



Atividades



RETOMAM EM FORÇA
APÓS O VERÃO

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
Carlos Pereira
em entrevista



5

Lazer
Grupo Motard em
passeio descontraindo

8

Desporto
Rui Henriques em destaque
em Gondomar



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, António Bicho, José Vicente, Vitor Manuel Pereira, Silvério Correia, Carlos Pereira **Editor:** Rui Santos **Delegações:** Norte | Praceta Adelino Amaro da Costa, 748 - 7.º Esq. | 4050-012 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 ére, lda. | xer@netcabo.pt **Tiragem** | 3.500 exemplares **Preço** | exemplar 0,40€ **Periodicidade** | Trimestral **Depósito legal** | 243341/06

editorial

Mário Rui Costa
Presidente



Um ano desportivo excecional

Caros sócios, atletas, trabalhadores e amigos do Grupo Desportivo Santander Totta

À medida que nos aproximamos do final de 2025 é com grande orgulho e satisfação que partilho convosco aquilo que foi, sem dúvida, um ano desportivo excecional para o nosso Grupo.

Alcançámos resultados importantes em várias modalidades, com destaque para a dedicação, espírito de equipa e superação demonstrados por todos os nossos atletas. Mas, mais do que os troféus conquistados, celebramos o empenho, o *fair-play* e os valores que fazem do nosso Grupo uma verdadeira família.

O ano de 2026 trará novos desafios, e é com ambição e otimismo que olhamos para o futuro.

Apesar de mais uma **redução orçamental** anunciada pelo Banco, já estamos a trabalhar para que este novo ciclo seja igualmente marcado por conquistas, inovação e união. Acreditamos que, com gestão responsável e o envolvimento de todos, continuaremos a trilhar um caminho de sucesso.

É também com grande alegria e sentido de justiça que anuncio que o nosso almoço anual de atletas e trabalhadores do Grupo Desportivo terá lugar no próximo dia 29 de novembro.

Este será, como sempre, um momento especial de convívio, partilha e celebração do que construímos juntos ao longo do ano. Contamos com a presença de todos os que, durante 2025, representaram com orgulho e brio as nossas cores.

Por fim, deixo uma palavra de agradecimento a todos os que contribuíram para este excelente ano — dirigentes, atletas, trabalhadores e as nossas famílias. O vosso apoio é a base da nossa força.

Como esta é a última revista do ano aproveito para, em meu nome e de toda a Direção, desejar a todos um Feliz Natal, com saúde, paz e alegria, junto das vossas famílias. Que 2026 nos traga novas metas, novos sonhos e, claro, muitas conquistas.

Conto com todos! Todos contamos.

Mário
Rui
Costa



11 **Desporto**
Rui Cunha foi segundo
em Santa Cruz



Desporto
Jorge Esteves é campeão
de pesca embarcada

13



Carlos Pereira

Carlos Pereira em entrevista

“Conciliar todas as atividades tem sido um desafio permanente”

Rui Santos

Carlos Pereira começou a sua atividade no setor bancário em 1998, com 28 anos, e oito anos depois ingressou no Banco Santander Totta, para exercer a função de gestor de cliente, na qual transitou por diversas agências, até chegar ao balcão de Caneças, onde atualmente trabalha e é estimado por muitos clientes locais. Mas também ganhou interesse pelo associativismo e é hoje um dos vogais da Direção do nosso Grupo Desportivo, dedicando a sua atenção a diversas modalidades desportivas, sendo responsável por algumas dessas modalidades.

É chegada a hora de fazermos a apresentação de Carlos Pereira a alguns colegas que ainda não conhecem bem este colega, através da entrevista que se segue e a que gentilmente aceitou o nosso entrevistado.

P - Carlos Pereira, muitos dos nossos associados querem conhecer este colaborador do Banco Santander Totta e mais um dos dirigentes do nosso Grupo Desportivo. Quem é o Carlos Pereira e quais as suas origens?

R - Nasci em Lisboa, na Maternidade Alfredo da Costa, a 3 de julho de 1970, e vivi sempre nesta cidade, embora a minha fa-

mília seja originária do Alto Minho. Desde cedo, aprendi a valorizar as minhas raízes e a procurar crescer em todas as áreas da minha vida.

P - Como tem decorrido essa aprendizagem de vida, ao longo dos 54 anos de vida, na infância, na adolescência, e já adulto, primeiro na atividade escolar e depois na atividade profissional?

R - A minha infância foi muito feliz e nunca me faltou o carinho dos meus pais e demais família. Mais tarde, já pensando na atividade profissional que se seguiria, frequentei a Escola Secundária Ferreira Borges, onde completei o curso técnico profissional de Contabilidade e Gestão.

P - Isso funcionou, julgamos, como preparação para a atividade bancária. E era essa a atividade com que sempre sonhou?

R - Era uma das hipóteses que eu admitia. Mas queria afirmar-me mais e, já na vida adulta e exercendo funções como gestor no Santander, quase concluí a licenciatura em gestão bancária no ISGB, demonstrando sempre a minha vontade de evoluir e de adquirir novos conhecimentos.

P - Como foi o seu início de atividade no setor bancário?

R - Profissionalmente, iniciei a minha trajetória desempenhando diversas funções administrativas e comerciais. Em 1998, entrei para o já extinto Expresso Atlântico, como Assistente de Cliente e, em junho de 2006, aceitei o convite do Santander Totta para integrar os quadros da instituição como Gestor de Cliente. Passei por diversos balcões, incluindo Cacém, Queluz, Casal de Cambra, Póvoa de Santo Adrião e, atualmente, estou em Caneças.

P - Mas sabemos que, paralelamente à sua vida profissional, o desporto sempre teve um papel importante na sua vida...

R - Ainda mais, diria que tem sido fundamental na minha jornada. Pouco depois de entrar para o Santander, tornei-me atleta do Grupo Desportivo Santander Totta, primeiro no BTT e, mais tarde, no atletismo, então incentivado pelo António Louro. Vivi experiências enriquecedoras e desafiadoras, como a minha primeira maratona em Lisboa e, posteriormente, no Porto, ambas com a camisola do GDST e ao longo dos 42 quilómetros desses percursos. Participei em inúmeras meias-maratonas e em provas exigentes como a maratona de BTT de Idanha-a-Nova e de Zarza la Mayor, esta de cem quilómetros, entre muitas outras. Atualmente, devido a questões de saúde, dedico-me às caminhadas, mantendo-me ativo e fiel ao espírito desportivo.

P - Isso vale por dizer que a prática desportiva também o levou a interessar-se pelo associativismo...

R - Isso é verdade. Ao longo destes 54 anos de vida, envolvi-me também em diversas iniciativas associativas. Fui membro da Direção da Associação Nossa Senhora da Ajuda e ajudei a criar o departamento de Natureza e Ambiente do CPAS.

P - E quando surge a vontade de colaborar como dirigente do nosso Grupo Desportivo?

R - Isso acabou por acontecer há três anos e meio. Na verdade, em 2022, tive a honra de ser convidado para integrar a atual Direção do GDST como vogal, e ali venho assumindo o pelouro do futebol de onze, do futsal e do ciclismo/BTT.

P - Uma atividade exigente, sem dúvida, E tem sido fácil para si conciliar tudo isso, a vida familiar com a vida profissional e esta com a vida associativa?

R - Na verdade, tem sido um desafio permanente. Não escondo que conciliar a minha vida profissional no balcão de Caneças com as atividades desportivas e associativas tem sido um desafio, mas a minha permanente determinação e a vontade de aprender são o meu motor de crescimento.

P - Esta breve entrevista está a chegar ao fim e, certamente, muito terá ficado por dizer. Mas gostaríamos de terminar com uma sua mensagem de filosofia de vida para transmitir a quem nos vai ler...

R - Como filosofia de vida, acredito que dar o melhor de mim aos outros é a chave para o crescimento pessoal e coletivo. Afinal, o sol, quando nasce, não brilha para se iluminar a si mesmo, mas sim para iluminar os outros. ●



Grupo Motard em passeio descontraído até à “Santander Fest” em Oeiras

Nuno Barquinha

Em 21 de junho, o rugido dos motores deu o mote para mais um passeio de duas rodas, organizado pelo nosso Grupo Motard.

Com partida junto ao emblemático Palácio Nacional de Queluz, os participantes deram início a um passeio descontraído, percorrendo cerca de cem quilómetros pelas paisagens da região. A rota contemplou paragens na pitoresca aldeia da Mata Pequena, numa autêntica viagem ao passado rural, a passagem pelo ponto mais ocidental da Europa – o icónico Cabo da Roca, onde a terra acaba e o mar começa – e ainda uma travessia pelas curvas envolventes da Serra de Sintra. Um percurso que



combinou natureza, cultura e aventura, com espaço para momentos de convívio e partilha entre os participantes.

O almoço prometia boa comida e ainda melhor companhia, e assim aconteceu, durante e depois do repasto, que serviu para carregar baterias, porque ainda havia muito por viver até ao final do passeio.

A etapa final do passeio culminou com a chegada ao “Santander Fest”, em Oeiras, onde nos juntámos ao evento organizado pelo Banco Santander e onde música e animação e o verdadeiro espírito GDST marcaram o encerramento de um dia pleno de energia e boa disposição. ●



Ténis

Jorge Guapo e Paulo Carmona em Torres Vedras

Jorge Guapo

O torneio de ténis organizado pelo Clube de Ténis de Torres Vedras teve lugar no seu complexo desportivo, em 23 de agosto, seguindo o formato competitivo “sobe e desce”, obrigando cada participante a disputar quatro encontros ao longo do dia.

