

## DECLARACIÓN RESPONSABLE

### SOBRE EL ESTADO DE SALUD Y TÉCNICO DEL PARTICIPANTE

Don/doña \_\_\_\_\_,

con N.I.F \_\_\_\_\_, tarjeta federativa (en su caso) número \_\_\_\_\_ y,

domicilio en \_\_\_\_\_,

inscrito en *XXIX Triatlón Torre del Mar 2022*, declaro bajo mi responsabilidad que las respuestas contenidas en el presente formulario en relación sobre mis condiciones físico-técnicas son ciertas.

¿Conoce la exigencia física que comporta una prueba multidisciplinar como es el Triatlón/Duatlón?  SÍ  NO

¿Se ha realizado en el último año un chequeo médico completo a fin de determinar que cuenta con las condiciones de salud necesarias para superar este tipo de prueba deportiva sin riesgo para su salud?  SÍ  NO

¿Se encuentra federado?  SÍ  NO

¿Ha sufrido algún tipo de contratiempo cardiaco?  SÍ  NO

¿Ha realizado pruebas de este tipo con anterioridad?  SÍ  NO

¿Las superó sin contratiempos?  SÍ  NO

¿Cuántas pruebas de este tipo ha realizado en el último año?  SÍ  NO

¿Suele nadar en aguas abiertas?  SÍ  NO (Solo en caso de Triatlón)

¿Conoce la diferencia entre nadar en piscina y nadar en aguas abiertas?  SÍ  NO (Solo en caso de Triatlón)

¿Ha accedido a la documentación de seguridad proporcionada por la organización?  
 SÍ  NO

¿Conoce los itinerarios por los que se desarrollará la prueba?  SÍ  NO

¿Los ha recorrido físicamente?  SÍ  NO

¿Conoce las condiciones climáticas para el tiempo durante el que se desarrollará la prueba?  SÍ  NO

¿Es usted consciente de la posibilidad de modificación o cancelación de la prueba por motivos de seguridad o de fuerza mayor?  SÍ  NO

¿Asistirá a la reunión técnica que tendrá lugar con anterioridad al inicio de la prueba?  
 SÍ  NO

¿Suele correr con asiduidad?  SÍ  NO

¿Cuánto? (no responder en caso de que la respuesta anterior sea NO)

20 Kms semanales o menos

entre 20 y 40 kms semanales

más de 40 kms semanales

¿Practica usted ciclismo?  SÍ  NO

¿Con qué asiduidad? (no responder en caso de que la respuesta anterior sea NO)

menos de 2 veces a la semana

entre 2 y 4 veces a la semana

más de 5 veces a la semana.

¿Ha revisado usted el material que usará en la prueba?  SÍ  NO

¿Ha necesitado algún tipo de arreglo?  SÍ  NO

Para el segmento que discurre en el agua ¿dispone de un equipamiento adecuado que le proteja de la baja temperatura?  SÍ  NO (Solo en caso de Triatlón)

Y para que así conste, suscribo la presente bajo mi responsabilidad, siendo ciertos todos los extremos contenidos en este cuestionario.

Fdo.: El participante