



REGULAMENTO

1. Organização

O Trail Natureza de Santa Cruz é uma prova de atletismo na disciplina de Trail Running, com organização do Clube de Aventura da Madeira. O evento agendado para o dia 4 de setembro de 2016 é pontuável para o calendário "Madeira Trail" da Associação de Atletismo da RAM, exclusivamente para atletas federados. As provas que integram o evento decorrem nas serras do concelho de Santa Cruz, numa área entre o Posto Florestal da Casa Velha, a Ribeira Primeira, Cabeço Gordo e o Chão das Aboboreiras.

2. Programa

Domingo, 28 de Agosto de 2016 – Prazo limite de inscrições com peitoral personalizado

Terça-feira, 30 de Agosto de 2016 – Prazo limite para inscrições.

Sexta-feira, 2 de Setembro de 2016 – Secretariado (em local e horário a informar)

Domingo, 4 de Setembro 2016 – Dia da prova

7h45 - Abertura do secretariado no Campo de Futebol de Santo António da Serra (Junto ao Viveiro da Casa Velha) [32.714986](tel:32.714986), [-16.839524](tel:-16.839524)

8h40 - Check-in na área de concentração de partida – Campo de Futebol de Santo António da Serra

9h00 – Partida Prova 21km - [32.714810](tel:32.714810), [-16.839954](tel:-16.839954)

9h10 - Partida do Transporte para a Partida prova 10km

9h30 – Partida prova 10km nas proximidades do Cabeço Gordo, estrada ER202 Santo-Poiso - [32.717460](tel:32.717460), [-16.858370](tel:-16.858370)

13h30 – Previsão final da prova, ao que segue-se a cerimónia de entrega de prémios.

3.º Provas

Trail Natureza de Santa Cruz 21km 800m D+ Trail Longo Grau 2

Um desafio de Trail Running na melhor natureza do concelho de Santa Cruz, com destaque para a passagem em núcleos de floresta Laurissilva, urzais, florestas de

exóticas com diversas espécies de folha caduca, ciprestes e pinhal, caminhos florestais e trilhos com destaque para os parciais na levada da Serra do Faial. O percurso tem início e fim no Campo de Futebol do Santo António da Serra, junto ao Viveiro da Casa Velha.

À partida o itinerário segue para norte do campo seguindo até à entrada de um caminho florestal de ligação com a Levada da Serra do Faial, seguindo neste canal encontrar o caminho florestal junto à Ribeira Primeira, subindo até ao caminho florestal de acesso ao Pico do Suna, depois viragem para Oeste por caminhos e trilhos florestais até às proximidades do Cabeço Gordo, onde cruza a estrada regional 202, para descer até à estrada de acesso ao ovil do Chão das Aboboreiras, nova subida e depois descida com passagem no Ovil, na direção do Chão das Aboboreiras, depois descida para a Levada da Serra do Faial, que percorrem até ao acesso florestal ao Viveiro da Casa Velha, e meta no Campo de Futebol com chegada no sentido inverso à Partida.

- Trail Running em semiautónomia, com 2 abastecimento de líquidos, e um abastecimento completo com sólidos e líquidos;
- O percurso tem início e fim no mesmo local e tem aproximadamente: 21km de extensão e 800m de desnível positivo acumulado e 800m de desnível negativo acumulado;
- Aberto a participantes com 18 ou mais anos;
- Limite de inscrições 200* participantes;
- Corrida em ambiente de montanha, floresta;
- Partida, Domingo, dia 4 de Setembro de 2016 às 9h00.
- A inscrição inclui além da participação: Seguro de acidentes pessoais, abastecimentos, certificado digital de participação.
- Tempo limite para concluir a prova 4h30

Trail Natureza de Santa Cruz 10km 110m D+ Trail Curto Grau 1

A partida será nas proximidades do Cabeço Gordo, junto à estrada regional 202, para um percurso maioritariamente descendente. Até chegar à levada da Serra do Faial os participantes irão cruzar floresta exótica de pinhal, ciprestes e árvores de folha caduca no Chão das Aboboreiras. Depois descida para a Levada da Serra, onde é possível observar majestosos carvalhos e alguma flora indígena, seguindo na direção Este, o percurso cruza a ER202, continuando na levada até ao acesso florestal ao Viveiro da Casa Velha, e meta no Campo de Futebol com chegada no sentido inverso à Partida.