A competição contou com uma pausa para almoço, durante a qual foi servido um convívio gastronómico composto por broa, sardinhas, gambas, salada, fruta e sangria, num ambiente de grande camaradagem.

O GDST esteve representado por Jorge Guapo e Paulo Carmona e, após várias horas de competição intensa, e de acordo com o sistema competitivo adotado, os nossos atletas alcançaram o 6.º e o 13.º lugar, respetivamente.

Antes, em 19 de julho e no mesmo local, teve lugar o Torneio Surpresa de S. Pedro,



que decorreu entre as 9:00 e as 19:00 horas, com uma pausa para almoço e momentos de confraternização entre os participantes. A equipa que representou a secção de ténis do GDST foi composta por Rui Emanuel Silva, Paulo Santos e Jorge

Guapo. Após vários encontros disputados ao longo do dia (quatro por cada participante), num ambiente de grande desportivismo e num dia de calor, o evento terminou com uma excelente prestação dos elementos do GDST. ●

Jorge Anjo não pôde repetir vitória em Corroios

Jorge Guapo

A 27.ª edição do torneio de ténis da freguesia de Corroios, de veteranos, foi realizado entre 4 e 7 de setembro no complexo do Clube Brasileiro Rouxinol. Durante todos aqueles dias o tempo ajudou na prática do ténis de grande qualidade e o nosso Grupo Desportivo esteve representado por Jorge Anjo, que foi defender a sua vitória no torneio do ano passado. Contudo, a prestação do nosso atleta não foi a esperada, tendo sido eliminado na primeira fase, devido a uma pequena lesão e à qualidade dos atletas envolvidos.



Deseja-se ao Jorge Anjo uma recuperação rápida para que continue a bem representar o GDST.

Rui Emanuel Silva na final da escola Jaime Caldeira

O torneio da Liga de ténis decorreu no complexo da escola Jaime Caldeira, de 1 de fevereiro a 30 de junho, e foi disputado em eliminatórias.

O nosso Grupo Desportivo esteve representado ao mais alto nível por Rui Emanuel Silva, que alcançou a fase final, enfrentando dois atletas russos e dois brasileiros e, após várias horas de ténis de grande qualidade, acabou por perder a final, alcançando o segundo lugar, estando de parabéns pela sua excelente participação. ●



Fábio Dias

A 1.ª edição da meia maratona dos parques e passadiços ocorreu em 28 de junho, em Gondomar.

A prova teve partida e chegada no Parque Urbano de Gondomar e o percurso foi um verdadeiro convite à descoberta do património natural do concelho, cruzando locais emblemáticos como: Monte Crasto, Parque Oriental do Porto, Parques Urbanos de Fânzeres, entre outros.

A iniciativa visou proporcionar a experiência de correr e caminhar nos



Atletismo

Rui Henriques em destaque em Gondomar

passadiços e zonas verdes e contou com diferentes distâncias, incluindo, para além da meia maratona (21 quilómetros), uma prova de 14 e uma caminhada.

Estiveram presentes cerca de 350 participantes, estando o GDST representado por Sandra Cunha e Rui Henriques no percurso dos 14 quilómetros. Rui Henriques gastou 01:04:30 horas e foi 10.º na classificação geral e 3.º no seu escalão, enquanto Sandra Cunha fez 02:08:54, tendo sido 75.ª na geral e 10.ª no seu escalão.

Corrida das Fogueiras em Peniche

Na maior prova noturna do País, a Corrida das Fogueiras, com a distância de 15 quilómetros, iluminados por fogueiras e pelo calor das "gentes" da simpática localidade piscatória de Peniche, que saem para a rua com entusiasmo vigorante para saudar os atletas ao longo de todo o percurso, tornando

este evento uma festa popular, já sem contar com a sardinhada oferecida aos participantes.

O GDST participa neste evento há alguns anos seguidos e, desta vez, fez-se representar com 38 inscritos.

Mais de 7000 participantes na prova principal e na Corrida das Fogueirinhas, com 5 quilómetros.

Esta extraordinária prova costumava ser o encerramento apoteótico do calendário desportivo, devido às elevadas temperaturas da época, mas que já não acontecem na atualidade, e além da elevada participação de atletas, os "Amigos de Peniche" merecem toda a nossa confiança e acompanham-nos durante todo o percurso, incentivando na rua com palavras de estímulo ou com gritos de guerra, numa alegria e algazarra contagiante, tendo até quatro dos nossos atletas eu, Rute, Nuno e Helena, tendo ouvido a certo momento "menos conversa e mais correria", claro foi um fartote de risada.

Como não poderia deixar de ser, prova nem sequer é prova sem a subida ao pódio do nosso campeão, Anastácio Valadas, porventura o mais medalhado do GDST e que tanto nos orgulha. Destaque também para Rute Filipe, que praticamente fez a caminhada sempre a correr, e brevemente estaremos a vê-la a fazer os 10 quilómetros... aceitam-se apostas e eu voto que o fará brevemente.

