorreu num local muito aprazível da margem sul, nos arredores do Monte de Caparica, com vista deslumbrante para o Tejo, embora toldada pelo tempo agreste que então se fazia sentir mas que é próprio da época do ano que estamos a viver.

As “honras da casa” estiveram a cargo de Mário Rui Costa, o Presidente da Direção, que várias vezes subiu ao palco e utilizou o microfone, começando por agradecer as presenças e ali voltando, já no intervalo da refeição, para proceder à entrega de distinções – emblemas de ouro e de prata e diplomas – aos associados que completaram 50 e 25 anos de filiação no GDST à data de 31 de dezembro de 2021.

Esses associados foram chamados, um a um, para receberem a sua distinção das mãos de membros da Direção do Grupo Desportivo ou de representantes das diversas delegações regionais, incluindo as das Ilhas.

Estes foram os associados que receberam galardões:

## **OURO – 50 Anos (Sede)**

Rui Manuel Guerra Santos; Manuel Espírito Santo Alves (representado por seu filho, Nuno Manuel Matos Alves); Vitor Manuel Santos Couto Goncalves; Joaquim Manuel Goncalves Ferreira; Rodrigo Teixeira Gonzalez; Nelson Pinto Antunes; Carlos Lopes Santos; Carlos Silva Leitão; Fernando José Costa Magalhães; Antonio Jose Gomes Fernandes Cravo; Maria Helena Costa Correia Martins Antunes; Maria Ceu Machado Sousa.

## **Prata – 25 Anos (Sede)**

Daniel Cabrita Alves Pires; Pedro Manuel Nunes Diogo; José Alberto Martins Felicia; Pedro Miguel Correia Alves; Eva Maria Cambon Teixeira.

## **Ouro – 50 Anos (Algarve)**

Antonio José Cabrita Brás; Braulio Rafael Grade Cachaco; Luís Antonio Pimenta.

## **Ouro – 50 Anos (Norte)**

Manuel Fernandes Inácio; Salvador Augusto Antão.

## **Prata – 25 Anos (Norte)**

Adalberto Correia Lima Pinto Figueiredo.

Ainda antes, Fernando Costa, antigo Presidente da Direção do Grupo Desportivo, recebeu das mãos do atual Presidente Mario Rui Costa e do Vice Presidente Antonio Cardoso, uma lembrança alusiva à sua passagem por aquele cargo, tal como outros ex-Presidentes já tinham recebido recentemente, no Encontro Nacional, realizado em Tomar.

O momento alto do evento ocorreu quando Mário Rui Costa anunciou que também Manuel Alves, recentemente falecido e que tinha sido seccionista de pesca de rio durante muitos anos, completou 50 anos de filiação no GDST em fevereiro de 2021 e que, por isso, também lhe era devida a entrega do emblema de ouro, para o que chamou ao palco o seu filho, para que lhe fosse entregue a distinção, a título póstumo, pela mão do anterior Presidente, Francisco Duarte. Foi então que a sala irrompeu num aplauso unânime, com muitos de pé, a prestar sentida homenagem ao saudoso Manuel Alves.

Já no final da refeição, houve ainda oportunidade para fazer uma distribuição de presentes aos filhos dos associados presentes, com menos de 12 anos de idade, após o que Mário Rui Costa voltou a dirigir-se aos presentes, prometendo continuar a ação que tem vindo a ser desenvolvida pelo Grupo Desportivo e que, no final do próximo ano, irá acontecer a repetição deste evento, que correu de forma excelente, para o que estão de parabéns os seus organizadores. ●

## Colecionistas em Miranda do Corvo...

Jorge Nobre

O **Portugal**®2022 - “XIX Encontro Internacional de Colecionadores de Pacotes de Açúcar”, com organização do CLUPAC (Clube Português de Colecionadores de Pacotes de Açúcar), realizou-se em 24 e 25 de setembro, em Miranda do Corvo e contou com cerca de 140 Periglicófilos.

A secção de colecionismo do GDST esteve presente com cinco elementos (todos eles sócios do CLUPAC para poderem participar), naquele que é considerado um dos melhores encontros internacionais no que ao colecionismo de pacotes de açúcar diz respeito.

Aqui fica uma saudação a todos os participantes e um agradecimento especial à organização do evento.



### ... e em Santa Maria da Feira

A secção de colecionismo do GDST esteve presente com três elementos no “I Encontro de Colecionadores Santa Maria da Feira”, que decorreu nas instalações do Orfeão da Feira em 5 de novembro.

O Encontro decorreu num clima de grande camaradagem e partilha, o que nos permitiu enriquecer as nossas coleções de amizades. ●



Hilário Selidónio

## Circo de Natal contagiou de alegria numerosa presença do nosso Banco

Mantendo uma longa tradição, recentemente interrompida pelos efeitos da pandemia do Covid-19, a Administração do nosso Banco voltou a promover a ida de filhos dos seus trabalhadores ao Circo de Natal, atribuindo ao Grupo Desportivo boa parte da logística da organização do evento.

Foram realizadas três sessões, a primeira no Porto, no passado dia 8, e duas outras, em Lisboa, no passado dia 17. Numa dessas sessões, a Dra. Inês Oom de Sousa, em representação do Banco, dirigiu amáveis palavras de saudação aos presentes, acompanhada de Mário Rui Costa, Presidente do GDST.

O entusiasmo e a alegria das crianças foram contagiantes, enquanto os artistas circenses iam desfilando nos espetáculos. Mas, como era de esperar, os melhores momentos foram, para os mais pequenos, proporcionados pelas paradas de palhaços que ainda mais animaram os eventos, enquanto os seus pais e acompanhantes elogiavam, à saída, a iniciativa e a forma como tudo foi organizado. ●

## Atletismo

### Rui Barbosa na “Corrida do Parque à noite”



Joaquim de Sousa

A 7.ª edição da “Corrida do Parque à noite” foi, sem dúvida, uma enorme festa do mundo circense, que permitiu aos participantes uma oportunidade única de correr no Parque da Cidade do Porto, em plena noite de Outono. O tiro

de partida foi dado às 21:30 horas e cerca de dois mil participantes correram e caminharam ao longo de oito quilómetros, num cenário repleto de protagonistas do circo. Durante o percurso não faltou animação e muitas surpresas. Aos participantes juntaram-se palhaços, trapezistas, malabaristas, contorcionistas e muitas

outras personagens que fazem parte do mundo do circo.

O GDST esteve representado nessa noite tão animada e contou com a participação do atleta Rui Barbosa que, com o dorsal 536, gastou 37 minutos a percorrer a distância, obtendo o 169.º lugar na classificação geral e o 10.º no seu escalão etário. ●



### Quatro atletas do Norte na Meia Maratona de Ovar

Joaquim de Sousa

Foi numa bela manhã de Outono, em 9 de outubro, que decorreu a 32.ª edição da “Meia Maratona de Ovar” e que contou com três provas de distintas distâncias: para além da meia maratona, de 21 quilómetros, também se realizou a “Corrida do azulejo”, de dez quilómetros e, ainda, a “caminhada lúdica”.

A delegação Norte do GDST esteve presente na meia maratona, com a participação de Nuno Moreira, André Lima, Paulo Fortunato e Paulo Fontes, que obtiveram os seguintes resultados:

- Nuno Moreira gastou 01.33.33 e obteve a 322.ª posição;
- André Lima gastou 01.55.03 e foi 850.º classificado;



- Paulo Fontes fez 01.59.26 e foi 927.º na classificação geral.

Infelizmente, Paulo Fortunato sofreu uma lesão no joelho, a meio da prova e que o impossibilitou de chegar à meta. A ele se deseja rápida recuperação. ●

# Numerosa participação na “Corrida do Tejo”

Fábio Dias

Tão bom voltar ao ambiente “festivo”, de confraternização e aos sorrisos nas provas!

A equipa do GDST, composta por 32 atletas, representou as nossas cores numa das provas de corrida de estrada mais emblemáticas e antigas do panorama nacional.

Nesta edição da “Corrida do Tejo” existiram dois horários de partida, às 9 e às 10 horas, com quatro vagas de saída, intervaladas por cinco minutos, para que todos os atletas aproveitassem o percurso, lado a lado com o Tejo, que a torna numa das mais bonitas corridas de estrada do nosso País.

Foram dez quilómetros inspiradores, pela Marginal, entre Algés (a partida foi junto à bomba da Shell) e a Praia da Torre, em Oeiras (em frente ao estacionamento da carruagem) com um desvio pelo Jamor, à semelhança da edição de 2021.

Ao longo do percurso, os participantes passaram por diferentes pontos cul-



tais, patrimoniais e desportivos como, por exemplo, o Aquário Vasco da Gama, o Centro Desportivo Nacional do Jamor, o Farol da Gibalta e os fortes de São Bruno, do Bugio e de Santo Amaro de Oeiras, entre outros.

Foi dia de vibrar com a música pelo caminho em dia soalheiro e de calor, de sentir a água do chuveiro refrescante no

caminho, a incentivar quem ia com menos forças, e a emoção de chegar à meta.

Em termos de classificação, tivemos novamente um brilhante desempenho coletivo, não se querendo realçar ninguém em particular, porque somos uma equipa.

Que venham as próximas provas, para continuar a investir na saúde dos nossos atletas. ●

## Nuno Moreira em destaque na Meia Maratona do Porto

Joaquim de Sousa

O jardim do Passeio Alegre, no Porto, foi o novo local de partida para a “Meia Maratona do Porto”, uma prova de atletismo que voltou à estrada em força, na manhã de 18 de setembro.

O tiro de partida foi dado por Fernanda Ribeiro e cerca de 8000 atletas iniciaram a prova na distância de 21 ou 5 quilómetros, cada um a seu ritmo, numa manhã repleta de boa disposição.

A Delegação Norte do GDST, através da sua secção de atletismo, esteve representada pelos atletas Nuno Miguel Moreira, Luís Oliveira, Rui Barbosa, Nuno Falcão, Iva Moreira, Armandino Tabora e Manuel Carvalho.

As classificações dos nossos atletas foram:

- 577.º Nuno Moreira, 01:38:51 (113.º no seu escalão etário);
- 685.º Luís Oliveira, 01:41:05 (101.º);
- 1115.º Rui Barbosa, 01:47:55 (137.º);



- 2041.º Nuno Falcão, 02:03:31 (350.º);
- 2066.ª Iva Moreira, 02:04:00 (44.ª);
- 2354.º Armandino Tabora, 02:09:54 (93.º);
- 2524.º Manuel Carvalho, 02:14:24 (168.º). ●

## TRAIL

### João Paulo Godinho de parabéns em Palmela



António Pires

A 6.ª edição da “Rampa das Vindimas”, organizada pela Ciclorama Eventos, em parceria com a AFP-Festa das Vindimas e com a colaboração da Associação de Ciclismo do Distrito de Setúbal, realizou-se em 3 de setembro, em Palmela, e consistiu numa crono-escada em bicicleta,

através de um contrarrelógio individual em subida, com 400 metros.

Em representação do GDST esteve presente João Paulo Godinho, que completou o prova em 39 segundos, obtendo um magnífico 2.º lugar na categoria “Master 50”. ●

### Rita Mogo com primeira posição feminina no “Urban Trail de Lisboa”

As noites de sábado costumam ser muito animadas em Lisboa, mas em 24 de setembro foram outros festivaleiros que por ali andaram, foram os participantes do UTL – “Urban Trail de Lisboa”.

Muitos grupos e muita animação transformaram a Praça do Comércio num grande recinto de festa até às 21 horas, a hora da partida dos atletas para os cerca de 12 quilómetros da corrida e os oito da caminhada.

O percurso da prova passou por locais emblemáticos e históricos, como Praça do Comércio, Miradouro de Santa Catarina, Elevador da Bica, Bairro Alto, Miradouro de São Pedro de Alcântara, Elevador da Glória, Metro dos Restauradores, Elevador do Lavra, Torel, Intendente, Senhora. do Monte, Graça, Alfama, Sé, locais que têm o ambiente ideal para desafiar os corredores e caminhantes, subidas, rampas, escadas, monumentos e castelos!

Não podemos deixar de destacar o Castelo de São Jorge e a mais bela vista



sobre Lisboa, as suas luzes, a baixa pomalina e o Rio Tejo ao fundo, as ruas e vielas da capital e suas esplanadas... Ah! E o cheiro da sardinha assada!

Que contraste de cheiros e sensações foram sentidas ao longo da prova, com palavras de incentivo gritadas em todos os idiomas.

As irregularidades das pedras da calçada, os carris dos elétricos, os degraus e mais degraus, assim como todos os habituais obstáculos urbanos, obrigaram

a cuidados redobrados durante toda a prova, fazendo com que o percurso fosse muito mais divertido.

Em representação do GDST participaram na “Urban Trail de Lisboa” 21 atletas, com destaque para as brilhantes prestações de Rui Machinho, com o tempo de 54:15, conseguindo a 44.ª posição da classificação geral em 714 participantes que completaram a prova, e para a fenomenal primeira classificada feminina, a nossa atleta Rita Mogo, com o tempo de 54:22. ●

# Equipa do GDST vence “Belas Cross Trail”

António Pires

A prova, com partida e chegada junto ao Pavilhão da Associação Cultural e Recreativa de Serra de Casal de Cambra, atravessou alguns locais da Quinta da Foneiteira e do Belas Clube de Campo e foi composta por duas provas competitivas: “trail longo” com 21 quilómetros e D+ 800m e “trail curto” com 12 quilómetros e D+ 400m + e ainda uma caminhada de 10 quilómetros.

A equipa do nosso Grupo Desportivo, com um total de 15 atletas inscritos, foi premiada como a 2.ª equipa com maior número de participantes, e a vencedora por equipas - pontuando os seus três primeiros atletas melhor classificados) no “trail curto”, e a terceira classificada no “trail longo”. De destacar ainda, no plano individual, o 2.º lugar obtido por António Louro no escalão M45 do “trail curto”.