- Trail Running em semiautónomia, com 1 abastecimento completo com sólidos e líquidos;
- O percurso tem início junto ao Cabeço Gordo/ER202, e fim no campo de futebol de Santo António da Serra, e tem aproximadamente 10km de extensão e 110m de desnível positivo acumulado e 550m de desnível negativo;
- Aberto a participantes com 16 ou mais anos;
- Limite de inscrições 200* participantes;
- Corrida entre o ambiente de montanha, floresta e a zona urbana do Santo da Serra;

- Partida, Domingo, dia 4 setembro de 2016, às 9h30 junto ao Cabeço Gordo – ER202 – o horário poderá sofrer alterações por razões de ordem logística e de segurança;
- A inscrição inclui além da participação: o seguro de acidentes pessoais, abastecimentos, certificado digital de participação.
- Tempo limite para concluir a prova é de 3h00

*Nota: O número de participantes por prova, ou o total das duas provas previstas podem ser alterados pela organização de acordo com a disponibilidade logística.

4. Localização

- Partida TNSC 21km – Campo de Futebol de Santo António da Serra
- Partida TNSC 10km – Caminho Florestal Junto ao Cabeço Gordo –ER202
- Chegadas – Campo de Futebol de Santo António da Serra
- Duches/Balneários após a Chegada – Campo de futebol do Santo da Serra, Coordenadas Geográficas: N32° 42' 53.276", W16° 50' 23.136"
- Ver mapa de Localizações no sítio na internet do evento

5. Requisitos para a participação

- Idade mínima no dia da prova: 18 anos TNSC 21km e 16 anos na TNSC 10km.
- A definição dos escalões de participação na prova tem em conta a idade no dia da prova, para efeitos de classificação nos rankings da AARAM será tido em conta o regulamento específico dos quadros competitivos.
- Conhecer e aceitar as condições do presente regulamento.
- Ser portador de todo o material obrigatório definido pela organização.
- Efetuar corretamente a inscrição e o respetivo pagamento.
- Os participantes devem cumprir com as regras de trânsito em estradas de uso público, sendo também obrigatório respeitar as áreas cultivadas e propriedade privada em geral. Os participantes serão responsáveis por quaisquer danos que provoquem a terceiros e eventuais indemnizações daí resultantes.
- Os participantes devem estar conscientes da distância e das particularidades da prova e estarem suficientemente treinados para isso.
- Terem adquirido, antes da prova, uma real capacidade de autossuficiência, que permita a gestão dos problemas induzidos por este tipo de prova, nomeadamente, condições climáticas adversas (noite, vento, frio, nevoeiro, chuva ou neve).
- Os participantes terão de saber enfrentar problemas físicos e mentais resultantes de fadiga extrema, problemas digestivos, articulares e dores musculares, entre outros, tendo a consciência de que não é papel da organização ajudar um participante a ultrapassar estes problemas e que tal depende principalmente da sua capacidade em adaptar-se às situações decorrentes deste tipo de prova.
- Os participantes com progressão mais lenta, quando em condições de segurança, devem facilitar a passagem de participantes em progressão mais rápida, devendo inclusive parar para dar passagem.
- Idade máxima para participar 75 anos de idade.
- Entregar o Termo de Responsabilidade devidamente preenchido.

6. Condições de Participação

- Ao registrar a inscrição o participante concorda e declara pessoalmente com os termos de participação:
 - Conhece o regulamento e inscreve-se de forma voluntária no Trail Natureza de Santa Cruz, com data de realização a 4 de setembro de 2016.
 - Entendeu e aceita as regras expressas no regulamento do evento.
 - Conhece a sua situação de saúde através de avaliação médica e declara ser conhecedor de que não tem contra-indicações médicas para a participar na prova que se inscreve no Trail Natureza de Santa Cruz.
 - Só o próprio inscrito poderá levantar o material necessário à participação composto pelo peitoral e chip de cronometragem, mediante apresentação de documento de identificação. No caso dos menores de idade, deverão ser portadores da autorização do encarregado de educação devidamente assinada e apresentar documento legal (ou cópia) que comprove a assinatura.