No final da prova, mais uma grande noite da nossa equipa, onde na sardinhada reinou a boa disposição e colecionámos mais um momento de companheirismo, alegria e animação. ●

Três atletas na Corrida de São João, em Gaia

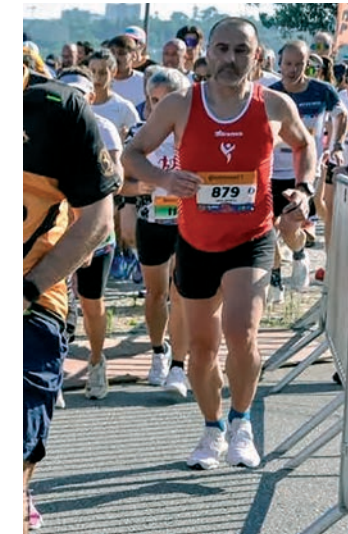
José Filipe Lima

Vila Nova de Gaia foi, em 15 de junho, o palco da 24.ª edição da Corrida de São João, com mais de 4700 atletas a preencherem a zona pedonal de Canidelo, numa manhã que aliou o desporto à celebração dos santos populares.

Um pouco antes do início da prova, o diretor da Runporto deu a partida simbólica para o grupo "Magic Smiles", constituído por cadeirantes, que se fizeram acompanhar de participantes que os apoiaram até à chegada à meta.

Mais do que uma competição, esta edição destacou-se pelo seu cariz solidário e ambiental.

A Delegação Norte, tal como já é habitual, marcou presença e Luís Oliveira,



Adalberto Figueiredo e Bruno Silva granjearam os seguintes resultados:

Luís Oliveira gastou 47:05 e foi 360.º na classificação geral e 39.º no escalão; Adalberto Figueiredo correu em 51:54 e foi 716.º e 73.º, enquanto Bruno Silva gastou 01:25:24 e foi 2670.º e 233.º, na geral e no escalão, respetivamente.

Na semana anterior, também Gondomar recebeu a 10.ª edição da meia maratona "D'ouro Run", que percorreu a estrada marginal do município, entre Valbom e Foz do Sousa. Foi ao longo deste percurso que os atletas encontraram paisagens únicas, deslumbrantes e de rara beleza, com um microclima propício à prática do desporto.

Luís Oliveira participou no evento, classificando-se em 230.º lugar na geral e em 23.º no seu escalão (vet 50), no tempo de 01:39:24. ●

Tiago Sousa e Nuno Martins no triatlo de Viana



Em 6 de julho decorreu, em Viana do Castelo, a 5.ª edição do Triatlo Olímpico, que contou com a participação de mais de 300 atletas, o que tornou o evento num grande sucesso.

Mais do que uma prova, foi uma celebração de superação, espírito desportivo e

união, que invadiu as ruas da cidade minhota. A prova contemplou um percurso de natação de 1500 metros, uma corrida de 10 quilómetros e uma prova de ciclismo de 40 quilómetros.

Os atletas do GDST - Delegação Norte, Nuno Miguel Martins e Tiago Sousa

participaram no evento, tendo gastado respetivamente 02:25:39 e 02:30:36 e obtendo o 95.º e o 140.º lugares na geral.

Tiago Sousa em destaque no Triatlo das Andorinhas

Na semana anterior, decorreu o "Triatlo das Andorinhas", em Sobradelo da Goma, e que marca o calendário dos eventos desportivos do concelho.

Natação, ciclismo e corrida desafiaram os mais resistentes e deram a conhecer o incrível cenário natural da Barragem das Andorinhas e todo o espaço envolvente. Participaram atletas vindos de todo o País e da vizinha Espanha e o nosso colega Tiago Sousa aderiu ao evento e grangeou, na totalidade das provas, a 47.ª posição geral e um honroso 11.º lugar no seu escalão, no tempo de 01:29:19. ●

Trail

Rui Machinho nas encostas de Xira...

António Pires



O "Trail Encostas de Xira" foi corrido em 14 de setembro e organizado pela Destinolimpico - Associação de Desportos Urbanos de Alverca, com o apoio da Câmara Municipal de Vila Franca de Xira, União das Freguesias de Alverca do Ribatejo e Sobralinho e União de Freguesias de Alhandra, São João dos Montes e Calhandriz.

As partidas e chegadas das provas foram junto ao monumento a Hércules, no Sobralinho, junto às instalações do Motoclube de Alhandra, com uma bela

vista sobre a vila de Alhandra, Rio Tejo e boa parte da lezíria ribatejana, e erigido para comemorar a vitória das tropas anglo-lusas sobre os exércitos napoleónicos. O evento integrou três provas competitivas: trail longo de 33 quilómetros com D+ 1350m, trail curto de 17 quilómetros com D+ 750m, mini trail de 10 quilómetros com D+ 450m e a caminhada de 10 quilómetros com D+ 400m, atravessando locais como Calhandriz, Sobralinho, Alhandra, Bairro do Paraíso, A-dos-Loucos, Quinta Sub Serra ou São João dos Montes, não

descurando a circulação por trilhos curiosos como o das Birras, o da Lena ou o do Sobe Pouco, num cenário onde os territórios urbano e rural estabelecem uma harmonia saudável, com muito calor meteorológico e humano à mistura para facilitar a tarefa.

No trail curto, o GDST foi representado por Rui Machinho, que teve de lidar com as adversidades previsíveis do percurso para terminar a prova em 45.º lugar na classificação geral e no 9.º posto no escalão M45, gastando 01:58:45 horas. ●

...e em Espite

Em 20 de julho, a freguesia de Espite, no concelho de Ourém, acolheu os cerca de 800 atletas de nove nacionalidades, que participaram na quinta edição do "Amazing Espite Trail", prova

organizada pelo Clube Desportivo de Espite. Localidade cujo nome deriva de Hospite, palavra latina medieval que designa uma pousada. Esteve ligada historicamente às ordens militares.

Este quinto "amazing" integrou três provas competitivas (trail longo de 31 quilómetros, sprint trail de 19 e mini trail de 10) e uma caminhada de 10 quilómetros, mas não foi a edição com mais participação de sempre pois a data inicial da prova era 18 de maio, em que se realizaram eleições antecipadas e muitos atletas, com a alteração da data, não puderam comparecer.

Sendo que as duas provas mais longas fazem parte do campeonato ATRP respetivamente séries 100 e 150, bem demonstrativo do seu nível de dureza, com subidas e descidas muito técnicas, algumas com cordas tipo OCR, o terreno estava algo pesado e dificultado, graças à chuva que se registou antes e no início das provas.

O GDST esteve representado por Rui Machinho no Sprint, onde foi nono no seu escalão, com 2h37m53s. ●



Rui Cunha foi segundo em Santa Cruz

Desde 2015 que o Torres Trail Clube, com o apoio da Câmara Municipal de Torres Vedras e Juntas de freguesia da Silveira, A dos Cunhados e São Pedro da Cadeira organiza o célebre Ultra Trail Santa Cruz no pico do Verão. Desta feita foi realizado em 26 de julho e foi composto por um ultra trail de 42 quilómetros com D+ de 700m, um trail longo com D+ de 400m e um trail curto com D+ de 200m. Os percursos foram circulares, com partida e chegada no Parque Municipal de Santa Cruz. Os três percursos eram por trilhos com poucas subidas mas desafiantes à volta de Santa Cruz, marcados pelas belas paisagens saloias, alguns moinhos circundantes, estufas, as belas praias de Porto Novo ou Praia Azul, ou a travessia pelo Rio Alcabrichel.

O GDST esteve representado por Rui Cunha e Rui Machinho no trail longo e Rui Cunha foi segundo no seu escalão, com 2h01m28s.

"Trail Summer Challenge" no Lizandro

A 7.ª edição do "Trail Summer Challenge" foi realizada em 6 de julho, com início e fim na Praia da Foz do Lizandro, a sul da Ericeira. O objetivo foi promover o desporto com um impacto ambiental nulo e sensibilizar a população para a preservação do meio ambiente. Esteve associado ao @saveour_ home (projecto que organiza limpezas de escolas, praias, arribas, bermas ou ruas, e o "Plogging" (enquanto se caminha ou se corre recolhe-se o lixo espalhado na natureza), visto que o lema é deixar na natureza apenas a pegada ecológica.

O evento foi composto por duas provas competitivas, trail longo de 24 quilómetros (700 mt D+), trail curto de 14 (400 mt D+) e a caminhada com 14 quilómetros (400 mt D+). A prova estendeu-se por locais com paisagens de ímpar beleza, tais como Praia São Julião, Peroleite, Santa Susana e Pobral, onde a diversidade do trilho não faltou, entre cursos de água, pedregulhos a pedirem para serem escalados, estradão, estrada simples,



terrenos mais arenosos ou a interminável volta à praia da Foz do Lizandro antes da chegada à meta.

Na prova longa participou José Santos, 6.º no escalão M50, com 3h09m, e 64.º na geral. E, na prova curta, Hugo Nunes arrecadou mais um pódio (3.º lugar do escalão M50 com 1h16m e 17.º na geral), e Rui Machinho (4.º lugar do escalão M45 com 1h20m e 25.º na geral).

Mais quatro provas antes do Verão

Em 28 de junho teve lugar a 3.ª edição do "Sesimbra Night Trail", realizado em Sesimbra, que contou com a presença do GDST, ali representado por Ofélia Elias, na prova longa que, com o tempo de 2h45m, venceu no seu escalão e foi quarta na geral

feminina e 40.ª da geral, e por Rui Machinho na prova curta, com o tempo de 1h13m, sendo 26.º na geral e 5.º no escalão.