Estas foram as classificações dos atletas do GDST:

## “trail curto”

12.º Antonio Louro, 0:59:11 (2.º no escalão M45)

15.º Rui Machinho, 1:00:31 (4.º no M45)

69.º Lourenço Pereira, 1:21:43 (7.º no M50)

93.º João Sequeira, 1:29:05 (20.º no M45)



94.º Sandro Prates, 1:29:08 (8.º no M40)

113.º Carlos Pereira, 1:40:39 (13.º no M50)

88.º Luís Gatinho, 3:06:19 (13.º no M50)

90.º Daniel Xarepe, 3:11:56 (8.º no M55)

## “trail longo”

49.º Ricardo Menino, 2:19:32 (15.º Seniores M)

78.º José Santos, 2:48:19 (10.º no escalão M50)

Parabéns a todos pela participação e pelos prémios individuais e coletivos obtidos. ●



# António Pires participou no “Circuito Terras do Mundo”

A Serra da Freita é, de setembro a novembro, palco do “Circuito Terras do Mundo”, que conta com três provas de “trail”, com nível de dificuldade progressivo.

A primeira prova decorreu em 24 de setembro, com um percurso de 16 quilómetros e 1000D+, com partida e chegada na vila de Moldes, e que estava muito bem desenhado por trilhos e caminhos serranos, a aproveitar o que a serra de melhor tem para dar e com o cunho e organização de qualidade característico da “Confraria Trotamontes”.

Esteve presente o nosso atleta António Pires, que concluiu o circuito no 38.º lugar, em 2h14m. ●



## Karting

### Diogo Giraldes brilha à chuva

A quarta e penúltima etapa do campeonato interno da Zona Norte teve lugar no kartódromo de Viana. em 15 de outubro, e foi marcada por um dia cinzento e com a presença de doze pilotos

Nos treinos, Luís Amaral, depois da ausência na prova anterior, mostrou que queria recuperar e fez a "pole", seguido de Orlando Fontão e de Diogo Giraldes.

A primeira manga foi muito disputada, com Luís Amaral a destacar-se de imediato. No entanto, a meia da prova, a chuva fez questão de marcar presença, baralhando as coisas.

Uma grande parte final de Filipe Borges em recuperação, a conseguir uma última volta espetacular e a ganhar com uma margem mínima, seguido de Luís Amaral e de Diogo Giraldes – referência especial para os cinco primeiros terem terminado com meio segundo de diferença... nem na Nascar.

Na segunda manga, com a habitual inversão dos oito primeiros e a pista molhada, após um arranque um pouco atribulado, Diogo Giraldes fez uso da sua experiência na chuva e ganhou destacado, com José Luís Pimentel a terminar em segundo, seguido de Ricardo Sousa mas já a uns distantes doze segundos. Em resumo, foi uma grande prova. ●

### Filipe Trinca vence as duas mangas em Palmela

Pedro Machado

A quarta prova do campeonato interno da Zona Sul realizou-se no Kartódromo Internacional de Palmela, em 10 de setembro.

Nos treinos dos treze pilotos presentes em pista, Octávio Rodrigues acabou por se destacar e ser o mais rápido, levando a melhor sobre Filipe Trinca.

Na primeira manga, a luta foi renhida na frente entre os dois primeiros dos treinos cronometrados e Rogério Freire, enquanto o líder do campeonato, Luís Mendes, rodava sozinho na quarta posição, controlando também a luta acesa entre João Reis, Afonso Querido e Sérgio Cravo.

No final a vitória da primeira manga sorriu a Filipe Trinca, com Rogério Freire a terminar em segundo e Octávio Rodrigues na terceira posição.

Com a pista invertida, a segunda manga começou com bastante luta no pelotão; Filipe Trinca conseguiu destacar-se e ir embora, deixando Luís Mendes e Octávio Rodrigues a lutar pelos restantes lugares do pódio.

Atrás deles vinha um rapidíssimo Afonso Querido que, no seu primeiro ano a participar neste campeonato, efetuou provas bastante constantes. Um pouco mais atrás, outros dois "rookies", Mariana Freire e Pedro Oliveira, também mostravam boa luta entre eles.



No final, uma vitória fácil para Filipe Trinca. Com os resultados acumulados, a vitória foi para Filipe Trinca, o segundo classificado foi Octávio Rodrigues e Luís Mendes fechou o pódio. ●



## Pesca

# João Agualusa é vice-campeão nacional de mar de costa

João Agualusa

A final nacional do campeonato interbancário de pesca de mar de costa teve lugar em 10 de setembro, na costa de Peniche, com a participação dos apurados nos regionais do Norte, Centro e Sul. O dia estava excelente para a prática da modalidade, com muito sol e águas um pouco mexidas.