7. Semiautonomia

- As provas do **Trail Natureza de Santa Cruz** são realizadas em semiautonomia. A participação em semiautonomia define-se na exigência do participante ser autónomo no percurso entre a partida, os pontos de abastecimento e a chegada, ao nível da sua alimentação e hidratação, segurança, e capacidade física e psicológica para garantir a sua progressão nas diferentes condições climatéricas, garantindo o porte de todo equipamento exigido para a sua prova.

8. Assistência

- Os participantes só poderão receber assistência de terceiros, se não infringirem o presente regulamento, e no trajeto anterior ou posterior aos pontos de abastecimento definidos, numa extensão de 40 metros, fora do trajeto utilizado para a passagem dos atletas.

9. Termo de Responsabilidade

- Os participantes inscritos nas provas e atividades do **Trail Natureza de Santa Cruz** terão de preencher, assinar e entregar uma Declaração/Termo de responsabilidade, onde declaram participar voluntariamente e sob a sua própria responsabilidade na prova, não podendo reclamar com a organização, autoridades, colaboradores, patrocinadores e outros participantes qualquer responsabilidade com os mesmos e seus herdeiros, para além da cobertura do seguro de acidentes pessoais que cobre os participantes no evento.
- Os menores de idade terão de apresentar uma declaração do encarregado de educação/Tutor autorizando a participação e aceitando as condições para o efeito.

10. Escalões e Categorias

Trail Natureza de Santa Cruz: 21km – Trail Longo

Masculinos (M) e Femininos (F)

Sub 23 – 18 a 22 anos

Seniores - 23 a 34 anos (ou com 18 anos ou mais anos)

35 - 35 a 39 anos (ou mais anos)

- 40 - 40 a 44 anos (ou mais anos)
- 45- 45 a 49 anos (ou mais anos)
- 50 - 50 a 54 anos (ou mais anos)
- 55 - 55 a 59 anos (ou mais anos)
- 60 - mais de 60 anos (Máximo 75 anos)

Trail Natureza de Santa Cruz 10km – Trail Curto

Masculinos (M) e Femininos (F)

Sub 18 – 16 e 17 anos

Sub 23 – 18 a 22 anos

Seniores - 23 a 34 anos (ou com 18 anos ou mais anos)

35 – 35 a 39 anos (ou mais anos)

40 - 40 a 44 anos (ou mais anos)

45- 45 a 49 anos (ou mais anos)

50 - 50 a 54 anos (ou mais anos)

55 - 55 a 59 anos (ou mais anos)

60 - mais de 60 anos (Máximo 75 anos)

- Após apresentada a lista de inscritos final, não haverá lugar à alteração de escalão, exceto erro relativo a idades.
- Para efeitos de definição do escalão de competição e atribuição de distinções, as idades são as que os participantes têm no dia da competição.
- Caso não exista o mínimo de 6 participantes por escalão, a organização poderá agrupar os atletas inscritos nesse escalão, no imediatamente superior (de menor idade a partir de veteranos, ou de maior idade nos escalões de idade inferior à de sénior), quando possível.

11. Inscrições

- As inscrições são limitadas ao total de 400 participantes*
- O processo de registo de inscrições está disponível on-line, mediante preenchimento de um formulário, no site do evento: <http://trail.camadeira.com/> e encerra quando atingir o limite de inscrições ou às 24h do dia 30 de Agosto de 2016.
- As inscrições efetuadas e pagas até ao final do dia 28 de Agosto de 2016 beneficiam de um peitoral personalizado;
- A organização não se responsabiliza por qualquer situação decorrente de erro de introdução de dados pelos participantes.
- O número total de participantes inclui as inscrições abertas e os convidados da entidade organizadora.
- A aceitação de inscrições extra as definições acima divulgadas é da inteira responsabilidade da organização.
- A confirmação da inscrição é feita contra o pagamento da respetiva taxa, exclusivamente paga através de referência Multibanco enviada por correio eletrónico, oportunamente, após a submissão da inscrição e dentro dos prazos estabelecidos.

- Um participante é considerado inscrito, quando preencheu corretamente os dados solicitados no formulário on-line disponibilizado para o efeito e pagar a respetiva taxa. As inscrições efetuadas no último dia dos respetivos prazos terão de ser pagas igualmente cumprindo o prazo. Para além da hora estabelecida será definitivamente cancelada a inscrição.
- É possível pagar um conjunto de inscrições, para o efeito, os grupos interessados devem contactar a organização por email: aventuramadeira@gmail.com indicar quantas inscrições e a quem se refere o pagamento a efetuar. Nesta situação será enviada uma única referência multibanco, com valor total das inscrições em referência.
- A inscrição no evento pressupõe a aceitação de todas as regras estabelecidas pela organização, em regulamento e em outras indicações adicionais fornecidas até à sua integral realização.
- **A inscrição será aceite por ordem de rececionamento da informação do pagamento da taxa com a referência Multibanco.**
- Os dados fornecidos na inscrição são da responsabilidade do participante e são os referenciados para efeitos de seguro.
- A organização pode solicitar a identificação do participante, sempre que julgar necessário, no processo de registo no secretário ou, antes ou no final da prova.

12. Taxas de Inscrição

- Os valores que correspondem às taxas de inscrição são únicos até à data limite de inscrição e são os seguintes:

TNSC 21km – 10 Euros

TNSC 10km – 8 Euros*

**** O transporte entre a concentração (Chegada) e a Partida da prova TNSC 10km tem um custo extra de 2 euros***

- No caso de desistência de inscrições confirmadas, a devolução da taxa de inscrição pela organização depende da data de comunicação da desistência e será efetuada de acordo com o seguinte:
- Até dia 28 de Agosto de 2016 – devolução do valor total da taxa menos a comissão contratual da referência Multibanco.
- Entre o dia 29 e o dia 30 de Agosto de 2016 – Devolução de 50% da taxa menos a comissão contratual da referência Multibanco.
- Após o dia 30 de Agosto de 2016 não há devolução da taxa de inscrição.
- Em caso de cancelamento da prova por motivo de força maior, nomeadamente, alertas de tempo, catástrofe ou conflitos generalizados e que impeçam a realização da prova ou outros que a organização considere, será devolvido 50% do valor da taxa de inscrição, se reclamada até 90 dias após a data do evento.
- Em caso de condições climatéricas adversas que impeçam a realização parcial ou total do percurso, no próprio dia do evento, o valor pago pelas inscrições não será devolvido.

13. Secretariado

- A organização disponibilizará um local a indicar na semana que antecede o evento, onde funcionará o secretariado em dia anterior à prova e ainda, para os

participantes que comuniquem impossibilidade de levantamento do peitoral, no dia da prova, no centro do evento, no Campo de Futebol de Santo António da Serra – Santa Cruz.

- O levantamento do material de participação é feito pelo próprio participante se maior de idade e mediante apresentação de documento de identificação (BI ou CC) e a Declaração/Termo de Responsabilidade correspondente.
- Os menores participantes poderão levantar o material de participação mediante apresentação de documento de identificação (BI ou CC), apresentando a autorização do encarregado de educação devidamente assinada, apresentado cópia do BI ou CC do encarregado de educação ou tutor que comprove a assinatura, que também pode levantar mediante apresentação dos documentos estipulados.

14. Serviços de apoio

Após a chegada dos primeiros participantes estarão disponíveis balneários junto à área de Chegada, no campo de futebol do Santo da Serra com duches – Localização – Abaixo do Posto Florestal da Casa Velha:

Coordenadas Geograficas: N32° 42' 53.276", W16° 50' 23.136"

15. Material obrigatório e recomendado

O material obrigatório faz parte dos requisitos de segurança para poder participar no evento e tem de estar na posse dos participantes durante a realização da prova. A organização poderá pedir a verificação do material antes, durante o percurso num dos postos de abastecimento ou à chegada.