Em 22 de julho ocorreu a 7.ª edição de trail das Fontes de Caneças. E o GDST fez-se representar na prova curta por Eduardo Gonzalez, que conseguiu um 67.º posto na geral, com 1h50m.

O 2.º trail da Cereja decorreu no Fundão, em 8 de junho e contou com três provas competitivas e uma caminhada e uma grande delegação do GDST, composta por 14 atletas na prova curta, um na longa e vinte na caminhada, o que fez da equipa do GDST a mais numerosa e com direito a prémio.

O destaque merecido vai para Isabel Rodrigues (M60) e Anastácio Valadas (M70) que terminaram a prova curta. no 1.º lugar do pódio dos respetivos escalões.

Na caminhada lamentamos a lesão de uma das nossas participantes, que fraturou um pé, e a quem se deseja rápidas melhoras e recuperação. E um especial agradecimento à dupla de anfitriões, Isabel e João Rodrigues, que tão bem nos receberam no Fundão, proporcionando um fim de semana de corridas, gastronomia, visita à aldeia de Alconçosta e à sua famosa festa da Cereja.

E em 15 de junho teve lugar a quarta edição do "Belas Cross Trail", com a participação de cerca de 350 atletas, entre eles um atleta do GDST, que correu a prova longa e obteve o 79.º posto da classificação geral e o 3.º lugar no escalão M60. ●





Rui Miguel Silva em Terras do Basto

José Filipe Lima

Decorreu a 15 de junho mais uma edição do "Granfondo Terras de Basto", uma aventura que se dividiu em três categorias (Granfondo, Mediofondo e Minifondo), com início e fim em Mondim de Basto e com a presença

de mais de 700 participantes. A prova passou por 4 municípios do distrito de Vila Real: Mondim de Basto, Cabeceiras de Basto, Celorico de Basto e Ribeira de Pena.

Rui Miguel Silva, da Delegação Norte, participou no mediofondo (99 quilómetros). Uma prova bastante dura, que

passou por concelhos de grande beleza, muito bem organizada com reforços sólidos e líquidos em vários pontos chave do percurso.

O atleta do GDST finalizou a prova com o tempo de 04:48:59, classificando-se em 238.º lugar na geral e 37.º na classe Master C. ●

António Louro e Jorge Correia por terras do Médio Tejo

Helder Coimbra

Em 25 de maio decorreu a quarta edição do "Granfondo do Médio Tejo", um evento de cicloturismo que reuniu cerca de 1400 participantes, com partida e chegada no Largo da Várzea

Grande, em pleno centro da cidade de Tomar.

O percurso atravessou diversas localidades dos concelhos de Tomar e Ferreira do Zêzere, proporcionando um desafio exigente e paisagens deslumbrantes.

O GDST esteve representado por

António Louro e Jorge Correia, que competiram na categoria de Masters C e enfrentaram o percurso cronometrado de 77 quilómetros, com 1.717 D+.

António Louro alcançou o 26.º lugar, enquanto Jorge Correia terminou na 34.ª posição. ●



Padel

Nélia Valente e Paulo Carmona em destaque na Paiã

Jorge Guapo

Um torneio de padel decorreu no Clube de Padel da Paiã e disputou-se por eliminatórias, em 5 e 6 de julho.

O GDST esteve representado por Nélia Valente e Paulo Carmona, que alcançaram os quartos de final, após passarem a fase de grupos em 2.º lugar e de ganharem nos oitavos de final, merecendo parabéns pela sua excelente participação. ●

Pesca

Jorge Esteves vence campeonato de pesca embarcada

Luís Ferreira

A final do campeonato de pesca embarcada, organizado pelo Mais Sindicato, teve lugar nos mares entre a serra da Arrábida e a Comporta, em 10 de junho.

Jorge Esteves, com 670 pontos, correspondentes a 25 capturas, obteve o primeiro lugar da classificação. Os outros atletas em representação do GDST garantiram o 1.º lugar da classificação por equipas, com Luís Ferreira em 5.º lugar,

com 460 pontos e 25 capturas, Camilo Baía em 7.º lugar, com 400 pontos e 11 capturas, e Silvério Velez em 8.º lugar, com 380 pontos e 12 capturas.

Jorge Esteves e Luís Ferreira, com a classificação obtida, vão estar no apuramento do campeão nacional bancário, prova que se vai disputar em 25 de outubro, também com a presença dos melhores dos Sindicatos da banca da Zona Centro e da Zona Norte. ●



Alberto Lourenço foi segundo no mar de Matosinhos



Fernando Pereira

Realizou-se em 18 de junho a primeira prova de pesca de alto mar, levada a cabo pelo SBN.

A primeira saída deu-se ao largo de Matosinhos e Alberto Lourenço participou, tal como em anos anteriores, em representação do GDST.

