



PLEC DE DESCÀRREC DE RESPONSABILITATS I CERTIFICAT D'APTITUD FÍSICA DE LA MARXA DE RESISTÈNCIA I TRAIL PARETS MONTSERRAT.

Jo, _____ amb DNI número _____ mitjançant el present document
MANIFESTO:

1. Que he llegit, entès i accepto íntegrament el Reglament de la prova esportiva denominada MARXA DE RESISTÈNCIA I TRAIL PARETS MONTSERRAT. Aquest Reglament es pot trobar publicat a la pàgina de la cursa www.ceparets.com
2. Que estic segur d'estar física i psicològicament ben preparat per realitzar la prova i que segueixo els controls mèdics adequats per garantir que dispo de prou bona salut i de no patir cap malaltia, al·lèrgia, defecte físic, lesió o afecció cardío-respiratòria que desaconselli la meva participació en la PARETS MONTSERRAT.
3. Que sóc plenament conscient de la dificultat de la prova, del recorregut, perfil i distància de la mateixa, els quals he consultat prèviament a www.ceparets.com
4. Que sóc conscient que aquest tipus de proves comporten un risc addicional pels participants. Per això, hi assisteixo de manera voluntària i amb iniciativa pròpia, assumint íntegrament els riscos i les conseqüències derivades de la meva participació.
5. Que dispo dels coneixements i destreses tècniques suficients per garantir la meva pròpia seguretat, en l'entorn i les condicions d'autonomia en les quals es desenvolupa la prova. Que dispo també del material esportiu i de seguretat exigint per l'organització per el dia de la prova, garantint que aquest es troba en bon estat, que sé utilitzar-lo adequadament i que el duré damunt meu durant tota la prova.
6. Que em comprometo a complir les normes i els protocols de seguretat establerts per l'organització de la PARETS MONTSERRAT, en la qual hi prenc part, així com a mantenir un comportament responsable que no faci augmentar els riscos per a la meva integritat física o psíquica. Seguiré les instruccions i acataré les decisions que prenguin els responsables de l'organització en temes de seguretat.
7. Que davant dels requeriments o criteri dels organitzadors de la prova em comprometo a abandonar la prova i/o permetre la meva hospitalització, si ells ho creuen necessari per a la meva salut.
8. Que autoritzo a l'organització de la prova a fer i utilitzar qualsevol fotografia, filmació o gravació que es faci, sempre i quant estigui exclusivament relacionada amb la meva participació en aquest esdeveniment, i a no percebre cap tipus de contraprestació a canvi.
9. Que abans o durant la prova no consumiré substàncies prohibides, considerades com a dòping per les federacions d'atletisme i muntanya. L'organització pot passar control antidòping als tres primers classificats de cada categoria.
10. Que sóc conscient que el meu dorsal és personal i intransferible, per la qual cosa no el cediré o vendré a cap altra persona, inclús en el cas que jo no pugui assistir a la prova, sense el consentiment de l'organització.
11. Que participo voluntàriament i sota la meva pròpia responsabilitat a la prova. Per tant, exonero de qualsevol responsabilitat a l'organització, col·laboradors, patrocinadors i altres participants, per qualsevol dany físic o material que es produeixi en la meva persona i, per tant, renuncio a interposar denúncia o demanda contra els esmentats.
12. Que em comprometo a seguir les pautes generals de respecte als demés i al medi ambient.

A PARETS DEL VALLÈS _____ de _____ de 20____

Nom i signatura