Os participantes devem colaborar voluntariamente com os organizadores no processo de verificação, caso contrário, o participante será desclassificado.

Provas TNSC 21km e 10km

Material Obrigatório

- Telemóvel operacional (com bateria suficiente e capacidade de comunicar);
- Peitoral e material de afixação;
- Mochila ou equivalente para transporte do material
- Casaco impermeável com manga comprida e capuz;
- Manta térmica - Dimensões Mínimas 100 cm / 200 cm;
- Depósito(s) para água ou equivalente, no mínimo 1 litro de capacidade;
- Alimentação de reserva
- Copo com 15cl de capacidade, no mínimo;
- Apito;

Recomendado

- Chapéu (mediante condições climatéricas);
- Vestuário de cobertura dos membros (mediante condições climatéricas);
- Recipiente para resíduos.

Nota: A afixação do peitoral é da responsabilidade do participante, com alfinetes ou outro sistema, o peitoral deve estar sempre visível e na zona abdominal. O não cumprimento desta regra poderá implicar falhas no sistema de controlo e cronometragem que poderão implicar ausência de classificação na prova.

16. Cronometragem

A organização providenciará um sistema de controlo de tempos, que efetuará a cronometragem do tempo final e classificações.

17. Sistema de Controlo, Pontos de Passagem e Meta (Finish)

Cada ponto de controlo de passagem estará assinalado no terreno com informação sobre o percurso, podendo existir postos de controlo não informados previamente, sendo impreterível os participantes terem o peitoral visível na zona abdominal durante todo o percurso. O peitoral fornecido não poderá ser dobrado ou danificado. Para registar o seu tempo na Chegada, os participantes somente têm de cruzar a linha de chegada.

18. Peitorais

- Os **peitorais** disponibilizados pela organização devem se **afixados na zona peitoral/ abdómen** dos participantes, não sendo permitida a afixação em qualquer outro local ou equipamento. O peitoral deve estar em condições de visibilidade pelos elementos da organização em qualquer momento da prova. A afixação do peitoral é da responsabilidade do participante, que deve providenciar alfinetes ou outro sistema.

19. Marcação do Percurso

- O percurso de ambas a provas do “Trail Natureza de Santa Cruz” está sinalizado com fitas plásticas de cor vermelha, que serão fixas a elementos diversos ao longo do percurso, entre vegetação, postes e outros elementos naturais e artificiais.
- Em zonas que a organização entender adicionar sinalização poderá ser aplicada fita balizadora branca e vermelha de forma continua.
- Em opções de itinerário, a organização poderá afixar setas de indicação com a cor laranja para reforçar a sinalização com as fitas plásticas vermelhas.
- Os participantes são responsáveis por observar as diferentes opções de itinerário, verificar quais as que estão sinalizadas. No início de uma nova opção haverá maior abundância de sinalização, que reduz-se se o itinerário seguir por um caminho bem definido e único.
- Se um participante progredir mais de 200 metros sem encontrar qualquer elemento de sinalização deverá avaliar a última opção tomada e retomar por uma opção com presença de sinalização.

20. Partida

- O relógio inicia a contagem no momento estabelecido, com ou sem a presença dos participantes. Os atletas que não estiverem presentes até à hora estabelecida para a partida, serão automaticamente desclassificados.

- Os participantes na prova de TNSC 10km serão transportados entre o Centro do evento e o local de partida, caso tenham pago a taxa extra correspondente (2 euros). Para o efeito deverão comparecer no centro do evento até às 9h00. Independentemente da opção de deslocação para a Partida, os inscritos na prova TNSC 10km devem comparecer no Local de Partida, impreterivelmente até às 9h15.

