

## EXTREME SPORTS

Associated with a healthy and adventurous lifestyle, extreme sports are gaining ever greater numbers of fans across the world. Portugal provides confirmation of this trend, with increasing numbers of athletes and international competitions. This growing popularity is partly due to the extraordinary developments in the safety, sturdiness, and performance of the equipment used, which attracts new participants and allows experienced exponents a greater scope for daring feats.

Stand Up Paddle Boarding (SUP) originated in Hawaii and can be practised in the sea, rivers, or lakes/lagoons. It is accessible to people of all ages and provides a complete physical workout. The most popular SUP spots in Portugal are the Aveiro estuary and the autonomous region of the Azores. This archipelago hosts an international competition that involves crossing between the islands of São Jorge and Pico, a distance of 19 kilometres.

Skydive means exactly what it says. Free falling in the seconds before the parachute opens leads to a huge adrenalin rush. The jump is made at an altitude above 600 feet, usually from an aircraft.

The tandem version (under the control of an instructor) is one of the most popular extreme sports among those seeking an unforgettable intense experience. The Portuguese region of Alentejo offers excellent conditions for this sport.

Skiing is one of the most popular winter sports. Its origins can be traced to pre-historic Africa and Asia, where wooden boards and tree branches would be used to walk on the snow. Modern athletes wear boots made using space technology, with computer-designed skis.

Portugal has a ski resort in the Serra da Estrela, which has facilities for recreational skiing as well as training and competition. The first international medals for Portugal were won in 2012 by Andrea Bugnone.

## Dados Técnicos / Technical Data

Emissão / issue - 2016 / 02 / 25

**Selos autoadesivos / self-adhesive stamps**  
N20g. - Nacional 20 gramas / 20 grams national  
A20g. - "Correio Azul" Nacional 20 gramas /  
/ 20 grams national "Correio Azul"  
E20g. - Europa 20 gramas / 20 grams Europe

**Design** - João Machado

**Capa da pagela / brochure cover**

**Fotos/photos**

Ski - © Cultura/Fotobanco

Skydive - © Cultura/Fotobanco

Stand up Paddle - © Depositphotos/Fotobanco

**Tradução / translation**

Kennis Translations

**Papel / paper**

90 g/m<sup>2</sup>

**Formato / size**

Selos / stamps: 25 x 30mm

**Picotagem / perforation**

11 3/4 x 11 3/4

**Impressão / printing** - offset

**Impressor / printer** - Cartor

**Sobrescritos de 1.º dia / FDC**

C6 - €0,56

**Pagela / brochure**

€0,70

**Obliteraões do 1.º dia em  
First day obliterations in**

Loja CTT Restauradores  
Praça dos Restauradores, 58  
1250-998 LISBOA

Loja CTT Município  
Praça General Humberto Delgado  
4000-999 PORTO

Loja CTT Zarco  
Av. Zarco  
9000-069 FUNCHAL

Loja CTT Antero de Quental  
Av. Antero de Quental  
9500-160 PONTA DELGADA

**Encomendas a / Orders to**

FILATELIA

Av. D. João II, nº 13, 1º

1999-001 LISBOA

**Colecionadores / collectors**

filatelias@ctt.pt

www.ctt.pt

www.facebook.com/Filateliasctt

O produto final pode apresentar pequenas diferenças.  
Slightly differences may occur in the final product.

Design: Atelier DesignSet  
Impressão / printing Futuro Lda.



**DESPORTOS RADICAIS**  
3º Grupo Autoadesivos

# DESPORTOS RADICAIS

Associados a um estilo de vida saudável e aventureiro, os desportos radicais conquistam cada vez mais adeptos em todo o mundo. Portugal confirma esta tendência, multiplicando-se o número de atletas e de provas de nível internacional. Esta crescente notoriedade deve-se, em parte, à extraordinária evolução registada nas condições de segurança, robustez e desempenho dos equipamentos envolvidos, fator que atrai principiantes e, nos mais experientes, potencia a audácia.



Remar em pé em cima de uma prancha de surf – **Stand Up Paddle (SUP)** – é uma modalidade com origem no Havai, praticável em mar, rio ou lagoa/lago. Acessível a todas as idades, proporciona um treino físico completo.

Em Portugal, o SUP tem como locais de eleição a ria de Aveiro e a região autónoma dos Açores. Este arquipélago acolhe uma prova de competição internacional que consiste na travessia entre as ilhas de S. Jorge e do Pico, numa extensão de 19 quilómetros.



Literalmente, **Skydive** significa “mergulho no céu”. Emocionalmente, traduz-se numa brutal explosão de adrenalina, provocada pela sensação de queda livre nos segundos que antecedem a abertura do paraquedas. O salto faz-se a uma altitude superior a 600 pés, por norma a partir de uma aeronave. Na versão tandem (sob o controlo de um instrutor) é das atividades radicais mais procuradas por pessoas que valorizam uma experiência de intensidade inesquecível. A região portuguesa do Alentejo oferece excelentes condições para esta prática.



O **Ski** é um dos mais apreciados desportos de inverno. A sua origem remonta à pré-história dos povos do norte de África e da Ásia, que recorriam a pranchas de madeira e a galhos de árvore para caminhar na neve. Os atletas modernos calçam botas construídas com tecnologia espacial que se fixam em esquis desenhados em computador. Portugal dispõe de uma estância de ski, na Serra da Estrela, equipada para a prática recreativa e para situações de treino e competição. As primeiras medalhas internacionais foram conquistadas em 2012 pelo esquiador luso Andrea Bugnone.