

PLIEGO DE DESCARGO DE RESPONSABILIDADES Y CERTIFICADO DE ACTITUD FISICA

Mediante el presente documento MANIFIESTO

1. Que he leído, entendido y acepto íntegramente el reglamento de la prueba deportiva. Este reglamento se puede encontrar público en la página web oficial de la carrera

2. Que estoy físicamente bien preparado para la competición, que tengo buena salud general y no padezco ninguna enfermedad, defecto físico, lesión o afección cardiorrespiratoria que pueda agravarse como resultado de mi participación en dicha prueba. Si durante la carrera sufriera algún tipo de lesión o cualquier otra circunstancia que pudiera perjudicar gravemente mi salud, lo hare saber a la organización lo antes posible.

3. Que soy plenamente consciente de la dureza de la prueba, del recorrido y del perfil de la misma.

4. Que soy consciente de que este tipo de competiciones conllevan un riesgo adicional para los participantes. Por ello, asisto de forma voluntaria y con iniciativa propia, asumiendo íntegramente los riesgos y las consecuencias derivadas de mi participación.

5. Que dispongo de la capacidad física y la destreza técnica suficiente como para garantizar mi propia seguridad, con las condiciones de autonomía en las que se desarrolla la prueba.

6. Que, aunque la organización no obliga a un mínimo de material deportivo y de seguridad, soy plenamente consciente de que de las condiciones de la carrera pueden cambiar rápidamente (inclemencias meteorológicas, cansancio, lesiones, etc.....), y que por tanto sí dispongo del material deportivo y de seguridad que creo que de acuerdo a mis condiciones físicas y deportivas y en mi conocimiento del medio, necesito para la realización de esta prueba y sé utilizarlo adecuada mente.

7. Que me comprometo a cumplir las normas y los protocolos de seguridad establecidos por la organización ,en la que tomo parte, así como a mantener un comportamiento responsable que no haga aumentar los riesgos para mi integridad física o psíquica. Seguiré las instrucciones y acata re las decisiones que tomen los responsables de la organización (jueces, médicos, directores de carrera y organizadores) en temas de seguridad.

8. Que autorizo a los Servicios Médicos de la prueba a que me practiquen cualquier cura o prueba diagnóstica que pueda necesitar, estando o no en condiciones de solicitarla. Ante sus requerimientos de los requerimientos de los responsables de la organización (jueces, médicos,

directores de carrera y organizadores), me comprometo a abandonar la prueba si ellos lo creen necesario.

9. Que autorizo a la organización de la prueba a utilizar cualquier fotografía, filmación o grabación que se haga, siempre y cuando este exclusivamente relacionado con mi participación en este evento, y a no percibir ningún tipo de contraprestación a cambio.

10. Que antes o durante la prueba no consumiré sustancias prohibidas, consideradas como doping por las federaciones de atletismo y montaña.

11. Que mi dorsal es personal e intransferible, por lo que no podrá llevar ningún participante o persona en lugar mío.

12. Que participo voluntariamente y bajo mi propia responsabilidad en la prueba. Por lo tanto, exoneró o eximo de cualquier responsabilidad a la organización, colaboradores, patrocinadores y otros participantes, de cualquier daño físico o material que se produzca en mi persona y, por tanto, renuncio a interponer denuncia o demanda contra ellos.

13. Que me comprometo a seguir las pautas generales de respeto al medio ambiente que se relaciona a continuación:

- Transitar con prudencia por pistas y carreteras abiertas al tráfico.
- Transitar despacio en presencia de personas, animales o vehículos.
- No provocar alteraciones en los procesos y en el funcionamiento natural de los ecosistemas.
- No deteriorar los recursos bióticos, geológicos, culturales o, en general, el paisaje.
- Esquivar o evitar las zonas medioambientalmente sensibles.
- Realizar las necesidades fisiológicas en los lugares adecuados o, en todo caso, fuera del agua y lejos de lugares de paso o reunión.
- No encender fuego ni provocar situaciones de riesgo de incendio.
- No utilizar o instalar ningún tipo de estructura o elementos que deje huella permanente en el medio.
- No abandonar objetos o residuos sólidos o líquidos fuera de los lugares habilitados expresamente para la recogida de los mismos.

NOMBRE:

DNI:

FIRMA:

