

Yo,.....,con D.N.I. número .....

## **MANIFIESTO:**

1. Que conozco y acepto íntegramente el Reglamento de la prueba deportiva denominada XXII CARRERA POPULAR EL QUÍQUERE que se celebrará el día 30 DE JULIO 2016.

2. Que estoy físicamente bien preparado para la competición, gozo de buena salud general, sin padecer enfermedad, defecto físico o lesión que pueda agravarse por mi participación en dicha prueba. Si durante la carrera, padeciera algún tipo de lesión o cualquier otra circunstancia que pudiera perjudicar gravemente mi salud, lo pondré en conocimiento de la Organización lo antes posible.

3. Que soy consciente de que este tipo de competiciones, al desarrollarse en el medio natural, en lugares de difícil acceso y control, conllevan un riesgo adicional para los participantes. Por ello, asisto de propia voluntad e iniciativa asumiendo íntegramente los riesgos y consecuencias derivadas de mi participación.

4. Que dispongo de capacidad física y destreza técnica suficientes como para garantizar mi propia seguridad, bajo las condiciones de autonomía en las que se desarrolla la prueba. Igualmente, dispongo del material deportivo y de seguridad exigido por la Organización y garantizo que se encuentra en buen estado, sé utilizarlo adecuadamente y lo llevaré encima durante toda la competición.

5. Que me comprometo a cumplir las normas y protocolos de seguridad establecidos por la Organización para la denominada XXII CARRERA POPULAR EL QUÍQUERE, en la que voy a intervenir, así como a mantener un comportamiento responsable que no aumente 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.

6. Que autorizo a los Servicios Médicos de la prueba, a que me practiquen cualquier cura o prueba diagnóstica que pudiera necesitar estando o no en condiciones de solicitarla. Ante sus requerimientos me comprometo a abandonar la prueba si ellos lo estiman necesario para mi salud.

7. Que autorizo a la Organización de la prueba a utilizar cualquier fotografía, filmación o grabación que tome siempre que esté exclusivamente relacionada con mi participación en este evento.

8. Que mi dorsal es personal e intransferible por lo que no podrá llevarlo otro participante o persona alguna en mi lugar.

9. Que participo voluntariamente y bajo mi propia responsabilidad en la prueba. Por consiguiente, exonero o eximo de cualquier responsabilidad a la organización, colaboradores, patrocinadores y cualesquiera otros participantes, por cualquier daño físico o material.

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

*a) Transitar con prudencia por pistas y carreteras abiertas al tráfico.*

*b) Transitar despacio en presencia de personas, animales o vehículos.*

*c) No producir 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) Sortear 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 puntos 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.*

*i) No verter ni abandonar objetos o residuos sólidos o líquidos fuera de los lugares habilitados usualmente para la recogida de los mismos.*

En Lanzarote, a.....,de..... 2016

ENTERADO Y CONFORME:

Firma y Dni: