



# Aveiro

espera por nós



**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

6

**Social**  
Assembleia Geral aprovou contas



8

**Social**  
António Cardoso em entrevista

**Lazer** 11

Viajar em família



### 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 ére, lda. | xer@netcabo.pt **Tiragem** | 8.300 exemplares **Preço** | exemplar 0,40€ **Periodicidade** | Trimestral **Depósito legal** | 243341/06

### 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



Mário Rui Costa  
Presidente



Desporto 14  
GDST vence torneio de futebol em Portimão



Desporto 28  
Intensa atividade de Trail de norte a sul

## Convívio Nacional 2023 Aveiro

### Setembro vai ser mágico!

Caras e Caros sócios do GDST,

Após o sucesso que foi o Convívio realizado em Tomar, no ano de 2022, a Direção do nosso GDST decidiu avançar para mais uma realização que esperamos seja do agrado de todos os sócios, atletas e agregados familiares.

O local escolhido para este acontecimento sempre tão aguardado foi Aveiro, cidade de muitos encantos e de muita atividade tanto desportiva como cultural e conhecida pela Veneza Portuguesa.

Esperamos que seja um destino aproveitado e valorizado por todos os participantes

A data escolhida para este Convívio foi de 22 a 24 de setembro.

O GDST, neste ano de 2023, aplica aos atletas condições de inscrição muito vantajosas, com uma excelente oferta de 2 noites em hotel de 4 estrelas, com jantar de abertura na sexta-feira e almoço de encerramento em 24 de setembro, domingo.

Para o agregado familiar as condições são também excecionais, com a natural diferença para os valores dos atletas

Quanto aos alojamentos teremos 2 hotéis de igual nível, em que a preocupação do GDST foi garantir a qualidade e as melhores condições de alojamento, para que todos possam desfrutar da bela cidade de Aveiro, sendo a distribuição dos participantes pelos hotéis responsabilidade da organização.

Temos muitos atletas a procurar a sua modalidade de eleição e também muitos outros sócios que se preparam para passar um fim de semana de exceção, na companhia de familiares e colegas que, por um motivo ou outro, não vemos com a frequência desejada.

Em termos organizativos teremos a receção dos participantes na sexta-feira 22 de setembro, no Hotel Melia, seguido do jantar de abertura no mesmo local.

As atividades desportivas terão lugar durante o sábado 23 de setembro, bem como as visitas culturais e de lazer.

Fecharemos o convívio em grande estilo, com o almoço final de entrega de prémios e encerramento no domingo, dia 24, com presença obrigatória de todos os participantes.

O programa está definido e acessível a todos os sócios e atletas do GDST.

Aproveito ainda este editorial para desejar a todos umas excelentes férias e que aproveitem para recarregar baterias junto das vossas famílias e amigos.

Esperamos por todos no Convívio em Aveiro.

Mário Rui Costa



## A nova Sede é já uma realidade

Hilário Selidónio

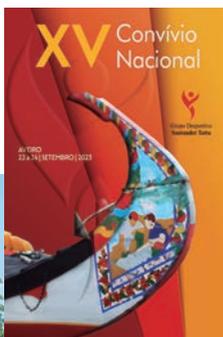
Com a notificação de que teríamos de encontrar alternativa à histórica sede, cedo esta Direção se propôs encontrar um local apropriado que servisse o propósito e dignificasse o legado do Grupo Desportivo do Santander Totta.

Das várias opções que foram identificadas, a escolha recaiu nas instalações sitas na Rua General Firmino Miguel, nº 12 Loja B, 1600-300 Lisboa, que reuniam as condições julgadas necessárias para a instalação dos serviços e da Direção, possuindo

ainda uma sala multiusos, que permite a realização de reuniões e assembleias.

A sede é composta por dois pisos: no piso inferior encontram-se os serviços administrativos e o atendimento aos sócios, no piso superior encontram-se a sala da Direção, o gabinete do Presidente e o salão multiusos.

Venha conhecer a nova sede, que funciona todos os dias uteis, das 8:30 as 16:00 horas. ●



## Convívio Nacional em Aveiro de 22 a 24 de setembro



Mário Rui Costa

O nosso Grupo Desportivo vai recuperar a tradição e organizar uma nova edição do Convívio Nacional, que terá lugar na aprazível cidade de Aveiro, entre 22 e 24 de setembro.

Trata-se, como sempre, da oportunidade de todos os praticantes das diversas modalidades e atividades que se praticam no seio do Grupo Desportivo se juntarem num momento de confraternização, amizade e companheirismo.

Os participantes terão oportunidade de rever amigos, praticar desporto, divertir-se nas visitas culturais e de lazer e fazer deste Convívio Nacional um momento muito agradável e em que todos tenham oportunidade de conhecer a encantadora cidade de Aveiro.

Não se trata, apenas, de um encontro desportivo, pois teremos ao dispor de todos os participantes um fim-de-semana para conhecer, também, o museu da Vista Alegre, a Costa Nova e o Aquário dos bacalhaus, entre outros pontos de interesse.

No domingo, último dia do Convívio, não pode faltar um passeio de moliceiro e a novidade, para os mais gulosos, um "workshop" de confeção de ovos-moles.



Contamos também consigo. Inscreva-se quanto antes, pois as inscrições são limitadas. O boletim de inscrição encontra-se disponível no site do Grupo Desportivo. ●



## Assembleia Geral de sócios aprovou contas e relatório

Hilário Selidónio

Foi já nas novas instalações que decorreu a Assembleia Geral de sócios, para aprovação do relatório de atividades e das contas referentes ao exercício de 2022.

A assembleia teve lugar em 31 de março e contou com a participação de vários sócios, que aprovaram as contas do exercício de 2022.

O mandato da Direção, que se iniciou sob o lema “Rumo ao Futuro, um Grupo Desportivo para Todos”, deu os primeiros passos do seu mandato com determinação e vontade de cumprir. Desde logo, retomando a tradição, que tinha sido interrompida e promovendo, em tempo recorde e com os recursos internos, o Convívio Anual em Tomar.

Este Encontro foi um sucesso, segundo todas as opiniões que nos chegaram, permitiu o reencontro dos sócios do GDST e constituiu o retomar das atividades em grupo, após a longa pandemia do Covid19.

Para contribuir para esse objetivo, fizemos um esforço financeiro elevado, pois queríamos captar novamente os sócios para

os Convívios Nacionais, depois de três anos de confinamento.

Por outro lado, não nos podemos esquecer de que, em maio de 2022, um mês após a tomada de posse desta Direção, tivemos de mudar de instalações, com tudo o que esta operação acarretou, em termos de logística. Sem o grande apoio dos serviços do Banco não seria possível a sua execução no tempo previsto e com os resultados alcançados.



De acordo com o programado, concluímos o projeto do novo site, ferramenta indispensável na facilitação dos contactos e melhoria do serviço prestado aos sócios.

Para além disso, este novo site – que, aos poucos, vai chegando ao conhecimento de todos os interessados - também permite a integração com o software da contabilidade, agilizando os procedimentos e dando outra segurança nas operações.

Com o retomar pleno das atividades e modalidades após o confinamento e atendendo a que a participação do BST se manteve ao nível dos anos da pandemia, o resultado líquido foi fortemente penalizado por essa circunstância.

De referir que, neste exercício, o valor da dotação atribuída pelo Banco para as atividades do GDST foi de 188.000 €, que corresponde a uma redução de 80.000 €, em relação ao valor que era atribuído antes da pandemia.

Por outro lado, e como referido, em maio de 2022 houve a mudança de instalações da sede do GDST, tendo o Banco decidido que o arrendamento e todas as despesas inerentes passariam a ser da responsabilidade do GDST, com o BST a atribuir anualmente o montante de 50.000 €, o valor que, segundo os registos do banco, correspondiam a estas despesas anuais.

Durante 2022, o GDST recebeu do banco 25.000 €, correspondente a um semestre. No entanto, o custo das rendas e despesas inerentes (água, luz, comunicação e limpeza) atingiu o montante total de 29.626,20 €, valor que não contempla os custos suportados pelo GDST com a mudança da Sede e a reinstalação nas novas instalações.