O GDST contou com a presença de três pescadores e a nossa participação foi excelente, pois no 2.º lugar da classificação geral ficou João Agualusa, com mais de 15 quilos de peixe, enquanto Sérgio Panela garantiu o quarto posto, com uma prova acima de 10 quilos de peixe capturado, e Daniel Morais obteve o 17.º lugar. Em termos coletivos, o GDST ficou no 2.º lugar. ●

# Silvério Velez e GDST ganham apuramento no alto mar

Luís Ferreira

As eliminatórias da região continental do Sindicato Mais, realizaram-se em 8 de outubro, para apuramento dos cinco concorrentes que vão disputar o título de campeão nacional interbancário de pesca de alto mar. O grupo da final terá mais um elemento apurado nas eliminatórias realizadas nas Ilhas e também, os apurados dos Sindicatos dos bancários do Norte e do Centro.

O nosso sempre jovem Silvério Velez foi o primeiro classificado na prova, com 550 pontos e 17 capturas, vencendo por grande margem em relação aos demais concorrentes.

O Grupo Desportivo Santander Totta venceu também o título coletivo com 6 pontos de vantagem sobre a equipa da Unicre, segunda classificada. Este título teve o contributo de Camilo Baía, 7.º classificado, com 220 pontos e cinco capturas, e também de Joaquim Contente, 8.º classificado, com 210 pontos e seis capturas. ●





BTT

## Dois atletas na maratona mais participada

Helder Coimbra

A 17.ª edição da "Givec Maratona BTT 5 Cumes" realizou-se a 9 de outubro, sendo que, na véspera, os mais jovens pedalaram no "Onda Passeio BTT Jovem".

Lançando, todos os anos, o desafio de superação dos 5 Cumes, a prova levou até Barcelos milhares de atletas, constituindo uma referência nacional de BTT e a maratona mais participada em Portugal.

A partida e chegada aconteceram no centro histórico da cidade, o que conferiu um cenário emblemático para quem

se posicionou na colorida linha de meta. A maratona tinha dois percursos: "maratona 5 Cumes", com 75 quilómetros e a "meia maratona 3 Cumes", com 45 quilómetros. Os trilhos, os "single tracks" e os cumes atrativos desafiaram dois betetistas da Delegação Norte a participarem no evento, Manuel Pereira nos 3 Cumes e Nuno Filipe Lopes nos 5 Cumes, que obtiveram os seguintes resultados:

- Nuno Filipe Lopes gastou 04:11:43 e foi 236.º na geral e 56.º no escalão master 40;
- Manuel Pereira fez 04.49.02 e foi 425.º na geral e 18.º no escalão master 55. ●

## Nuno Filipe Soares brilhou nas margens do Cávado

A 6.ª edição da "Transcávado Slow Race" decorreu em 1 e 2 de outubro, sendo uma das mais desafiantes provas de BTT, unindo nove concelhos, os de Montalegre, Rio Caldo, Póvoa de Lanhoso, Terras do Bouro, Amares, Vila Verde, Braga, Barcelos e Esposende, desenhando percursos e histórias de pura superação, desde a sua nascente até à foz.

O percurso voltou a ter o seu ponto de partida a nascente do Rio Cávado, em Montalegre, descobrindo caminhos rurais e magníficas paisagens.

Os colegas Nuno Filipe Lopes e Manuel Pereira participaram no evento, em representação da Delegação Norte, granjeando os seguintes resultados: o primeiro gastou 05.41.53 e o 58.º lugar, e o segundo 06.31.25 e o 129.º posto na geral. ●



PADEL



## Sete atletas em

Em 24 e 25 de setembro decorreu o 3.º "Open Day" de padel, nas instalações do Porto Padel, tendo a nossa Delegação Norte participado com uma equipa constituída por Miguel Cabugueira, Paulo Baptista, Gabriela Nascimento,

## Golfe

# Tiago Pinheiro vence Ordem de Mérito

Bráulio Silva

A sexta edição da Ordem de Mérito, integrada no calendário anual do Clube de Golfe do SNQTB, decorreu em 25 de setembro.

Desta feita, o campo anfitrião foi o já bem conhecido percurso de Amarante, atualmente denotando os efeitos de uma prolongada seca, mas não deixando de ser considerado um dos campos mais competitivos da região.

Os nossos atletas adaptaram-se bem às dificuldades do terreno e, a prová-lo,



estão os excelentes resultados obtidos, tanto ao nível de singulares como por equipas. No plano individual, evidenciamos a excelente prestação de Tiago Pinheiro, o vencedor do torneio, com 28 pontos gross.

