

Nom, cognoms:

DNI/NIE:

Signatura corredor/a:

Número de dorsal:

Manifesto:

1. Que conec i accepto íntegrament el Reglament de la prova esportiva anomenada **Rialp Matxicots 2018** que se celebra el dia **15-16 de setembre de 2018**. Aquest Reglament es troba publicat a la pàgina web oficial de la cursa <http://www.rialpmatxicots.cat>

2. Que estic físicament ben preparat/da i tinc bona salut general, sense patir malaltia, defecte físic o lesió que es pugui agreujar per la meva participació en aquesta prova. Si durant la carrera patís algun tipus de lesió o qualsevol altra circumstància que pugui perjudicar greument la meva salut, ho posaré en coneixement de l'organització com més aviat millor.

3. Que sóc conscient que aquest tipus de competicions, en desenvolupar-se en el medi natural, en llocs de difícil accés i control, tenen un risc addicional per als participants. Per això hi assisteixo de pròpia voluntat i iniciativa, i assumeixo íntegrament els riscos i conseqüències derivades de la meva participació.

4. Que dispenso de capacitat física i destresa tècnica suficient com per garantir la meva pròpia seguretat, sota les condicions d'autonomia en què es desenvolupa la prova. Igualment, dispenso del material esportiu i de seguretat exigint per l'Organització i garanteixo que es troba en bon estat, l'utilitzaré adequadament i el portaré a sobre durant tota la competició.

5. Que em comprometo a complir les normes i protocols de seguretat establerts per l'Organització per a la **Matxicots 2018** en què participaré, així com a mantenir un comportament responsable que no augmenti els riscos per a la meva integritat física i psíquica. Seguiré les instruccions i acataré les decisions que prenguin els responsables de l'Organització (jutges, metges i organitzadors) en temes de seguretat.

6. Que autoritzo els serveis mèdics de la prova que em practiquin qualsevol cura o prova diagnòstica que pugués necessitar estant o no en condicions de demanar-la. Davant els seus requeriments em comprometo a abandonar la prova si ells ho consideren necessari per a la meva salut.

7. Que autoritzo l'organització de la prova a utilitzar qualsevol fotografia, filmació o gravació que es faci sempre que aquestes siguin exclusivament relacionades amb la meva participació en aquest esdeveniment.

8. Que el meu dorsal és personal i intransferible de manera que no el podrà portar un altre participant o persona al meu lloc.

9. Que participo voluntàriament i sota la meva pròpia responsabilitat en la prova; per consegüent, exonerer o s'eximeix de qualsevol responsabilitat l'Organització, col·laboradors, patrocinadors i qualssevol altres participants, per qualsevol dany físic o material.

10. Que em comprometo a seguir les pautes generals de respecte al medi ambient que es relacionen a continuació:

- a) Transitar amb prudència per pistes i carreteres obertes al trànsit.
- b) Transitar a poc a poc en presència de persones, animals o vehicles.
- c) No produir alteracions en els processos i en el funcionament natural dels ecosistemes.
- d) No deteriorar els recursos biòtics, geològics, culturals o, en general, el paisatge.
- e) Sortejar o evitar les zones mediambientals sensibles.
- f) Realitzar les necessitats fisiològiques en els llocs adequats o, en tot cas, fora de l'aigua i lluny de punts de pas o reunió de persones.
- g) No encendre foc ni provocar situacions de risc d'incendi.
- h) No utilitzar o instal·lar cap tipus d'estructura o element que deixi empremta permanent en el medi.
- i) No abocar ni abandonar objectes o residus sòlids o líquids fora dels llocs habilitats usualment per a la seva recollida.