Nestas circunstâncias, o resultado líquido do exercício foi negativo em 38.607,67 €.

No futuro, se a dotação transferida para fazer face aos custos do arrendamento e outras despesas associadas não for sendo ajustada ao valor da inflação será insuficiente, atendendo ao verificado nos últimos sete meses do ano passado e ao expectável aumento de preços de todas as despesas com rendas, água, luz, limpeza, AVAC/instalações elétricas, seguros multirriscos e manutenção, que passaram a ser da responsabilidade do GDST.

Os proveitos totais atingiram o montante de 467.137,17€, com destaque para os “Outros Rendimentos e Ganhos”, no montante de 159.170,62 €, e os subsídios da exploração de 308.000 €, onde estão incluídos a participação do Banco, no montante de 213.000 €, sendo os restantes 95.000 € de operações de periodificação do final do exercício.

Em 2022, os custos totais atingiram o montante de 509.141,47 €, que incluem todas as rubricas da “Demonstração de Resultados”, e também os “Gastos de Depreciação e de Amortização”, no montante de 14.338,20 €.

Destes custos totais destacamos os “Outros Gastos”, no montante de 208.608,36 €, e os fornecimentos e serviços externos, no montante de 194.256,74 €.



O “Resultado Operacional” (antes de gastos de financiamento e impostos e depois de gastos de depreciação) atingiu o montante negativo de 38.641,12 €.

Muito embora o resultado negativo no exercício, a situação económica e financeira do GDST continuou sólida em 2022. Nestes termos, os “Capitais e Fundos Próprios” atingiram no exercício o valor de 525.569,72 €, que asseguram com segurança a cobertura do ativo fixo imobilizado, no montante de 116.887,64 €, sendo 109.341,60 € referentes ao imobilizado e 7.546,04 € referente a existências.

A tesouraria continuou também a revelar uma situação saudável, equilibrada e com uma margem de segurança significativa, evidenciada através de um fundo de maneo positivo de 408.682,08 €. Deste excedente, destacamos as aplicações em depósitos bancários a prazo, no montante de 352.998,08 €, esperando que a rentabilidade dos depósitos a prazo possa melhorar no futuro próximo, quer pelo aumento das taxas de juro praticadas pelo Banco quer pela eventual aplicação em produtos com garantia de capital junto da IGCP.

Nas receitas orçamentadas para 2022, destacamos a redução na quotização de sócios, devido à política de redução de quadros do Banco, bem como a continuação da redução para 188.000 € da participação para as atividades.

No exercício do ano passado, a participação do Banco foi idêntica aos anos da pandemia, quando as atividades do GDST estiveram muitas vezes suspensas, devido ao confinamento. Assim, o Banco transferiu este ano o montante de 188.000 € para o financiamento das atividades.

Por outro lado, em 2022, devido à mudança de instalações ocorrida em maio, e à aplicação das novas orientações, com o GDST a suportar os custos com rendas e todas as outras despesas associadas, o Banco transferiu mais 25.000 €, correspondentes a um semestre. Assim, a participação do Banco em 2022 atingiu o montante de 213.000 €.

Após apresentação e discussão das contas, as mesmas foram aprovadas pelos associados presentes. ●



António Cardoso,  
Vice-Presidente a Direção do GDST

## "A minha participação no associativismo não é nova"

Antonio Cardoso é o Vice-Presidente da Direção do GDST. Nascido em 27/5/1963 há 60 anos, ingressou no setor bancário em 1986. Conhecido de muitos colegas no nosso Banco - sobretudo daqueles que estão mais envolvidos na prática desportiva com a camisola do GDST - importa dar a conhecer algumas das tarefas que está a desempenhar no nosso Grupo Desportivo e, também, as suas principais aspirações no movimento associativo a que pertence por devoção.

**Pergunta:** Como e quando começou a sua participação no movimento associativo no setor bancário?

**Resposta:** A minha participação no associativismo do setor bancário não é nova, pois estou, há já vários anos, ligado aos Grupos Desportivos, com origens no Clube BCI. E fui um dos elementos que participou na comissão instaladora da fusão dos grupos desportivos do Crédito Predial Português, Santander e Totta Açores, dando origem à fundação, em 1 de setembro de 2005, do atual Grupo Desportivo Santander Totta.

**P:** Foi eleito para a atual Direção em Março do ano passado, para desempenhar o cargo de Vice-Presidente. Os nossos associados gostariam de conhecer melhor quais são as suas principais atribuições no cargo que agora ocupa.

Rui Santos



R.: A panóplia de oferta existente na componente desportiva impõe que sejamos criativos e inovadores na forma de fidelizar e reconhecer os que já são sócios. E, pela ambição que temos e demonstramos, leva-nos a acreditar na crescente adesão às iniciativas que promovemos, trazendo para junto de nós os que ainda não são sócios do nosso Grupo Desportivo.

**P.: Mas a sua atividade na Direção do GDST não se esgota na área desportiva, tanto quanto julgamos saber...**

R.: Isso é verdade, a minha atividade não se esgota no desporto do GDST. No pelouro de eventos nacionais, e em colaboração direta com o Presidente, articulo a realização dos aniversários do nosso Grupo Desportivo, o Convívio Nacional, o Almoço de Natal dos Órgãos Sociais e Atletas do GDST e festas de Natal do Banco, em Lisboa e delegações do Porto, Coimbra, Algarve e Funchal.

**P.: Falou, há pouco, que pretende criar e inovar. Será que nos pode avançar, desde já, algumas ideias e objetivos para levar a cabo?**

R.: A porta está aberta para todos nesta grande casa que é a nossa. E estamos abertos a todas as sugestões que visem o crescimento do nosso Grupo Desportivo. Mas, no que respeita a avançar ideias, prefiro só o fazer num futuro breve, quando algumas dessas ideias estiverem mais definidas quanto à sua execução. ●

R.: Como Vice-Presidente da Direção do GDST, atualmente compete-me:

- Gerir e coordenar toda a área desportiva;
- Promover a interatividade entre as áreas desportivas da Sede e das Delegações;
- E coordenar a aquisição de equipamentos desportivos, entre outras de menor relevância, para além de cooperar com os responsáveis dos diversos pelouros da Direção.

**P.: Pelo que ficou dito, fácil será depreender que é a área desportiva que mais o ocupa, dentro das suas atribuições...**

R.: Na verdade, foi e continua a ser como responsável da área desportiva que ocupo uma boa parte do tempo no Grupo Desportivo. Nos dias de hoje está a ser muito difícil a prática das modalidades desportivas ditas coletivas e algumas delas estão numa fase menos atrativa e com tendência a desaparecer, mas em contrapartida, temos outras modalidades individuais mais recentes que estão numa fase de crescimento espetacular e isso muito nos agrada. É por isso que tentaremos acompanhar e apoiar as atuais realidades.

**P.: É sabido que, na área desportiva, é constante o movimento daqueles que iniciam a sua atividade e outros que a abandonam. Como gere esse movimento de entradas e de saídas da prática desportiva?**



**"a minha atividade não se esgota no desporto do GDST. No pelouro de eventos nacionais, e em colaboração direta com o Presidente"**



## Festa do marisco na Galiza de 13 a 15 de outubro

Joaquim de Sousa

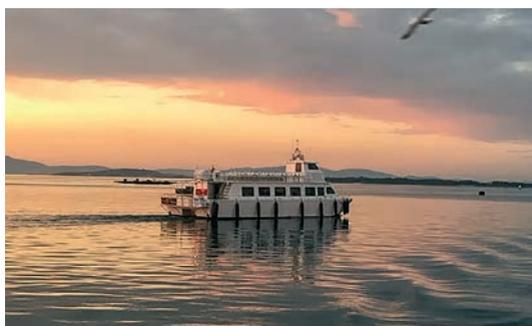
A Delegação Norte, através da sua secção de Cultura e Lazer, vai realizar um passeio de três dias na Galiza e El Grove, passando também por Santiago de Compostela.

A saída será do Porto, na tarde do dia 13, com chegada, jantar e alojamento já em terras galegas, no Rio Arosa, perto de El Grove.

O segundo dia será ocupado com a visita a Santiago de Compostela e à sua catedral, com tarde livre para desfrutar da cidade, antes do regresso ao hotel do Rio Arosa, para jantar e alojamento.