21. Tempos Limite nos Controlos de Passagem/Barreiras Horárias

- Os participantes que ultrapassem as horas de passagem nas respetivas distâncias deverão retirar-se da prova e serão automaticamente desclassificados. A organização não garante assistência para além dos horários de passagem estabelecidos e dos tempos limite de conclusão da prova.
- A organização retirará da prova qualquer participante se o seu tempo na corrida exceda os tempos de passagem, ou se o seu estado de saúde assim recomendar. O corredor que retirar-se por sua iniciativa deverá avisar a organização.
- Tempo Limite:
 - TNSC 21km – 4h30 (previsão 9h -13h30)
 - TNSC 10km – 3h00 (Previsão 9h30 – 12h30)

Os participantes dentro do percurso que tenham ultrapassado o tempo limite poderão ser retirados de prova pela organização.

- As barreiras horárias nos postos de controlo de passagem têm por base os seguintes horários:

TNSC 21km – Partida 9h00

- Posto de controlo – Cruzamento da Levada da Serra do Faial com estrada florestal junto ao Cabeço do Pinaco/Ribeira Primeira – Km 4,7 – **Hora Limite 10h10**
- Posto de Controlo – Cruzamento ER 202 – Cabeço Gordo – Km 9,7 – **Hora Limite 11h40**
- Posto de Controlo de passagem – Chão das Aboboreiras 1 – Km 13,4
- Posto de Controlo passagem – Chão das Aboboreiras 2 – Km 14,7
- Posto de Controlo passagem – Levada da Serra do Faial – Km 17,3 – **Hora Limite 12h50**
- Chegada – Campo de Futebol de Santo António da Serra – Km 21- **Hora limite 13h30**
-

TNSC 10Km – Partida 9h30 (Previsto)

- Posto de Controlo de passagem – Chão das Aboboreiras 1 – Km 2,5
- Posto de Controlo passagem – Chão das Aboboreiras 2 – Km 3,8
- Posto de Controlo – Cruzamento da Levada da Serra do Faial com a ER202 – Km 6,2 – **Hora Limite – 11h20**
- Chegada – Campo de Futebol de Santo António da Serra – Km 10 - **Hora limite 12h30**

22. Meios de Progressão na Competição

- A deslocação a pé é o único meio de progressão permitido em todo o percurso, sendo proibido qualquer tipo de ajuda, que não sejam o seu físico e os bastões.
- A natureza de uma competição em esforço contínuo entre a partida e a chegada significa que os participantes deverão estar suficientemente treinados para executar atividade física contínua durante períodos longos, e recuperar sem problemas para continuar com a sua prova (embora evitando o aparecimento de bolhas, tendinite e outras lesões semelhantes).
- Em caso de utilização de bastões de marcha, o participante é obrigado a os transportar durante todo o percurso.

23. Normas de conduta/Fair-play e dopping

- A realização do evento pressupõe da parte de todos os participantes a consciência plena de que a participação no Trail Natureza de Santa Cruz e a atividade física em geral é incompatível com a utilização de substâncias dopantes, na perspetiva da promoção da saúde e bem-estar e no respeito pelo código de conduta do fair-play.
- O respeito pelo desafio, pelos outros participantes, organizadores e colaboradores e pelo ambiente natural e em geral pelo património público e privado, ao longo de toda a prova deverá estar acima de todas as prioridades e na consciência de cada participante.

24. Abastecimentos

- Haverá abastecimentos intermédios, de líquidos e sólidos nos postos de controlo assinalados na Tabela de Passagens e Graficos, no entanto, os participantes devem equacionar suplementos alimentares e líquidos para complemento das suas necessidades.
- Informa-se que os participantes deverão obrigatoriamente possuir copo para o abastecimento de líquidos.
- **A bebida isotónica e outros líquidos sem ser água, são servidos em exclusivo em copo.** para encher cantis ou outros recipientes só está disponível água.
- Participantes sem peitoral visível não poderão usufruir dos abastecimentos.

25. Classificações

- As classificações individuais nos diferentes percursos e escalões são ordenadas pelo tempo à chegada.
- As classificações coletivas masculinas e femininas são apuradas pelo somatório dos tempos dos três primeiros classificados de uma instituição.
- A reclamação de resultados só poderá ser efetuada mediante exposição escrita, entregue no secretariado da prova, até uma hora após a publicação de resultados.
- A publicação de resultados será disponibilizada no local da prova no início da entrega de prémios. A publicação on-line de resultados oficiais é da exclusiva responsabilidade da organização no momento que for possível e oportuno.

26. Prémios

- Troféus para os primeiros classificados da geral absoluta masculina e feminina de ambas as provas. Medalhas para os três primeiros da classificação de cada escalão.
- Um troféu aos primeiros 3 clubes da classificação coletiva masculina e feminina na prova de 21km.
- O apuramento das classificações de equipas é feito pela soma dos tempos dos três primeiros classificados de cada equipa e por género.
- Outros prémios a anunciar.

27. Desclassificações e penalizações

- Será motivo de desclassificação se o participante:
 - a) Não estiver presente na hora de partida
 - b) Chegar para além do tempo limite para a execução da prova ou ultrapassar a barreira horária nos pontos de passagem;
 - c) Não cumprir o percurso sinalizado ou falta de controlo em algum dos pontos de passagem (divulgados ou surpresa);
 - d) Provocar danos em áreas privadas ou ajardinadas;
 - e) Desrespeitar as normas gerais de proteção da natureza;
 - f) Atirar lixo para o chão;
 - g) Infringir outras regras estabelecidas pela organização;
 - h) Não responder às indicações dos controladores e outros elementos da organização do evento;
 - i) Não ajudar um participante que esteja necessitando de ajuda;
 - J) A falta do material abaixo descrito e definido como obrigatório no presente regulamento incorre nas seguintes sanções:

Material Obrigatório	Penalidade
Peitoral	Desclassificação
Telemóvel	Desclassificação
Casaco Impermeável	30 minutos
Manta Térmica	Desclassificação
Mochila ou equivalente	30 minutos
Alimentação de reserva	30 minutos
Depósito para água	30 minutos
Copo 15cl	30 minutos
Apito	30 minutos

28. Direitos de Imagem

- A organização reserva o direito exclusivo à imagem (foto, vídeo) das provas do Trail Natureza de Santa Cruz e à publicitação de audiovisuais e fotografias do evento, incluindo ou não os participantes. Qualquer projeto ou suportes publicitários, com imagens do evento devem ter prévio consentimento da organização.

29. Normas de Segurança

- Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados e a respeitar as regras de utilização da via pública, em particular ter máxima atenção ao atravessar as estradas durante a progressão.
- Em caso de acidente no decorrer da prova, e na situação de não poder prosseguir, o participante deve entrar em contacto imediato com a organização, ou pedir a alguém que informe. Caso contrário deverá tentar chegar ao final ou a local do seu conhecimento (mais próximo) onde tenha acesso aos meios de alerta e socorro.

30. Seguro de Prova

- Os participantes nas provas do Trail Natureza de Santa Cruz estão cobertos por um seguro de acidentes pessoais.
- Tudo o que exceda os montantes abaixo descritos, franquias e as coberturas do seguro de acidentes pessoais do evento são da responsabilidade do participante:
 - Morte ou Invalidez permanente: 27.500,00EUR
 - Despesas tratamento: 4.500,00EUR
 - Despesas Funeral: 2.500,00EUR

31. Apoio e Emergência

- Haverá equipas de apoio, socorro e emergência para prestar os cuidados aos participantes que deles necessitem.
- O contato de comunicação com a organização é 96 2837491, que deve ser gravado previamente, antes da prova, no telemóvel a utilizar durante a realização do percurso que o participante está inscrito. Em caso de dificuldade de comunicação com a organização e a situação apresente-se de emergência ao nível do socorro e segurança deverá o participante contactar o número nacional de emergência 112.

32. Regulamento e Casos omissos

- O presente regulamento poderá ser atualizado até ao dia limite das inscrições 30 de agosto de 2016, de acordo com as necessidades da organização, que comunicará por correio eletrónico fornecido no ato de inscrição. Os casos omissos deste regulamento serão resolvidos pela organização, cujas decisões não haverá recurso. A direção da prova pode suspender, reduzir, neutralizar ou parar a prova por motivos de segurança ou de força maior para além do seu controlo (clima, mudanças no fluxo hidrográfico, outros).