Na classificação net geral, Noé Fontes ficou em 2.º lugar, com 41 pontos, e Bráulio Silva obteve o prémio de 2.º net sócios, com 34 pontos. Mas o grande

destaque do dia foi para a brilhante vitória da equipa do GDST, conforme atesta o pódio final, formado por Santander Totta, Millennium BCP e Novo Banco, por esta ordem.

De realçar o salutar convívio entre os elementos da equipa, que desta vez contou com a presença e contributo de dois atletas da Delegação Norte. ●

## Equipa do GDST ganha na Praia d'El Rey

Ainda antes, em 26 de junho e no campo de golfe da Praia d'El Rey, teve lugar a quinta prova do torneio organizado pelo SNQTB (Sindicato Nacional dos Quadros e Técnicos Bancários) e que contou também com a participação de associados do SBN e do Mais Sindicato.

Depois de Vale Pisão e Montebelo, agora Praia d'El Rey, Peniche, campos de excelência, bem tratados, desafios

autênticos à perícia dos participantes. Participaram sete jogadores do GDST: João Machado, Bráulio Silva, Noé Fontes, Pedro Marques, Vasco Valente, João Sequeira e António Santos (aqui ordenados por ordem decrescente do seu rendimento classificativo), tendo a nossa equipa ficado classificada em 1.º lugar, com 97 pontos, reforçando a sua posição na classificação. Completaram o

pódio, o Novo Banco, com 96 pontos, e o Millennium BCP, com 89.

Seguiu-se o almoço de confraternização e entrega de prémios, onde sobressaiu a sua qualidade e o companheirismo dos participantes. Para além do 1.º prémio coletivo do GD Santander Totta, há que salientar outros prémios individuais dos nossos atletas: 1.º net sócios, João Machado; 3.º net sócios e drive mais longo, Bráulio Silva. ●

## torneio no Porto

José Martinez, Sérgio Ribeiro, Nuno Rei e Hugo Lumini.

Constituídas as duplas, os resultados foram os seguintes:

- dupla M5 – José Martinez e Paulo Baptista, 3.º lugar do grupo D;

- dupla M5 – Sérgio Ribeiro e Nuno Rei, 4.º lugar do grupo D.

Hugo Lumini participou na categoria M3, tendo conseguido ir até às meias-finais e Miguel Cabugueira participou na categoria M4, tendo ficado pelos oitavos

de final e participou ainda na categoria Mistos3, granjeando o 3.º lugar.

Na categoria de Mistos 5 participou o colega Paulo Baptista, na companhia de Gabriela Nascimento, tendo sido finalistas vencidos, com os parciais de 4-6 e 5-7. ●

## PADEL INN

A Delegação Norte assinou um protocolo com o complexo "Padel Inn", cujo objetivo é obter descontos e benefícios especiais para os associados do GDST, assim como aos seus familiares diretos, devidamente identificados, através do cartão de sócio.

Os descontos são os seguintes: 10% na reserva de campos em prime time e/ou em aulas e packs de aulas na academia Padel Inn (excluindo packs individuais e quaisquer modalidades de preparação física); e até 5% em material na loja (excluindo consumíveis recorrentes e marca Dropshot).

Para informações e marcações: Rua Póvoa de Baixo, n.º 478 - V N Gaia; telefone 917 790 331; email jose@padelinn.pt.



A Delegação Norte também assinou um protocolo com a "Ergovisão", com o objetivo de obter descontos e benefícios especiais para os associados do GDST, assim como aos seus familiares diretos, devidamente identificados, através do cartão de sócio;

Os descontos são os seguintes: 25% em todos os óculos de sol e armações em stock na loja e em lentes oftálmicas das marcas Zeys e Hoya; 10% em líquidos de contactologia e produtos diversos; pack monofocal armação premium e pack progressivo armação premium; e até 40% nas lentes de contacto, quando adquiridas em plano anual na plataforma [www.lensfree.pt](http://www.lensfree.pt) ou pagamento até 10 vezes, sem juros (sujeito a aprovação).

Este protocolo é válido em todas as lojas Ergovisão, bem como na ótica SAMS Quadros.

A Ergovisão tem lojas em: Porto, Vila Nova de Gaia, Ermesinde, Gondomar,

Penafiel, Leça da Palmeira, Matosinhos, Melgaço, Ponte de Lima, Braga, Nogueira, Lage, Vila Real, Aveiro, Espinho, S. João da Madeira, Estarreja, Mealhada, Oliveira de Azeméis, Guarda, Aguiar da Beira, Lisboa, Odivelas, Funchal, Olhão, Vidigueira, Fátima, Leiria, Marinha Grande, Pombal, Caldas da Rainha, Viseu, São Pedro do Sul, Castro Daire, Oliveira de Frades, Vila Nova de Paiva, Satão, Penalva do Castelo, Mangualde, Nelas, Tondela, St.ª Comba Dão.

Para informações: loja na Rua Passos Manuel, 22 - Porto; telefone: 222 073 300.



A Academia de Rock nasceu em 2013, com um método de ensino inovador de guitarra clássica, elétrica, piano, bateria e canto abordando repertório pop/rock. Os professores são criteriosamente selecionados, com uma vasta experiência de ensino mas também de prática musical.

Na Academia de Rock a música é mais que juntar notas, tocar um instrumento eleva para outra dimensão, alimenta a alma, contribui para os processos cognitivos como a aprendizagem, a atenção, a memória, a linguagem, o raciocínio, a tomada de decisões. Juntar isso à atitude do rock com a sua energia, as emoções que nos traz, faz-nos pessoas mais preparadas.

O protocolo agora estabelecido permite descontos no valor da inscrição e seguro, bem como 5% na mensalidade em aulas de guitarra, piano, baixo, bateria, canto, rock kids e rock band.

Os associados do GDST devem identificar-se através do respetivo cartão de sócio ou outro documento emitido pelo GDST.

Contacto: <http://www.academiaderock.com>



A apenas 15 quilómetros da capital de distrito, o hotel "Quinta do Rosmaninho" situa-se na união das freguesias de Escalos de Baixo e Mata, gozando da proximidade da cidade mas - acima de tudo - da privilegiada vista para as serras da Gardunha e da Estrela.

Assumindo posição junto à orla nascente do território concelhio, esta região confronta-se, pelo seu flanco sudoeste, com Idanha-a-Nova, sendo rodeada por Malpica do Tejo, Castelo Branco, Alcains, Escalos de Cima e Lousa. E é possível contemplar alguns trechos de paisagem ribeirinha, marcada pela surpreendente beleza natural, o Ponsul tem na zona da Ponte da Moineca um local recheado por valores patrimoniais edificados de feição tradicional e etnográfica.

O protocolo estabelecido oferece um desconto direto de 15% sobre a tabela de preços para o público em geral (não acumulável com outras promoções em vigor ou campanhas promocionais), para além de condições extensíveis ao agregado familiar direto dos associados do GDST, que devem identificar-se através do respetivo cartão de sócio ou outro documento emitido pelo GDST. Contacto: <https://www.campodorosmaninho.pt/>



O "Kalorias" proporciona aos associados do GDST e respetivo agregado familiar as condições especiais a seguir indicadas:

- inscrição inicial - todos os associados do GDST podem beneficiar de valores de inscrição reduzidos. Terão que pagar apenas uma taxa de inscrição no valor de 15€. Podem existir, em al-

- alguns momentos específicos do ano, campanhas de promoção da taxa de inscrição.
- adesão ao serviço de aconselhamento nutricional + fitness em regime de livre-trânsito total pelo valor de 8,85€/semana. Esta adesão dá acesso somente ao clube em que o membro se inscreve, de 2.ª a domingo, em horário total.
- todos os atuais associados que sejam atualmente sócios do "Kalorias" podem beneficiar das condições deste protocolo, caso em que terão que assinar um novo compromisso de 12 meses.
- serviço kalorias aos associados do GDST, e respetivo agregado familiar, o acesso ao Clube Kalorias Expo e a utilização dos equipamentos e serviços:
- aconselhamento nutricional e dietético: questionário de saúde e estilo de vida; plano nutricional e dietético; acesso ao profissional responsável pelo sócio que está diariamente disponível para o aconselhar; acompanhamento diário à implementação do plano nutricional
- vias: aplicação móvel (APP); correio eletrónico; telefone; chat; consulta presencial em dia e hora definidos para o efeito no Clube (a consulta presencial tem um custo simbólico de marcação associado)
- acompanhamento físico: prescrição de treino; acompanhamento contínuo dos treinos; reavaliação dos treinos a cada três meses.



O protocolo estabelecido com a "Lemonfit" garante um desconto de 5% nos serviços prestados com o aluguer das quadras de padel e/ou nas aulas e outras ações de formação promovidas pelo Clube, extensível ao agregado familiar direto dos associados do GDST.

Para fazer uso das condições acima descritas, é obrigatório efetuar a respetiva reserva para [helena.medeiros@lemonfit.pt](mailto:helena.medeiros@lemonfit.pt) ou [joao.veloso@lemonfit.pt](mailto:joao.veloso@lemonfit.pt).

Os associados do GDST devem identificar-se através do respetivo cartão de sócio ou outro documento emitido pelo GDST.

Os alugueres das quadras de padel, aulas ou outras ações de formação, são liquidados pelos sócios diretamente e no início da atividade.