O terceiro dia da viagem começa, após o pequeno-almoço, com uma curta viagem até El Grove, com tempo livre para desfrutar de toda a magia da festa do marisco, seguindo-se um cruzeiro na ria, para conhecer o processo de cultivo de mexilhões, ostras e vieiras. No final, os participantes terão um almoço especial de marisco, em restaurante, após a viagem de regresso ao Porto, com passagem e curta paragem em Sanxenxo, popular zona galega de veraneio.

Os associados terão de inserir, no side do GDST, o seu agregado familiar e, após validação, registar-se em "Viagens – Delegação Norte".



O preço por pessoa é de 315 €, para sócio e seu agregado familiar, e de 350 € para outros acompanhantes, com redução de 50% para crianças dos 4 aos 11 anos e 60 € de suplemento de estada em quarto individual. O preço inclui viagem em autocarro, hotel de 4\*, refeições com bebidas, visita à Catedral de Santiago de Compostela, cruzeiro e seguro de viagem.

A viagem será feita com um mínimo de 30 participantes e a inscrição decorre até 15 de setembro. ●



## Viajar em família

– uma opção saudável e divertida



Vitor Pereira

O pelouro das viagens está a organizar para os associados do Grupo Desportivo um programa de viagens para 2023, com cinco destinos:

- Parque Futuroscope e Paris (6 dias);
- O mundo fantástico de Efteling e Amsterdão (5 dias);
- Autocaravanas na Escandinávia: Noruega ou Islândia (8 dias);
- Cabanas nos fiordes em Sogndal, na Noruega (8 dias);
- De Harry Potter a Shrek, em Londres (6 dias) .

Os contatos para informações e/ou reservas estão indicados em cada um dos programas, já disponíveis no site do GDST. E nos pedidos de informação sobre preços, os associados deverão informar da sua qualidade de sócios do GDST, para serem de imediato identificados com os programas e preços exclusivos, com condições preferenciais para si e seu agregado familiar. ●

## Retoma intensa das atividades desportivas



O ano de 2023 iniciou com a retoma das atividades desportivas, onde têm vindo a ser incluídas novas modalidades, das quais se destaca o padel, que tem tido uma evolução muito positiva no número de participantes e cujo 1.º torneio interno já tem data marcada.

### Atletismo

## Grande atividade nos últimos tempos

Fábio Dias e Joaquim de Sousa

Os atletas do nosso Grupo Desportivo estiveram em grande atividade nos últimos tempos, como fica demonstrado pelo elevado número de provas em que participaram.

Na impossibilidade de destacar todas essas provas, devido à falta de espaço, aqui fica a nota dos principais resultados obtidos pelos nossos atletas:

- Corrida de Perafita, em 4 de junho: 134.º Luís Oliveira, 00.45.43; 308.º Bia Maia, 00.59.56;

- Corrida de Belém, em 1 de junho: 1.º Anastácio Valadas; 2.º Luís Allen (ambos no seu escalão);

- Meia maratona de Cortegaça, em 14 de maio: 141.º Nuno Moreira (50.º no seu escalão);



- "Forum Barreiro Night Run", no Barreiro, em 6 de maio: Silvério Correia, Ricardo Menino, Sérgio Dias e Tiago Bandeira na prova de 10 quilómetros e seis atletas na caminhada;

- "Corre praia", na Costa de Caparica, em 7 de maio, com doze atletas nossos;

- Corrida internacional do 1.º de maio, em Lisboa: Paulo Alves com ótimo desempenho e Anastácio Valadas no 1.º lugar do seu escalão, nos 15 quilómetros, onde participaram mais sete atletas do GDST e quatro na caminhada;

- Meia maratona de Setúbal, em 30 de abril: 66.º Paulo Alves, com 1.42.43 na meia maratona, e 15.ª Sílvia Lourenço no seu escalão com 1.10.30 nos dez quilómetros;

- GP Clube do Pessoal Águas de Gaia, em 16 de abril: 265.º Adalberto Figueiredo, 00.47.06

- Meia maratona do Cávado, em 16 de abril: 261.º Nuno Falcão, 01.55.31. ●



## Bowling

# Carina Silva esteve na final das Caldas da Rainha

Carina Silva

Uma equipa do nosso Grupo Desportivo, formada por Luís Oliveira, Carina Silva e Sérgio Silva, tem estado a participar na 17.ª edição do torneio da modalidade, organizado pelo Mais Sindicato.

A competição decorreu na Beloura, entre 28 de janeiro e 22 de abril, com a realização das quatro jornadas previstas e estas foram as pontuações totais obtidas pelos nossos atletas: Carina Silva, 2712 pontos; Sérgio Silva, 2460; e Luís Oliveira, 2236.

O nosso Grupo Desportivo esteve presente pela primeira vez na final do torneio, que se realizou nas Caldas da Rainha e ali representado por Carina Silva. ●



## Treinos de boxe educativo já começaram



António Pereira

GDST está a disponibilizar aulas/treinos de boxe educativo, com a presença de um monitor, nas instalações da Rua Adelaide Cabete, 10, em Lisboa, às segundas e quartas-feiras, entre as 19:00 e as 20:00.

Os interessados devem contactar o seccionista, António Pereira, pelo 914 001 196, ou os Serviços Administrativos do GDST. ●



## Futebol

# GDST vence “Footugal Cup” em Portimão

Rogério Rodrigues

A nona edição do “Footugal Cup”, em futebol de sete e organizado pela Sideline, teve lugar em 27 e 28 de maio, desta vez no campo de jogos do Centro de formação do Portimonense.

Esta competição é considerada uma das melhores na vertente de sete e nela participou a nossa equipa de futebol de

onze, com mais um resultado a todos o título brilhante, sobretudo na classificação obtida e na disciplina demonstrada, o que muito dignificou a camisola do nosso Grupo desportivo e, consequentemente, o Banco Santander.

O torneio contou ainda com a participação de outras quatro equipas – as do Povoense, MPL, Hospital de Santa Maria e TAP – com a realização de jogos de 40 mi-

nutos entre todas elas. E a nossa equipa ganhou todos os quatro jogos que disputou, sagrando-se campeão da competição e com Carlos Lopes, também do GDST, a chamar a si o troféu de melhor marcador, com os festejos do título a terem imagens para ver e rever no YouTube, com o grito de “O Santander é campeão”.

Terminada a temporada 2022/2023, sabe-se já que a equipa técnica do futebol de onze do nosso Grupo Desportivo continuará a ser constituída por Nuno Luís, treinador, Vítor Camacho, adjunto, e Rogério Rodrigues, delegado, sendo que os dois primeiros também integram o nosso plantel de jogadores.

Com este novo triunfo, a nossa equipa não podia ter uma desfecho de época mais gratificante, revelando um espírito de equipa contagiante, amizade, disponibilidade e, consequentemente, uma reconhecida qualidade em relação ao futebol praticado. ●





## Karting

# Luís Mendes brilha na Taça Inter Troféus

Pedro Machado

A 21.ª edição da Taça Inter Troféus decorreu em 28 de janeiro, na pista do Campera, e contou com a participação de 90 pilotos, juntando os seis melhores classificados de 15 campeonatos históricos do nosso País, para amadores.

Nesta competição, os pilotos fazem diversas mangas de apuramento, pro-

curando obter o maior número de pontos para as suas equipas e, no final, ganha a equipa que amealhar a melhor pontuação.

O GDST esteve representado por duas equipas, uma da Delegação Sul e outra da Delegação Norte, que pagou na pista – que não conhecia – a fatura da inex-

periência. E a equipa do Sul foi oitava na classificação geral.

O maior destaque vai para os dois pilotos do GDST que foram apurados para a final, juntamente com outros 18 mais pontuados do dia, tendo Luís Mendes alcançado um excelente quarto posto, enquanto o 13.º lugar foi para Filipe Trinca. ●

# José Luís Pimentel domina campeonato do Norte



Diogo Giraldes

José Luís Pimentel, José Pedro Lemos e Ricardo Fontão figuram, por esta ordem, nos três primeiros lugares da

classificação do campeonato interno da Zona Norte, que vai na sua 17.ª edição e que começou em 11 de março, no kartódromo do Cabo do Mundo. Nessa prova, José Luís Pimentel – o vencedor da edi-

ção anterior – fez a “pole”, seguido de dois “veteranos”, Diogo Giraldes e Mário Costa, mas seria José Pedro Lemos a vencer a primeira corrida, depois de uma excelente recuperação.

A segunda corrida do dia foi ganha por José Luís Pimentel, seguido de Luís Amaral e de Ricardo Fontão, numa prova que contou com dois estrepantes, Jorge Nunes e Fernando Coutinho, que deram boa conta do recado.

A segunda prova do campeonato realizou-se em 7 de abril, no kartódromo de Viana, com a participação de doze pilotos. E José Luís Pimentel voltou a vencer, com José Pedro Lemos e Ricardo Sousa nas posições imediatas. ●

# Curso de pilotagem e prova aberta



Hilário Selidónio

O dia 26 de março começava encoberto mas, enquanto nos dirigíamos para o Kartódromo Internacional de Palmela, o sol timidamente foi aparecendo e tornou-se um ótimo dia para a prática das modalidades motorizadas, com sol não excessivamente quente, temperatura amena e estavam criadas as condições para um belíssimo dia de convívio.

Chegados ao Kartódromo, já o Nuno Barradas, da Escola de Pilotagem Honda (EPH), se movimentava na preparação de mais um curso que, pela elevada participação, teve necessidade de dividir em dois grupos, pois as motos da EPH estavam limitadas a cinco veículos; e, enquanto uns tinham uma abordagem teórica nas instalações da escola, outros



tinham já a sua primeira experiência no mundo das motos. Na pista dedicada à escola o lema é aplicado à letra (basta saber andar de bicicleta) e no final do curso todos estavam capacitados e motivados para rolar em segurança em duas rodas.

Mais uma vez o Nuno Barradas não desiluiu e, com todos os seus créditos de ótimo instrutor, deu dicas muito úteis e práticas aos participantes sobre a forma de abordar os desafios de rolar em duas rodas; o curso teve aprovação e nota máxima de todos os participantes. Obrigado mais uma vez Nuno Barradas.

Ainda os últimos cinco participantes do curso de pilotagem rolavam na pista, já começavam a chegar os pilotos e demais participantes que iriam dar cor à atividade preparada para a parte da tarde: uma prova aberta de karting e que contou com 18 participantes do GDST, que tão bem foi organizada pelo nosso seccionista Pedro Machado, não sem antes, e como o horário já estava apertado, o diretor da modalidade, Silvério Correia, ter proporcionado um pequeno

# num dia bem passado em Palmela

momento para recuperar forças com umas pizzas, entregues no Kartódromo, momento que foi do agrado de todos, principalmente dos mais novos.

Retemperadas as forças, foi hora das verificações e autorizações técnicas para os jovens pilotos que teriam pela primeira vez a oportunidade de correr num karting de competição, para os menores foi necessário obter a autorização dos pais, e uma vez cumprida essa exigência, os pilotos e aspirantes a pilotos dirigiram-se ao “padock”, onde o diretor da pista efetuou um pequeno “briefing” sobre as regras de segurança e sinalização que seriam utilizadas na prova.

Terminada a reunião, foi tempo dos participantes sentirem a emoção de se sentarem num kart de competição. Carros com 270 cc. e bancos perto do chão, dão uma sensação incrível de velocidade, o que para os nossos aspirantes a pilotos se revelou numa experiência cheia de adrenalina. Já sentados nos karts, os pilotos da equipa foram fazendo ajustes e dando dicas aos mais novos, para obterem o melhor rendimento. E que maravilha foi ver tudo isso traduzido na pista.

A pista abriu e rapidamente os pilotos invadiram a reta da meta, em busca do melhor tempo por volta que lhes permiti-



tisse a melhor posição na grelha de partida e, sem surpresa, os nossos pilotos preenchiam os lugares cimeiros da grelha, com Sergio Cravo a obter o melhor tempo, com 1:05.314, logo seguido do “rookie” João Correia, com 1:06.382 e Rogério Freire, com 1:06.538.

Uma vez perfilados na linha de partida, e assim que a luz verde se apagou, foi carregar no acelerador, e os 18 karts que participaram na prova rapidamente voaram para chegar à 1.ª curva na melhor posição; a corrida durou 20 minutos, tempo onde uns se notabilizaram pela experiência e a

consistência dos tempos por volta, e outros surpreenderam pelo excelente ritmo imposto nesta primeira experiência numa competição de karting, e tivemos boas revelações com miúdos de 14 anos na sua primeira experiência a fazerem tempos por volta muito próximos dos melhores.

Pedro Machado tem uma nova geração de potenciais pilotos e a continuidade da modalidade está garantida.

Entre saídas de pista e vários peões, sem que, no entanto, se tenham refletido em danos materiais ou físicos, a prova foi decorrendo até ao final, com os três melhores a completarem 18 voltas ao circuito, tendo a volta mais rápida sido conseguida por Sérgio Cravo, com 1:03.71, e a vitória na geral a caber a Miguel Gordo, com o tempo total de 20:37.92.

No final, e após a cerimónia de entrega dos prémios e do pódio, reinava a boa disposição entre todos os participantes, com os novatos ainda empolgados pela experiência, e um secionista orgulhoso e em processo de captação de novos talentos para a equipa, mas todos sem exceção com a sensação de um dia muito bem passado entre amigos. ●





## Vitória coletiva no torneio do Sindicato dos Quadros

Uma equipa do nosso Grupo Desportivo participou no torneio de equipas bancárias do SNQTB, que teve lugar em 1 de abril, no campo da Quinta do Peru.

A nossa equipa, com um excelente desempenho dos seus jogadores, conquistou o primeiro lugar da competição, tendo sido constituída por Nuno Dias, Bráulio Silva, Tiago Pinheiro, Vasco

Valente, Noé Fontes, António Santos, João Sequeira e João Machado.

Individualmente, também estiveram em destaque Nuno Dias e João Machado, que obtiveram os dois primeiros lugares em "net", e Tiago Pinheiro, no "longest drive".

Depois, em 30 de abril, realizou-se um segundo torneio de equipas, também organizado pelo SNQTB, que decorreu no campo de Vale Pisão.

A nossa equipa, formada por jogadores do Sul e da Zona Norte, obteve o segundo lugar, logo depois da formação representativa do Novo Banco. E Bráulio Silva classificou-se no terceiro posto da classificação de "net" sócios.

O terceiro torneio por equipas realizou-se na Quinta da Beloura, em 4 de junho, e dele daremos informação no próximo número. ●

## Duplo triunfo no torneio interbancário

A nona edição do torneio interbancário de golfe teve início em 25 de abril, no campo da Quinta da Beloura e contou com a participação de 53 jogadores, em representação de seis equipas, tendo culminado com o almoço de entrega de prémios do torneio, numa unidade hoteleira da região.

A equipa do nosso Grupo Desportivo, com um excelente desempenho dos seus atletas, venceu coletivamente em "net" e também em "gross". Mas, como o regulamento da competição determina que não pode haver acumulação de prémios, o primeiro lugar em "net" foi atribuído à equipa classificada no segundo lugar, a do Clube de Golfe da Caixa Geral de Depósitos, tendo a formação do Novo



Banco obtido o terceiro posto. A nossa equipa foi constituída por João Sequeira, Noé Fontes, Alfredo Aires, Bráulio Silva,

Pedro Taborda, Bernardo Blanc, Nuno Dias, António Santos, Vasco Valente e João Machado. ●

## Pedro Taborda bisa triunfo na Ordem de Mérito

Quarto torneio da Ordem de Mérito do GDST e do TGT decorreu em 29 de abril, no campo de Santo Estêvão, e contou com a participação de 38 jogadores, dos quais 18 em representação do nosso Grupo Desportivo.

Na classificação do TGT, Gonçalo Rodrigues e Pedro Taborda obtiveram os dois primeiros lugares em "net" 1.ª categoria, enquanto Nuno Dias foi o vencedor na 2.ª categoria. Na classificação da Ordem de Mérito do GDST, Tiago

Pinheiro venceu em "gross" e Ângelo Freitas e Bernardo Blanc foram os dois primeiros em "net", com Tomás Pinheiro a obter o "longest drive".