Estiveram em competição duas embarcações e Alberto Lourenço obteve um honroso segundo lugar na classificação individual, com 41 peixes, que lhe deram 1060 pontos.

A segunda prova foi realizada a 3 de setembro, e a ela faremos referência no site do GDST e no próximo número da nossa revista. ●

João Feira e GDST vencem Regional de surfcasting

João Agualusa

Com a realização da 3.ª e última prova de pesca na modalidade de surfcasting, chegou ao fim o campeonato regional interbancário, com destaque para a excelente prestação de João Feira, que conquistou a vitória individual, ao totalizar 3712 pontos e ao vencer a sua zona em todas as provas realizadas — um desempenho notável e consistente.

João Agualusa obteve o segundo lugar, com 1427 pontos e dois primeiros lugares e um segundo ao longo da competição. Oriolando Nascimento terminou na quarta posição, com 1343 pontos, enquanto Silvério Velez, com 476 pontos, alcançou um sempre hionroso oitavo posto. A nível coletivo, o GDST sagrou-se campeão por equipas, confirmando o excelente desempenho global dos seus atletas, que bem merecem parabéns a todos eles, pela dedicação, espírito competitivo e excelentes resultados.

A final nacional está agendada para 15 de novembro e terá lugar na praia de Soltoira. ●



GDST vence torneio de tiro do Mais Sindicato

Custódio Pereira

Em 14 de junho, realizou-se a 5.ª e última contagem do torneio de tiro do Mais Sindicato, no campo de tiro O Pinhal, no Algarve. Num dia excelente para a prática da modalidade, todos os nossos atiradores estiveram de parabéns, com destaque especial para Jorge Picanço, João Gouveia e António Galrito. Após a realização da prova, procedeu-se à entrega de prémios e lembranças a todos os participantes, numa cerimónia conduzida pelos elementos da comissão organizadora e representantes do Mais Sindicato.

Um dos momentos mais marcantes do dia foi a celebração do 91.º aniversário de Silvano Picanço, do BPI, o atirador mais veterano ainda em atividade. Os presentes cantaram os parabéns com grande entusiasmo, num momento de alegria e emoção que comoveu todos.

A representação do GDST garantiu o segundo lugar por equipas e foi composta por João Gouveia, David Ferreira e António Galrito. E estas foram as posições obtidas pelos nossos dez melhores atiradores: 4.º – João Gouveia; 5.º – David Ferreira; 7.º – António Galrito; 9.º – Jorge Picanço; 13.º – Paulo Vaz; 16.º – Carlos Santos; 17.º – Carlos Valente; 23.º – Fernando Moreira; 27.º – José Raposo e 34.º – Custódio Pereira.

Antes, em 24 de maio, teve lugar a 4.ª contagem, no campo de tiro de Pegões. E, mais uma vez, os nossos atiradores estiveram em grande destaque, com prestações de elevado nível: António Corôa sagrou-se vencedor, com uma exibição exemplar, enquanto João Gouveia foi terceiro, demonstrando grande consistência, e David Ferreira foi quarto, a escassos pontos do pódio, contribuindo para o forte desempenho coletivo da equipa. ●

João Gouveia e o GDST ganham em Estremoz

A 24.ª edição do "Prato de Ouro" realizou-se em Estremoz, em 5 de julho. O GDST esteve presente na prova do Novo Banco com dez atiradores e com bastante evidência, já que João Gouveia ganhou brilhantemente o "Prato de Ouro" e o GDST também se evidenciou, tendo obtido o 1.º lugar na classificação coletiva, sendo de enaltecer a presença dos nossos atiradores e um agradecimento à nossa Direção pelo apoio prestado.

António Corôa foi quinto no "Prato de Prata"

Realizou-se no primeiro fim-de-semana de setembro a 36.ª edição do "Prato de

Prata" dos Serviços Sociais da CGD, marcada por um excelente espírito de convívio entre os atiradores participantes. O GDST marcou presença com cinco atiradores, alcançando um honroso 3.º lugar por equipas. E esta foi a classificação individual dos nossos atletas: 5.º António Corôa; 10.º Carlos Santos; 11.º António Galrito; 22.º Custódio Pereira; 26.º Américo Lourenço.

Encerramento da época em Évora

Antes, em 26 de julho, o campo de tiro de Évora recebeu o convívio de encerramento da época dos atiradores do

GDST, que contou com a participação de 16 atletas.

Num dia marcado por temperaturas elevadas, reinou o bom ambiente e a camaradagem entre todos os participantes.

Após uma competição renhida, a classificação final dos quatro primeiros ficou assim ordenada:

1.º António Galrito, 45 pontos; 2.º João Gouveia, 43; 3.º David Ferreira e António Corôa, 41 pontos.