A empresa de segurança Prosegur oferece condições exclusivas dos serviços prestados pela "Prosegur Alarms" aos associados do GDST e agregados familiares diretos e que podem ser consultadas no site do Grupo Desportivo.



O protocolo firmado com S. K. P. A. Associação de Karate Shotokan prevê as seguintes condições:

- Oferta do valor da inscrição, valor inerente à quotização anual de sócio;
- Redução de cinco euros no valor da mensalidade;
- Possibilidade de treinar em todos os núcleos (Dojos) da S.K.P.A. Portugal, por uma questão geográfica pontual, sem que tenha de pagar algum valor acrescido para além da mensalidade paga no núcleo em que se inscreveu e onde treina habitualmente;
- Condições extensíveis ao agregado familiar direto dos associados do GDST. Os valores inerentes às mensalidades,

são liquidados pelos sócios e/ou familiares no início da atividade.

Para fazer uso das condições acima descritas os associados do GDST, devem-se identificar através do respetivo cartão de sócio ou outro documento emitido pelo GDST.

Esta associação funciona no pavilhão da Académica da Amadora às segundas e quartas-feiras, das 18 às 19 horas, para crianças, e das 19 às 20:30, para adultos, e aos sábados, das 9:30 às 11 horas.

Contatos:

[skpa.portugal@gmail.com](mailto:skpa.portugal@gmail.com);

telefones 910 765 623 ou 930 539258.



A Jazzy Dance Studios proporciona aos associados do GDST e respetivo agregado familiar, condições especiais de adesão, válidas em todas as escolas Jazzy Santos; Saldanha; Parede e Entrecampos), com a oferta de uma aula gratuita a todos os associados do GDST e respetivo agregado familiar que se inscrevam, bem como da inscrição.

Mensalidades: plano livre de trânsito: 57€; plano 2 dias semana: 47€.

Contacto: Carla Natário

- [CARLANATARIO@JAZZY.PT](mailto:CARLANATARIO@JAZZY.PT)



O protocolo estabelecido com a Casa da Aldeia da Lapa prevê o desconto direto de 10% sobre o melhor preço apresentado no site da unidade hoteleira, extensível ao agregado familiar direto dos associados do GDST, que devem identificar-se através do respetivo cartão de sócio ou outro documento emitido pelo GDST.

# Adira ao Cartão **Solred Frota** e beneficie de ainda **mais vantagens:**



- Desconto de **12 cênt./litro**, na aquisição de combustíveis simples Repsol em **Portugal Continental**.
- Desconto de **14 cênt./litro**, na aquisição de combustíveis aditivados Repsol Neotech em **Portugal Continental**.
- Desconto de **10 cênt./litro**, na aquisição de produtos **Autogás** e **AdBlue Repsol**, (em bomba) em **Portugal Continental**.
- Desconto de **7 cênt./litro**, na aquisição de combustíveis **simples Repsol** nos **Açores e na Madeira**.
- Desconto de **9 cênt./litro**, na aquisição de combustíveis aditivados Repsol na Madeira.
- Desconto de **1,2 cênt./litro**, na aquisição de combustíveis Repsol em Espanha.
- **Produtos Repsol Neotech** – combustíveis que garantem melhor performance e economia.
- **Crédito na lavagem** e na aquisição de lubrificantes em qualquer posto Repsol aderente.
- Crédito médio de 30 dias, sem qualquer custo.
- Acesso à maior rede ibérica de postos de abastecimento – mais de 4000. A segunda rede a nível nacional com mais de **490 postos**. Forte presença nos Açores e na Madeira
- **Cartão isento de anuidade**.
- **Acesso 24 horas por dia**, ao terminal exterior nos postos de abastecimento Repsol.
- **Pagamento de portagens** (acrescendo comissão de 3% + IVA), com possibilidade de associação à Via Verde.
- **Emissão de talão em cada pagamento**, com discriminação de: número do cartão, local, data e hora de aquisição, tipo de combustível adquirido, quantidade e valor.
- **Linha de atendimento 24 horas**, no caso de roubo ou extravio de cartão ligue 800 207 831.



Agora até **14** cêntimos/litro



Estas condições não são acumuláveis com outras campanhas em vigor nas Estações de Serviço da Repsol. A Repsol aplica o maior dos descontos nas transações do cartão Solred Frota.

O valor das despesas efetuadas com o Cartão Solred Frota será deduzido no mês seguinte ao de sua realização, aquando do crédito do seu vencimento. Se ainda não aderiu, preencha e envie-nos hoje mesmo o seu pedido, utilizando a ficha de sócio, disponível no nosso site na internet, em «impressos».



Grupo Desportivo  
Santander Totta