



Yo D. \_\_\_\_\_ Con DNI: \_\_\_\_\_

Considerando que he realizado mi inscripción para la IV Carrera El Sebadal en la modalidad de  10.500 metros  7.000 metros  3.500 metros (marcar la que proceda) me comprometo a cumplir las reglas que regulan la carrera. Además de las reglas de la dirección de la carrera. Acepto el reglamento que se encuentra en la página web de la organización. [www.elsebadal.com](http://www.elsebadal.com)

**Por la presente:**

- Admito que soy el único responsable de todas mis posesiones y equipamiento deportivo durante el desarrollo de la II Carrera El Sebadal y sus actividades colaterales.
- Afirmo y verifico que estoy físicamente preparado y suficientemente entrenado para esta prueba y que he pasado los reconocimientos médicos oportunos. Estando físicamente bien preparado para la competición, gozo de buena salud general, sin padecer enfermedad, defecto físico o lesión que pueda agravarse con mi participación en dicha prueba. Si durante la prueba, 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 levantando mi mano en el agua o en la zona de médico en meta.
- Acepto recibir bajo mi propio coste el tratamiento médico en caso de ser necesario por lesión, accidente y/o enfermedad durante la II Carrera El Sebadal. Por ello, asisto de propia voluntad e iniciativa asumiendo íntegramente los riesgos y consecuencias derivadas de mi participación.
- Permito el libre uso de mi nombre y cualquier imagen en cualquier publicación o medio de comunicación tomadas durante la II Carrera El Sebadal
- Eximo a la organización, directores del evento, colaboradores, patrocinadores y voluntarios de la II Carrera El Sebadal de cualquier responsabilidad o reclamación por mi parte. Incluyendo cualquier perjuicio o lesión directa o indirecta y casos de muerte. No es aplicable si el daño o lesión es motivo de la mala acción o dejadez por parte de la organización.
- Dispongo de capacidad física, destreza técnica y recursos de supervivencia 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, está homologado, sé utilizarlo adecuadamente y lo llevaré encima durante toda la competición.
- Domino y me comprometo a cumplir las normas y protocolos de seguridad establecidos por la Organización para la II Carrera El Sebadal, 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.
- 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.
- No consumiré sustancias prohibidas, consideradas como DOPPING.
- Mi dorsal es personal e intransferible por lo que no podrá llevarlo otro participante o persona alguna en mi lugar.
- Conozco que la entidad organizadora, se reserva el derecho de admitir o no a algún participante, aun habiendo abonado los derechos de suscripción que me serían devueltos en caso de no ser admitido.
- Me comprometo a seguir las pautas generales de respeto al medio ambiente:
  - a) Transitar con prudencia por la costa y circuito de la travesía.
  - b) No producir alteraciones en los procesos y en el funcionamiento natural de los ecosistemas.
  - c) No deteriorar los recursos bióticos, geológicos, culturales o, en general, del paisaje.
  - d) Sortear o evitar las zonas medioambientalmente sensibles.
  - e) 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.
  - f) No verter ni abandonar objetos o residuos sólidos o líquidos fuera de los lugares habilitados usualmente para la recogida de los mismos.
- Los organizadores se reservan el derecho de cambiar o modificar cualquier información referente a la carrera o cancelar la misma por causas de fuerza mayor, publicándolo en la web oficial

En....., a ..... de ..... De 2016

**Enterado y conforme firma**

Nombre: D.N.I.

[www.elsebadal.com](http://www.elsebadal.com)