O torneio seguinte – o quinto – realizou-se em 3 de junho, em Troia, e contou com a presença de 41 participantes, sendo 17 do nosso Grupo Desportivo.

Pedro Taborda e Bráulio Silva destacaram-se na luta pelos prémios do TGT, com Pedro Taborda a vencer em "net" – 1.ª categoria, e Bráulio Silva a ser segundo em "net", categoria 2.

No que concerne aos prémios da Ordem de Mérito do GDST, Tiago Pinheiro voltou a vencer em "gross" e Luís Esteves em "net", logo seguido de Gonçalo Rodrigues, enquanto Tomás Pinheiro repetiu o triunfo do torneio anterior na obtenção do "longest drive".

O próximo torneio está marcado para 1 de julho, no campo do Ribagolfe Oak ●



O próximo torneio está marcado para o campo do Ribagolfe Oak

## Padel

### António Santos/Diana Araújo - dupla vence torneio do Norte

Jorge Guapo

A secção de padel da Delegação Norte do GDST realizou, em 21 de janeiro, o torneio interno regional, nas instalações do Padel INN, em Vila Nova de Gaia.

A secção conta já com 51 praticantes inscritos e que aproveitam a oportunidade que o nosso Grupo Desportivo lhes dá para a prática da modalidade, bem como para um convívio salutar e fraterno.

No referido torneio participaram 33 praticantes, sendo oito do sexo feminino, e a dupla formada por António Santos e Diana Araújo bateu na final a dupla Miguel Cabugueira/Raquel Póvoas por 4-6, 6-3 e 10-6.

No quadro B, a dupla Paulo Batista/William Alves venceu a dupla Paulo Saraiva/Ricardo Soares por 6-2 e 7-6.

O GDST aproveita a oportunidade para agradecer publicamente o empenho que Miguel Cabugueira e Paulo Saraiva, responsáveis da secção de padel, têm colocado na divulgação da modalidade junto dos associados da Delegação Norte. ●



## Torneio do Sul em 1 de julho, nas Olaias

O primeiro torneio de padel da Zona Sul vai realizar-se em 1 de julho, estando a sua organização a cargo dos profissionais da LemonFit, no que respeita a quadros competitivos, fotos do evento e música, sendo o modelo do torneio de todos contra todos, meias finais e final.

Para que o torneio seja mais equilibrado e interessante, são criadas três categorias de praticantes – iniciados, intermédios e avançados – que abrangem todos os sócios do GDST e agregado familiar, inscritos no torneio.

As inscrições serão feitas individualmente, não havendo duplas pré-definidas.

E será efetuado um escrutínio aleatório, mediante o registo efetuado na inscrição.

O torneio terá lugar nas instalações do LemonFit Olaias, a partir das 9 horas, com duração dependente do volume de inscrições. E o custo por participante é de 10,00 euros, já incluída a comparticipação do Grupo Desportivo. ●



## Manuel Silva faleceu

Manuel Joaquim Sousa da Silva foi Presidente da Assembleia Geral do Grupo Desportivo Santander Totta no mandato anterior, tendo exercido com dedicação e amor as funções que lhe foram confiadas pelos associados.

Já faz algum tempo que o Manuel Silva partiu (2 de abril), mas a Direcção do Grupo Desportivo Santander Totta não esquece esta pessoa íntegra, amigo de todos e companheiro assíduo nas iniciativas desportivas, destacando o futebol, organizadas por esta associação.

Grupo Motard

## Passeio alentejano por Marvão e Castelo de Vide

O primeiro fim-de-semana de junho e a zona de Alcochete serviram de partida para o passeio alentejano, que contou com a participação de 16 motards e nove motos

Nuno Barquinha



A primeira paragem do passeio, na Ponte de Sor, serviu para abastecer o estômago, antes da refeição do almoço, na aldeia de Portagem, já com vistas para o castelo de Marvão.

Degustadas as primeiras iguarias alentejanas, seguiram-se a subida da serra e a entrada nas muralhas da bela vila de

Marvão para uma visita aos principais pontos de interesse, com o resto da tarde a ser dividido por um passeio pelas belas estradas e paisagens que esta zona proporciona, uma visita à Beirã, com a sua maravilhosa estação de caminhos-de-ferro e um lanche que ficou na memória de todos.

Chegados a Castelo de Vide e ao hotel, já estava na hora de repor as calorias, com mais um bom repasto, que levou a um passeio noturno pela vila, para ajudar a digestão.

A manhã de domingo foi, talvez, o ponto alto do passeio, a visita à vila de Castelo de Vide, na companhia de um guia improvisado e que terá superado todas as expectativas. Antes do almoço, ainda tempo para receber o companheiro Joaquim Rafael que, apesar dos seus 83 anos, nos surpreendeu com a sua presença, tendo feito a viagem sozinho desde Almada, pois fazia questão de estar presente no almoço, que seria realizado em Porto de Espada.

Infelizmente, o passeio estava a terminar mas ainda havia tempo para mais umas dezenas de quilómetros por estradas que valem bem a pena, com uma breve entrada em Espanha, para visitar a piscina fluvial de La Codesera, onde alguns aproveitaram para repor os níveis de líquidos e houve quem tivesse posto o sono em dia, à beira da água.

Foram 550 quilómetros com excelentes momentos e um grupo com muito boa disposição. ●





## Ciclismo/BTT

# Intensa atividade desenvolvida

Helder Coimbra e Joaquim de Sousa

O 23.º raide BTT Alvalade – Porto Covo decorreu em 21 de maio, com a participação de mais de 3000 atletas e com regresso ao local da partida, e com duas provas, de 70 e de 120 quilómetros.

O GDST esteve representado por João Frazão, que percorreu a prova mais extensa em 6 horas e 12 minutos, à média de 20,3 quilómetros/hora.

No fim-de-semana anterior teve lugar a 4.ª edição do Trilho da Filhós – Cabrela

– Montemor-o-Novo, com dois percursos, de 65 e de 35 quilómetros.

O GDST esteve ali representado por José Carlos Vieira e Hélder Coimbra, que fizeram os 35 quilómetros em 2.23.15 e 2.24.50, respetivamente, ocupando o 12.º e o 13. lugar do seu escalão, Masters C.

Em 23 de abril realizou-se a 19.ª edição do Encontro Luso Galaico BTT, que decorreu em Esposende e foi composto por quatro provas, de 15, 25, 40 e 65 quilómetros.

A equipa da Delegação Norte, com três atletas, participou na prova de 40 quilómetros e estas foram as suas classificações: 123.º Rogério Pereira, com o tempo de 02:11:25; 164.º Manuel Pereira, 02:23:24; tendo Sérgio Pereira sido 40.º na prova de “Ebike”, com 02:51:12.

Em 16 de abril, outra equipa do GDST, composta por José António Santos, João Godinho, Nuno Cunha Ramos e Hélder Coimbra, participou nos 20 quilómetros do 12.º passeio “Por trilhos saloios”, de Carcavelos a Loures,



## de Norte a Sul

com passagem por Lousa e provas não cronometradas.

Em 8 de abril, teve lugar a 15.ª edição da "Isabelinha BTT", bem como o 8.º Trail Isabelinha, com o GDST ali representado por Nuno Castro, da Delegação Norte, que participou na prova de BTT e percorreu os 40 quilómetros do percurso em 02:01:32, obtendo o 57.º lugar da classificação geral.

Nuno Castro viria a participar também, uma semana antes, na primeira edição do Gião Bike Challenge, nos

arredores de Vila do Conde, percorrendo os 130 quilómetros da prova em 07:57:34, obtendo o 39.º lugar da geral e o 10.º do seu escalão.

Em 19 de março, João Paulo Godinho participou na meia maratona do 12.º raide BTT Miratejo, que se correu em Trancoso, nos arredores de Vila Franca de Xira, e obteve o 2.º lugar no escalão "veteranos C", com o tempo de 01:52:22 para os 28 quilómetros do percurso.

