

## **PLIEGO DE DESCARGO DE RESPONSABILIDADES Y CERTIFICADO DE APTITUD FÍSICA DE LA TRAIL TERRES DE MEDIONA**

Yo, \_\_\_\_\_ con DNI número \_\_\_\_\_ mediante el presente documento

### **MANIFIESTO**

1. Que he leído, entendido y acepto íntegramente el Reglamento de la prueba deportiva denominada TRAIL TERRES DE MEDIONA que se celebrará en Sant Quintí de Mediona el día 8 de octubre de 2017. Dicho Reglamento se encuentra publicado en la página web oficial de la carrera [www.gotrail.es](http://www.gotrail.es).
2. Que estoy seguro de estar física y psicológicamente bien preparado para realizar la Trail Terres de Mediona y de que sigo los controles médicos adecuados para garantizar que dispongo de bastante buena salud y de no padecer enfermedad, alergia, defecto físico, lesión o afección cardiorrespiratoria que desaconseje mi participación en la carrera.
3. Que soy plenamente consciente de la dureza de la prueba, del recorrido, perfil y distancia de la misma, los que he consultado previamente en la web de la prueba [www.gotrail.es](http://www.gotrail.es)
4. Que soy consciente de que este tipo de pruebas 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 los conocimientos y de la destreza técnica suficientes como para garantizar mi propia seguridad, en el entorno y las condiciones de autonomía en las que se desarrolla la prueba. Que dispongo también del material deportivo y de seguridad exigido por la Organización para el día de la prueba, garantizando que éste se encuentra en buen estado, que sé utilizarlo adecuadamente y que lo llevaré sobre mí durante toda la prueba.
6. Que me comprometo a cumplir las normas y los protocolos de seguridad establecidos por la Organización de la Terres de Mediona, 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 acataré las decisiones que tomen los responsables de la Organización (jueces, médicos y organizadores) en temas de seguridad.
7. Que autorizo a los Servicios Médicos de la prueba a que me practiquen cualquier cura o prueba diagnóstica que ellos consideren, en cualquier momento de la prueba, la haya o no solicitado yo mismo. Ante sus requerimientos, me comprometo a abandonar la prueba y / o permitir mi hospitalización, si ellos lo creen necesario para mi salud.
8. Que autorizo a la Organización de la prueba a hacer cualquier cambio en el recorrido, programa o reglamento, y a utilizar cualquier fotografía, filmación o grabación que se

haga, siempre y cuando esté exclusivamente relacionada con mi participación en este evento, y a no percibir ningún tipo de contraprestación a cambio.

**9.** Que antes o durante la prueba no consumiré sustancias prohibidas, consideradas como doping por las federaciones de atletismo y montaña. La Organización puede pasar control antidoping a los tres primeros clasificados de cada categoría.

**10.** Que soy consciente de que mi dorsal es personal e intransferible, por lo que no lo cederé o venderé a ninguna otra persona, incluso en el caso de que yo no pueda asistir a la prueba.

**11.** Que participo voluntariamente y bajo mi propia responsabilidad en la prueba. Por lo tanto, exonerado de cualquier responsabilidad en la Organización, colaboradores, patrocinadores y otros participantes, por cualquier daño físico o material que se produzca en mi persona y, por tanto, renuncio a interponer denuncia o demanda contra los mencionados.

**12.** Que me comprometo a seguir las pautas generales de respeto a los demás y al medio ambiente que se relacionan a continuación a) Transitar con prudencia y según las normas establecidas por pistas y carreteras abiertas al tráfico. b) Transitar despacio en presencia de personas, animales o vehículos. c) No provocar alteraciones en los procesos y en el funcionamiento natural de los ecosistemas. d) No deteriorar los recursos bióticos, geológicos, culturales o, en general, el paisaje. e) Esquivar o evitar las zonas medioambientalmente sensibles. f) Realizar las necesidades fisiológicas en los lugares adecuados o, en todo caso, fuera del agua y lejos de lugares de paso o reunión de personas. g) No encender fuego ni provocar situaciones de riesgo de incendio. h) No utilizar o instalar ningún tipo de estructura o elemento que deje huella permanente en el medio. e) No tirar ni abandonar objetos o residuos sólidos o líquidos fuera de los lugares habilitados expresamente para la recogida de los mismos. j) No salir del recorrido marcado. k) Cerrar las vallas o hilos para ganado, que me vea obligado a abrir a mi paso.

En Sant Quintí de Mediona a 8 de Octubre de 2017.

Firma