1a Cursa Solidària i Inclusiva 6 hores de Resistència 'Ciutat de Gavà'

PLEC DE DESCÀRREC DE RESPONSABILITATS I CERTIFICAT D'APTITUD FÍSICA DE LA CURSA SOLIDÀRIA I INCLUSIVA 6 HORES DE RESISTÈNCIA 'CIUTAT DE GAVÀ'

Jo, _____ amb DNI núm._____

Mitjançant el present document MANIFESTO:

1. Que he llegit, entès i accepto íntegrament el Reglament de la prova esportiva denominada **1a Cursa Solidària i Inclusiva 6 hores de Resistència 'Ciutat de Gavà'** (d'ara endavant la cursa solidària), que se celebrarà a 'La Sentiu' (Gavà) el dia 10 de juny de 2023. Aquest Reglament es pot trobar publicat a la pàgina web oficial de la prova www.garrafrunners.org/6hresistenciagava/

2. Que estic segur d'estar física i psicològicament ben preparat per realitzar la cursa solidària i de que segueixo els controls mèdics adequats per garantir que disposo de bona salut i de no patir cap malaltia, al·lèrgia, defecte físic, lesió o afecció cardiorespiratòria que desaconselli la meva participació a la cursa solidària.

3. Que soc plenament conscient de la duresa de la prova i del recorregut, els quals he consultat prèviament a la web de la prova www.garrafrunners.org/6hresistenciagava/

4. Que soc conscient de que aquest tipus de proves comporten un risc addicional pels participants. Per això, hi assisteixo de forma voluntària i amb iniciativa pròpia, assumint íntegrament els riscos i les conseqüències derivades de la meva participació.

5. Que disposo dels coneixements i de la destresa tècnica suficients com per garantir la meva pròpia seguretat, en l'entorn i les condicions en les quals es desenvolupa la prova. Que disposo també del material esportiu adequat per aquest tipus de curses, garantint que aquest es troba en bon estat.

6. Que em comprometo a complir les normes i els protocols de seguretat establerts per l'Organització de la Cursa Solidària, 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 (personal sanitari i organitzadors) en temes de seguretat.

7. Que autoritzo als Serveis Mèdics de la prova a que em practiquin qualsevol cura o prova diagnòstica que ells considerin en qualsevol moment de la prova, l'hagi o no sol·licitat jo

mateix. Davant dels seus requeriments, em comprometo a abandonar la prova i/o a 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 a utilitzar qualsevol fotografia, filmació o gravació que es faci, sempre i quan estigui exclusivament relacionada amb la meva participació en aquest esdeveniment, i a no percebre cap tipus de contraprestació a canvi.

9. Que soc conscient de que el meu dorsal és personal i intransferible, per la qual cosa no el cediré o vendré a cap altre persona, inclús en el cas de que jo no pugui assistir a la prova.

10. Que participo voluntàriament i sota la meva pròpia responsabilitat en 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.

11. Que em comprometo a seguir les pautes generals de respecte als demés i al medi ambient que es relacionen tot seguit:

    a) Transitar amb prudència i segons les normes establertes pel circuit dissenyat per l'Organització.

    b) No provocar alteracions en els processos i en el funcionament natural dels ecosistemes.

    c) No deteriorar els recursos biòtics, geològics, culturals o, en general, el paisatge.

    d) Realitzar les necessitats fisiològiques en els llocs adients o, en tot cas, fora de l'aigua i lluny de llocs de pas o reunió de persones.

    e) No llençar ni abandonar objectes o residus sòlids o líquids fora dels llocs habilitats expressament per a la recollida d'aquests.

    f) No sortir del recorregut marcat.

A _____ a _____ de _____ de 2023.

Signatura