

NORMAS DE CONDUTA

Respeite os trilhos e a sinalética existente.

Traga consigo todo o lixo e restos de comida e deposite-os em local apropriado, longe do trilho.

Feche todas as cancelas que abrir.

Deixe que os sons da natureza prevaleçam. Evite fazer muito barulho.

Mantenha os seus animais de estimação constantemente sob controlo.



NORMAS DE SEGURANÇA

Leve sempre companhia e dispositivo móvel carregado ou informe alguém do local para onde se dirige e a que hora pensa regressar.

Leia o mapa do percurso e instruções auxiliares (perfil, extensão e grau de dificuldade) e verifique se se adequa à sua condição física.

Em alguns trilhos a rede de telemóvel, pode ser intermitente ou até inexistente durante grande parte do percurso. Tenha esta informação em consideração se tiver que fazer alguma chamada.

Verifique a previsão meteorológica para melhor avaliar as condições do trilho. Em caso de fortes chuvas, ventos, fogo e queda de granizo e/ou neve não faça o percurso ou volte para trás pelo mesmo caminho.

Se deixar o carro no início do trilho, tranque as portas, feche as janelas, e não deixe nada de valor à vista.