O "Trilho dos moinhos" decorreu em 1 de março, em Barcelos e arredores, e

contou com a participação de três atletas da Delegação Norte, que obtiveram as seguintes posições:

115.º Nuno Castro, 01:56:11; 502.º António Pereira, 02:52:11; e 533.º Manuel Pereira, 02:55:22.

Ainda antes, logo em 15 de janeiro, João Godinho representou o GDST na 11.ª Maratona BTT de Abrigada e Montejunto e obteve o 4.º lugar no escalão "Master 50", com o tempo de 01:49:37 ao cabo dos 35 quilómetros percorridos na serra de Montejunto. ●



Pesca

## Manuel Pinheiro e GDST vencem campeonato de surfcasting

João Aqualusa

A terceira e última prova do campeonato interbancário de surfcasting, organizado pelo Mais Sindicato teve lugar em Troia, em 13 de maio, estando o GDST ali representado por seis atletas, com quatro deles a formarem a nossa equipa.

A pesca foi muito difícil para todos os participantes mas os nossos atletas

conseguiram algumas capturas e, feita a pesagem, esta foi a classificação final do campeonato:

1.º Manuel Pinheiro, que assim se sagrou campeão regional da modalidade; 4.º João Feira; 6.º Leonel Madrugo; 7.º Silvério Velez; 12.º João Aqualusa; 15.º Daniel Morais.

A nossa equipa, formada por Manuel Pinheiro, João Feira, Leonel Madrugo e João Aqualusa, garantiu a vitória coletiva no campeonato. E foi grande a satisfação dos atletas do GDST, quando souberam que todos eles tinham sido apurados para a final nacional, a realizar em Troia, em 14 de outubro. ●

## António Lopes vence no alto mar do Algarve

A Delegação do Algarve realizou um concurso de pesca de alto mar em 1 de abril, nas águas do Atlântico, com saída da doca de Alvor e que contou com a participação de oito pescadores.

Com mar calmo e muita animação a bordo, o destaque foi para a prestação de António Lopes, que garantiu o primeiro lugar, logo seguido de Emanuel Nunes e de Dionísio Alves nos lugares imediatos. ●



## Equipa do GDST também vence campeonato de mar

Também o campeonato interbancário de pesca de mar – pesca à boia – organizado pelo Mais Sindicato, chegou ao fim em 15 de abril, com a realização da terceira prova em Peniche, depois das duas anteriores, que tiveram lugar em Peniche e Porto Covo.

O GDST participou no campeonato com sete atletas e foram criadas duas equipas em representação do nosso Grupo Desportivo.

Individualmente, merece destaque o excelente 3.º lugar conquistado por



Sérgio Panela e, coletivamente, foi obtida a vitória pela equipa formada por Sérgio Panela, Pedro Faria, José Dias e João Cabrita, e ainda o quarto posto pela outra equipa, composta por Leonel

Madrugo, Daniel Morais, José Carvalho Pereira e Manuel Pinheiro.

Os atletas mais pontuados estarão na final nacional, marcada para setembro, na Póvoa de Varzim. ●

## Mais dois colaboradores do Grupo Desportivo que nos deixaram



Jorge Santo António

Depois do recente falecimento de Manuel Alves, seccionista de pesca de rio, e que noticiámos no número anterior, é com profunda tristeza e consternação que o Grupo Desportivo Santander Totta informa o falecimento de Jorge Santo António, em maio passado.

Jorge Santo António era um dos mais veteranos praticantes de pesca de mar e que sempre manifestou forte empenho e colaboração na organização das provas do GDST.

À sua família e amigos apresentamos as mais profundas condolências.



Mário Teixeira

O Mário Teixeira era mais que um sócio, um amigo, sempre disponível a ajudar e a colaborar com o Grupo Desportivo.

O Mário, com 39 anos de idade e uma vida por viver, partiu cedo de mais e de forma inesperada, deixando esposa e uma filha menor.

O Grupo Desportivo vem prestar-lhe esta homenagem e manifestar o seu pesar, endereçando sentidas condolências à família.



## Ténis

### Jorge Anjo e Jorge Guapo no torneio de Montemor

Jorge Guapo

Os nossos tenistas Jorge Anjo e Jorge Guapo participaram, em representação do GDST, no torneio de ténis organizado pelo Montemor Laver Cup e que se realizou no complexo desportivo de Montemor-o-Novo em 18 e 19 de março.

O torneio foi disputado nas vertentes de singulares e pares e os nossos

dois representantes foram integrados na "Red Team", a equipa que defrontou a "Blue Team" em jogos de singulares e de pares, que foram bastante equilibrados e todos os participantes tiveram de disputar dois jogos de pares e um de singulares. No final, a vitória sorriu à "Red Team" e os nossos representantes estão de parabéns pelo seu desempenho. ●

## Dupla do GDST nas meias-finais do torneio do Rouxinol

O torneio de ténis do Clube Desportivo Rouxinol teve lugar no complexo desportivo do clube, em Monsanto, em 18 e 19 de fevereiro.

O torneio foi disputado na vertente de pares e, em representação do GDST, estiveram presentes três duplas, formadas por António de Almeida/Paulo Carmona, Rui Emanuel Brandão Silva/Jorge Anjo e Paulo Santos/Suzana Jorge.

A segunda destas duplas obteve o terceiro lugar e só foi eliminada nas meias-finais do torneio. ●



## Presença nos campeonatos de ténis de mesa do INATEL

Mais uma jornada do campeonato nacional, individual e de pares, organizado pela Fundação INATEL, teve lugar em 24 de fevereiro, nas instalações do Estádio 1.º de Maio, em Lisboa.

O GDST esteve representado por António Bicho, Jorge Nobre Silva, José Vicente e Vítor Neves, na vertente individual, e por Jorge Nobre Silva e José Vicente, em pares.

Antes, em 28 de janeiro e em Mafra, decorreu o torneio Ranking, que contou com a participação de 107 mesa tenistas, entre eles Sérgio Ângelo, José Lobato, António Bicho, Jorge Nobre Silva e Vítor Neves, que constituíam a nossa equipa. ●

Tiro

## António Galrito vence segunda contagem do torneio do Mais Sindicato



Custódio Pereira

Um numeroso grupo de atiradores do GDST tem vindo a participar no torneio de tiro aos pratos promovido pelo Mais Sindicato, que começou em 25 de abril, no campo de tiro de Pegões e envolve quatro contagens.

A primeira contagem contou com 22 atiradores do GDST e registe-se que Custódio Pereira não pôde participar, por motivo de doença, mas esteve presente no apoio aos seus companheiros, que obtiveram as seguintes classificações, no que respeita aos cinco melhores pontuados:

3.º João Gouveia; 8.º António Corôa; 10.º Agnelo Santos; 12.º David Ferreira e 13.º Jorge Picanço.

A segunda contagem teve lugar em 6 de maio, no campo de tiro “Os Rolos”, na Moita, contou com 20 atiradores em representação do GDST, com cinco deles a ficarem entre os dez primeiros da classificação geral: 1.º António Galrito; 2.º Carlos Santos (em igualdade pontual com o vencedor); 4.º António Corôa; 5.º João Gouveia; 10.º David Ferreira.

Esta contagem foi acompanhada por Mário Rui, o Presidente da Direção do nosso Grupo Desportivo, que aproveitou

para fazer entrega do emblema de ouro do GDST ao atirador Agnelo Santos.

No primeiro fim-de-semana de Junho teve lugar a terceira contagem, de novo em Pegões e com estes resultados, no que respeita aos nossos cinco atiradores melhor pontuados: 2.º João Gouveia; 8.º António Galrito; 12.º Jorge Picanço; 13.º Paulo Vaz; 14.º António Corôa.

A última contagem do torneio realizou-se em Pinhal, em 24 de junho, e a ela faremos referência no próximo número, tal como ao “Prato de Prata”, organizado pelos Serviços Sociais da Caixa Geral de Depósitos e que terá lugar em 1 de julho. ●

## Vitória coletiva no “Prato de Ouro”



A 22.ª edição do “Prato de Ouro”, organizada pelo Grupo Desportivo do Novo Banco, realizou-se em 20 de maio, em Extremoz.

Mais uma vez os nossos atiradores não deixaram os seus créditos por mãos alheias e registaram excelentes participações, com destaque para António Galrito, João Gouveia e Carlos Valente,

que obtiveram para o GDST o primeiro lugar por equipas.

Foi esta a classificação individual dos nossos atiradores: 2.º António Galrito; 3.º João Gouveia; 7.º Carlos Valente; 12.º Fernando Moreira; 19.º Paulo Vaz; 20.º Carlos Santos; 30.º Jorge Picanço; 32.º José Raposo; 33.º Custódio Pereira e 34.º Carlos Rodrigues. ●

## João Gouveia em destaque no Vale das Pedras

No início de Março teve lugar a final do campeonato interbancário de tiro aos pratos, organizado pelo Mais Sindicato e que decorreu no campo de tiro de Vale das Pedras.

O vencedor foi Pedro Borrhalho, do Novo Banco. Mas também esteve em destaque João Gouveia, do GDST, que ficou a três pontos do vencedor e no segundo lugar na classificação, onde Jorge Picanço e Paulo Vaz partilharam o 6.º lugar e António Galrito foi décimo, entre 24 participantes. ●



as suas classificações: 43.º Rui Cunha, 07:42:44; 60.º Silvério Correia, 07:56:59; 69.º Rui Machinho, 08:11:34; 104.º Nuno Almeida, 09:04:05; e 105.º José Raposo, 09:04:06. Rui Cunha foi 2.º e Silvério Correia foi 3.º no escalão M55 e o GDST obteve o 6.º lugar coléctivo e o 6.º no campeonato ATRP.

A prova contou ainda com a presença de Isabel Rodrigues e de João Rodrigues, famosos atletas do GDST no Fundão.

- 9.º Ultra Blue Island, no Faial, em 6 e 7 de maio: Nuno Henriques foi 8.º na geral e 2.º no escalão M45, com 08:23:00 no Trail Ultra, de 65 quilómetros, com subida à Caldeira e chegada no Vulcão dos Capelinhos, com chuva, vento e nevoeiro;

- 5.º Trilhos Luso Bussaco, em Luso e Mealhada, em 7 de maio: João Frazão foi 212.º no trail curto, de 18 quilómetros, com o tempo de 02:26:00;

- 2.º Trail Coração do Ribatejo, na Chamusca, em 30 de abril: João Rodrigues e Isabel Rodrigues participaram no trail curto, de 19 quilómetros;

## Trail

# Intensa atividade dos nossos

António Pires e Joaquim de Sousa

Foi intensa a atividade dos nossos praticantes de trail nos últimos tempos, com a participação em nove provas em maio, seis em Abril, cinco em Março, três em Fevereiro e duas em Janeiro, o que torna impraticável a referência a todas elas, tendo em conta o reduzido espaço de que dispomos para o efeito. Mesmo assim, tentaremos dar destaque ao maior número de participações dos nossos atletas.

- 7.º Trail Cidade de Extremoz, em 21 de maio: Daniel Xarepe foi 65.º na geral e 13.º no escalão, tendo feito 03:07:53 no percurso de 20 quilómetros;

- 6.º Trail Escarpas da Maceira, em Torres Vedras, em 21 de maio: Flávio Silva foi 49.º na geral e 16.º no escalão M40, com 03:22:00 nos 18 quilómetros percorridos;

- Trail Serra das Flores, nos arredores do Porto, em 14 de maio: Bia Maia foi 252.ª na geral, com 02:03:58 nos 11 quilómetros do percurso;

- 3.º Trail do Troviscal, nos arredores da Sertã, em 14 de maio: Sandra Cunha foi 35.ª e Beatriz Estevez foi 39.ª na prova de trail curto, de 12 quilómetros;

- Estrela Grande Trail, na Serra da Estrela, em 13 de maio: foram cinco os atletas do GDST que participaram na prova de 49 quilómetros, com subida à Torre, a meio do percurso. E estas foram

- Madeira Island Ultra Trail, em 22 de abril: contou com 3000 participantes, de 51 nacionalidades, com o percurso mais longo entre Porto Moniz e o Machico, e com a presença, em várias provas, de três atletas do GDST: Miguel Marques participou na prova mais longa, sendo 188.º na geral e 19.º no escalão M50, com o tempo de 22:26:32 ao cabo dos 115 quilómetros percorridos; Silvério Correia esteve presente nos 60 quilómetros, sendo 93.º na geral e 5.º no escalão M55, com o tempo de 09:41:37; Nuno Almeida esteve na prova dos 42 quilómetros, com o tempo de 05:59:14 e sendo 166.º na geral e 9.º no escalão M50;

- 6.º Trilhos de Bellas, nos arredores de Sintra, em 26 de março: Daniel Xarepe

fez o Trail longo, de 24 quilómetros, em 03:35:15, sendo 175.º na geral; e Eduardo Gonzalez fez o Trail curto, de 14 quilómetros, em 01:42:05, sendo 158.º na geral.

- 2.º Eco Trail Porto, no Porto, em 2 de abril: dois atletas do GDST participaram na distância ultra, de 80 quilómetros, com estas classificações: Nuno Henriques, 6.º na geral e 2.º no escalão M40, com 9 horas e 50 minutos; Rui Cunha, 23.º na geral e 7.º no escalão M50, em 12 horas e 34 minutos;

- Trail Arribas do Douro, em Sendim, em 8 de abril: Flávio Silva esteve no Trail Running, de 15,5 quilómetros, tendo sido 77.º na geral e 19.º no escalão M40, com 02:01:21 e Sofia Lopes na caminhada, de 12 quilómetros;

- 9.º Trilho das Dores, em Abitueiras/Santarém, em 8 de abril: Nuno Almeida esteve no Trail longo, fazendo o tempo de 03:09:49 nos 27 quilómetros e sendo 45.º na geral e 6.º no escalão M50; Rui Machinho esteve no Trail curto, com o tempo de 02:05:01 nos 17 quilómetros,

sendo 101.º na geral e 15.º no escalão M45;

- 12.º Trilhos de Almourol, em 26 de março: Isabel Rodrigues foi 3.ª no escalão F60 no mini Trail, de 18 quilómetros, prova em que também participou João Rodrigues;

- 3.º Trail dos Calceteiros, em Fanhões, em 19 de março: participaram mais de 600 atletas, sendo 13 do GDST – entre eles seis do sexo feminino – e esta foi a classificação dos cinco melhores classificados: Nuno Almeida, 32.º na geral dos 28 quilómetros e 3.º no escalão M50; Rui Cunha, 67.º na mesma prova e 6.º no escalão M55; Silvério Correia, 24.º na geral dos 15 quilómetros e 3.º no escalão M55; António Louro, 29.º na mesma prova e 5.º no escalão M50; Hugo Manuel Nunes, 34.º na mesma prova e 5.º no escalão M45. Sandra Duarte foi a melhor das nossas representantes, com o 173.º lugar na mesma prova e o 10.º no seu escalão F40;

- Foz Côa Douro Trail Adventure, em Foz Côa, em 12 de março: 800 atletas de 13 países; e Nuno Henriques esteve no



Trail ultra, de 45 quilómetros, onde obteve o 36.º lugar na geral e o 16.º no escalão M40, com o tempo de 5 horas e 45 minutos;

- Louzantrail, na Lousã, em 4 e 5 de março, com seis atletas do GDST, que obtiveram as seguintes classificações:

- Prova de 43 quilómetros: Miguel Marques, 107.º na geral e 8.º no escalão

# atletas



M50; Silvério Correia, 156.º na geral e 9.º no escalão M55;

Prova de 29 quilómetros: Pedro Xavier, 137.º na geral e 11.º no escalão M50; Nuno Almeida, 259.º na geral e 21.º no escalão M50;

Prova de 18 quilómetros: Daniel Xarepe, 326.º na geral e 33.º no escalão M50; Luís Gatinho, 380.º na geral e 39.º no mesmo escalão;

- Poiares Trail 2023 Nutriva, em Poiares, em 12 de fevereiro: dois atletas do GDST participaram na prova mais longa, de 35 quilómetros, com estas classificações, na geral e no seu escalão, respetivamente: Miguel Marques, 87.º e 5.º; Silvério Correia, 226.º e 17.º. ●

## Alberto OCULISTA

A Alberto Oculista olha para o futuro com muito otimismo e quer merecer ser reconhecida pelo mercado como a melhor opção em ótica, conquistando a confiança dos clientes.