Este convívio encerrou a temporada de forma positiva, destacando o espírito desportivo e a união sempre reinantes entre os nossos atiradores. ●



O Externato O Lar da Criança é uma escola onde todos os saberes são válidos, os alunos aprendem um pouco de tudo e a curiosidade pelos saberes latos é estimulada, onde existem tempos de curiosidade formal e informal, além de ser dada rédea solta à imaginação e à brincadeira criativa. Mas sempre em disciplina e respeito por todos e cada um, que as normas, de acordo com os nossos princípios, são de fundamental importância na estruturação da pessoa.

Escola com largas tradições no ensino pré-escolar e do 1.º ciclo e com reconhecida qualidade e competência na formação escolar, moral, social e cívica, através de uma metodologia sempre moderna e dinâmica. O presente acordo, agora estabelecido com o GDST, tem por objeto a concessão aos associados do GDST das seguintes condições especiais:

- 10% de desconto no valor da propina anual de ensino
- 15% de desconto no valor da alimentação
- 15% de desconto no valor do prolongamento.



Happy Code é a primeira escola de tecnologia e programação para crianças e jovens, dos 5 aos 17 anos. O propósito é o de desenvolver através da programação competências essenciais nas crianças do Séc. XXI, tais como o raciocínio lógico, capacidade de resolução de problemas complexos, criatividade ou pensamento crítico. E oferece condições especiais de acesso aos seus cursos em período letivo e de férias, em qualquer dos seus centros ou extensões.

Nos cursos regulares (período letivo, 60 ou 90 minutos por semana): oferta de taxa de inscrição (25€) e desconto de 10% para os filhos de associados do GDST, em qualquer das suas escolas.

Cursos de férias: desconto de 10% para filhos de associados do GDST, em qualquer das suas escolas

Estas ofertas não são acumuláveis com outras promoções em vigor e estão disponíveis nos centros Happy Code a nível nacional, e nos programas Live Online.

Centros e extensões: Lisboa: Campo de Ourique, Oriente e Lumiar; Grande Lisboa: Cascais e Oeiras; Centro: Caldas da Rainha e Leiria; Norte: Gaia, Porto e Vila Verde; Sul e Ilhas: Faro e Funchal
Contatos: info@happycode.pt - <https://www.happycode.pt>



Joias e Arte

A Joias e Arte nasceu de um sonho: o de unir a arte da joalharia aos desejos, memórias e emoções dos clientes. Foi criada em julho de 2020, com o objetivo de dar continuidade a uma tradição familiar com mais de trinta anos, materializando as aspirações e perspectivas de uma nova geração.

Surgimos no coração de Lisboa como uma loja de joalharia que alia tradição, qualidade e uma curadoria criteriosa. Desde o primeiro dia, o nosso compromisso tem sido oferecer peças que unem bom gosto, autenticidade e acessibilidade, servindo diferentes estilos, ocasiões e gerações.

Procuramos dar um novo brilho ao classicismo da ourivesaria portuguesa, com um toque contemporâneo e uma atenção especial ao detalhe.

Descontos comerciais especiais aos associados do GDST e agregado familiar: 20% sobre os artigos em ouro e prata sem marca específica (marca genérica); 10% sobre os artigos em ouro, prata e aço de marcas que te-

nam um preço recomendado ao público (Eugénio Campos, Upola, Anio Hoie, Love Me, Franco Vieira, Solvatore, Hassu FA e Zinzi); 20% sobre o preço de tabela da mudança de pilhas em relógios e comandos; 20% sobre os valores orçamentados (o orçamento é gratuito) para reparação de relógios; 50% sobre o preço dos brincos de furação de orelhas e do respetivo serviço de furação; 50% sobre os trabalhos de oficina de gravação e 20% sobre os restantes trabalhos (designadamente soldadura, polimento, restauro, aumento e diminuição de alianças e anéis, cravação de pedras e pérolas e banhos de ouro e ródio) e 20% sobre o serviço de enfiar colares de pérolas ou pedras.



Com propriedades de norte a sul de Portugal, o Pacheca Group aposta em revelar o potencial histórico, natural, vinico e gastronómico de cada localidade, através de programas de enoturismo muito autênticos e que se tornam uma marca inesquecível para todos os que os visitam.

A Delegação Norte estabeleceu uma parceria com o Pacheca Group, com o objetivo de oferecer aos seus associados e respetivos agregados familiares a oportunidade de usufruírem dos serviços disponíveis, com descontos de 15% nas reservas de alojamento em qualquer das suas unidades: Porto Old Town, Vila Marim Country Houses, Olive nature hotel and SPA, Herdade da Rocha, The wine house hotel, Wine barrels, Quinta S. José do Barrilário e Hotel Folgosa Douro. E também desconto de 15% na compra de vinhos e experiências nas lojas on line.

Para usufruir de todas estas condições, os associados devem comprovar a sua qualidade de sócio do GDST mediante a apresentação do cartão de associado ou de outro documento válido que ateste essa condição.

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 de 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