Nas suas 75 lojas, espalhadas por todo o País, incluindo as Ilhas, oferece os seguintes descontos na aquisição de bens ou serviços por si fornecidos aos sócios do GDST e seus agregados familiares:

- 30% em lentes de contacto, lentes oftálmicas, produtos de manutenção para lentes de contacto, todas as armações e óculos de sol (exceto Cartier);
- 15% em serviços de audiologia;
- 120 € de desconto na compra de armações mais lentes com antirreflexo;
- facilidades de pagamento até 12 vezes sem juros (sujeito a aprovação):
- consultas grátis de optometria/contactologia;
- realização de rastreios visuais;
- oferta de vouchers.

Os descontos disponibilizados não contemplam os produtos que se encontram ao abrigo de campanhas promocionais em vigor nem são cumulativos com qualquer outra promoção.



A Delegação Norte estabeleceu um protocolo de vantagens com a Academia de Jiu-jitsu Gracie Barra Boavista.

A família Gracie Barra possui atualmente mais de mil escolas, espalhadas por todos os continentes. Teve a sua origem no Rio de Janeiro, onde se estabeleceu na primeira metade do Século XX e é considerada a grande responsável

pela introdução do jiu-jitsu no mundo ocidental, assim como o seu desenvolvimento e disseminação.

A sua aprendizagem é evolutiva, suportada por programas de treinos, num ambiente limpo e seguro, supervisionado por professores certificados, que disponibilizam aulas de grupo e particulares, focadas no desenvolvimento pessoal. E oferece aos associados do GDST as seguintes condições especiais: valor da mensalidade 80,00 € (modalidade única) e valor do equipamento 120,25 € (quimono mais faixa e rashguard).

Contactos: gbboavista.pt; info@gbboavista.pt; Rua 5 de Outubro, 328 Porto, 4100-172 Porto; 918 039 700.



O protocolo de parceria com a Tailwind Nutrition Portugal oferece aos associados do GDST o desconto de 15% nos produtos de nutrição desportiva da marca.

Para poderem usufruir deste desconto, os associados devem validar-se como tal, preenchendo o formulário disponível no link <https://forms.gle/QJL2TlySjERmXHYI9>. Após o preenchimento do formulário e a validação por parte de Tailwind, o código de desconto atribuído (15% em todos os produtos em loja online) será comunicado por mensagem.

## PADEL INN

A Delegação Norte estabeleceu um protocolo com o complexo Padel Inn, com o objetivo de conseguir descontos e benefícios especiais para os associados e seus familiares diretos e que são:

- 10% na reserva de campos em "prime time" e em aulas e pacotes de aulas na Academia Padel Inn, excluindo pacotes

individuais e quaisquer modalidades de preparação física;

- até 5% em material de padel na loja Padel Inn, excluindo consumíveis recorrentes e marca Dropshot.

Contactos: Rua Póvoa de Baixo, 478 – Vila Nova de Gaia; 917790331; jose@padelinn.pt.



A Delegação Norte também estabeleceu um protocolo com a Ergovisão, com os mesmos objetivos. E estes são os descontos de que os associados podem beneficiar:

- 25% em todos os óculos de sol e armações em stock na loja;
- 25% nas lentes oftálmicas das marcas Zeiss e Hoya;
- 10% em líquidos de contactologia e produtos diversos;
- até 40% em 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).
- condições especiais em pacote monofocal ou progressivo armação Premium.

Este protocolo é válido em todas as lojas Ergovisão espalhadas pelo País, bem como na Ótica SAMS Quadros.

Informações: Rua Passos Manuel, 22-Porto; telefone 222 073 300.



O protocolo celebrado com a Top Rackets permite aos associados do GDST beneficiar dos seguintes descontos:

- 20% na inscrição na escola de ténis e 10% no aluguer de campos;

- 50% (sobre PVP) na compra de material desportivo da marca Catri;
- 10% na inscrição em ATL (férias desportivas infantis);
- 10% na colocação de publicidade nos clubes da empresa Top Rackets;
- 20% em ações de TeamBuilding com a duração de um dia ou uma manhã/tarde;
- 10% em aulas eventuais/avulso.



O protocolo de parceria com o Ginásio HP Leiria oferece aos associados do GDST os seguintes benefícios: oferta de inscrição, desconto de 50% no valor da sessão de fisioterapia (pagarão 20 euros em vez de 40 euros) e oferta de inscrição nos serviços Pilates Tradicional do Studio Pilates 2 A.



Foi estabelecido um protocolo com o Clube de Padel do Campo Grande, que estabelece condições especiais: pacote de 6 horas de aluguer de campo em horário regular por 25 €, com oferta de uma hora extra; pacote de 12 horas por 49 €, com oferta de duas horas. Nas duas modalidades de aquisição é oferecido um desconto de 18%.

A todos os iniciantes da modalidade é oferecido o aluguer das bolas e proporcionado um desconto de 50% no aluguer de raquetes, bem como um desconto de 5% na mensalidade de escola para turmas de 4 alunos em horário regular, com o compromisso mínimo de 3 meses.

Com este protocolo, o Clube de Padel do Campo Grande poderá ajudar na or-

ganização de torneios da modalidade que possam vir a atrair associados do GDST para a sua prática.

Contactos: para reservas, devem fazer o registo na App "Tie player"; para iniciar as aulas, enviar correio electrónico para [info@padellisboa.com](mailto:info@padellisboa.com).



O protocolo estabelecido com a Associação S. K. P. A. – Shotokan Karatenomichi Portugal, prevê as seguintes vantagens: oferta do valor da inscrição, valor inerente à quotização anual de sócio; redução de 5€ no valor da mensalidade; possibilidade de treinar em todos os núcleos (Dojos) da S.K.P.A. Portugal, por uma questão geográfica pontual, ou em período de férias, sem que tenha de pagar algum valor acrescido, para além da mensalidade paga no núcleo em que se inscreveu e 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.



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 e a tomada de decisões.

Juntar isso à atitude do rock com a sua energia, as emoções que nos traz, faz pessoas mais preparadas.

O protocolo prevê as seguintes vantagens: desconto no valor da inscrição e seguro e desconto de 5% na mensalidade em aulas de guitarra, piano, baixo, bateria, canto, rock kids e rock band.

Site: <http://www.academiderock.com>



A Jazzy Dance Studios proporciona aos associados do GDST e respetivo agregado familiar, condições especiais de adesão, válidas em todas as escolas Jazzy, em Santos, Saldanha, Parede e Entrecampos:

- Oferta da inscrição e de uma aula gratuita a todos os associados e agregado familiar que se inscrevam; mensalidades: plano livre trânsito, 57€; plano 2 dias semana, 47€.

Contacto: Carla Natário  
[CARLANATARIO@JAZZY.PT](mailto:CARLANATARIO@JAZZY.PT)



O Restaurante Xico Rolo – Cozinha do Alto Alentejo, situado na Rua General Firmino Miguel n.º 10 C, em Lisboa, proporciona aos associados do GDST e respetivo agregado familiar, um desconto de 20% sobre o valor da fatura final, nos serviços de almoço, jantar e take away, com exceção nos menus de degustação.

Contacto: <https://www.restaurante-rolo.com/>



# PROSEGUR ALARMS

## Pelo 8º ano consecutivo: Segurança Cinco Estrelas

A todos os nossos clientes: muito obrigado. Continuaremos a inovar e procurar sempre as melhores soluções de segurança para uma vida mais tranquila.

CONHEÇA AS CONDIÇÕES ESPECIAIS DE AQUISIÇÃO  
DO SISTEMA DE ALARME PARA OS ASSOCIADOS DO  
GRUPO DESPORTIVO DO SANTANDER TOTTA.



707 22 23 22\*  
prosegur.pt

Alvará 248 A) e C) do MAI



\*Custo de uma chamada nacional = 0,09€/min através de rede fixa ou 0,13€/min através de rede móvel. Aos valores apresentados acresce IVA à taxa legal em vigor.