

DESCARGO DE RESPONSABILIDADES Y CERTIFICADO DE APTITUD FÍSICA KLASSMARK

Mediante el presente documento MANIFIESTO:

1. **Que he leído y acepto íntegramente el reglamento de las pruebas deportivas organizadas por KLASSMARK.**
2. Este reglamento se puede encontrar publicado en la pagina web oficial: www.klassmark.com y www.thetraka.com
3. Que estoy seguro de estar física y psicológicamente bien preparado para realizar la prueba. Que sigo los controles médicos adecuados para garantizar que dispongo de buena salud y de no padecer ninguna enfermedad, alergia, defecto físico, lesión o afección cardiorrespiratoria que desaconseje mi participación.
4. Que soy plenamente consciente de la dureza de la prueba, del recorrido, perfil y distancia de la misma, los cuales he consultado previamente en la web de la prueba.
5. Que soy consciente que este tipo de pruebas comportan un riesgo para los participantes. Por eso, asisto de forma voluntaria y bajo mi responsabilidad, asumiendo íntegramente los riesgos y consecuencias derivadas de mi participación. Por lo tanto, exonero de cualquier responsabilidad a la organización, colaboradores, patrocinadores y otros participantes, para cualquier daño físico o material que se produzca en mi persona. Renuncio a interponer denuncia o demanda contra los mencionados.
6. Que dispongo de los conocimientos y de la destreza técnica suficientes para garantizar mi propia seguridad, teniendo en cuenta el entorno natural y las condiciones de autonomía de la prueba.
7. Que dispongo del material deportivo y de seguridad exigido por la organización en el reglamento. Garantizo que el material se encuentra en buen estado, que tengo conocimiento para utilizarlo adecuadamente, y que lo llevaré conmigo durante toda la prueba.
8. Que me comprometo a cumplir las normas y los protocolos de seguridad establecidos por la organización, así como mantener un comportamiento responsable que no haga aumentar los riesgos para mi integridad física o psíquica ni los demás. Seguiré las instrucciones y acataré las decisiones que tomen los responsables de la organización (jueces, médicos y organizadores).
9. Que autorizo a los Servicios Médicos de la prueba a que me practiquen cualquier cura o prueba diagnóstica que ellos consideren oportuna en cualquier momento de la prueba, la haya solicitado yo mismo o no. Delante de sus requerimientos, me comprometo a abandonar la prueba y permitir mi hospitalización, si ellos lo consideran necesario para mi salud.
10. Que autorizo a la organización de la prueba a realizar y 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.
11. Que antes o durante la prueba no consumiré sustancias prohibidas, consideradas como doping por las federaciones de ciclismo y montaña. La organización puede pasar control antidoping a cualquier participante.
12. Que soy consciente que mi dorsal es personal e intransferible, por lo cual no lo cederé o venderé a ninguna otra persona. Se incluye el supuesto caso que no pueda asistir a la prueba.
13. Que me comprometo a seguir las pautas generales de respeto a los demás y al medio ambiente, que se enumeran a continuación:
 - a. Transitar con prudencia y según las normas viales, por pistas y carreteras abiertas al tránsito.
 - 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, del medio.
 - e. Esquivar o evitar zonas medioambientalmente sensibles.
 - f. Realizar las necesidades fisiológicas en los sitios adecuados, o en todo caso, fuera de puntos de agua y lejos de lugares de paso o reuniones 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 tirar ni abandonar objetos o residuos sólidos o líquidos fuera de los sitios habilitados expresamente para la recogida de estos.
 - j. No salir del recorrido marcado.
 - k. Cerrar las vallas o hilos para ganado, que me vea obligado a abrir a mi paso.
 - l. Soy plenamente consciente de que The Traka es una marcha ciclista NO COMPETITIVA.
 - m. Que soy plenamente consciente de que debo respetar las normas viarias de circulación, en las carreteras, en los caminos y durante todo el recorrido.
 - n. Que soy plenamente consciente de que los caminos, carreteras y todas las vías por las que circula The Traka están abiertas a cualquier otro tráfico.
 - o. Que soy plenamente consciente de que rodar en grupo es peligroso y puede ocasionar accidentes, caídas y colisiones.

- **Para los participantes en la distancia The Traka Adventure 560K:**

- a. The Traka Adventure es una salida de bicicleta no competitiva, donde la organización entrega un recorrido y queda eximida de cualquier responsabilidad sobre el participante.
- b. Soy consciente de que, ante situaciones climáticas adversas como lluvia, viento, frío o calor, debo confinarme y detenerme y no poner en riesgo mi integridad física.
- c. Soy plenamente consciente de que toda la responsabilidad recae sobre mí.
- d. Soy plenamente consciente de que ante una situación adversa he de actuar como una persona más.
- e. Soy plenamente consciente de que, frente a crecidas de ríos, incendios, accidentes de tráfico, obras en la calzada o similares, actuaré con responsabilidad como una persona más y recalcularé la ruta para poder continuar si es posible.
- f. Soy plenamente consciente de que cualquier accidente o avería que pueda tener es responsabilidad mía.
- g. Soy plenamente consciente de que si abandono tengo que volver con mis medios, buscando el transporte público más apropiado o el de algún amigo o familiar.
- h. Soy plenamente consciente de que está prohibido rodar a rueda.

- The Traka Adventure es una salida en la que se deben cumplir todas las normativas de circulación y leyes locales, diurnas y nocturnas. En caso de abandonar el recorrido, queda totalmente prohibido circular por autopistas y autovías. ¡RECUERDE! Abandonar en la zona de alta montaña, para regresar a Girona los vehículos los envía por las autovías N-260 TUNELS DE COLLABÓS y A-26 Olot en Besalú.
- En el recorrido puedes vivir y encontrar situaciones inesperadas, algunas de riesgo y otras no, p. ej. Incendios, accidentes de tráfico, obras en caminos o carreteras... Es importante que te mentalices que debes ser uno más y respetar las indicaciones de las autoridades
- personas competenciales en este momento. Si sales del recorrido y recalculas la ruta por alguna adversidad de este tipo, no ocurre nada.
- La salida transcurre por zonas de alta montaña, media montaña, costa y llanuras. Ten en cuenta que el clima es muy variado en función de la zona que te encuentres. La diferencia entre las zonas altas y la costa puede variar hasta 20 grados y por la noche hasta 30 grados. Por tanto, debes tener en cuenta que en las horas que estés en ruta te puedes encontrar situaciones climáticas adversas como: lluvia, nieve, granizo, tormentas eléctricas, temperaturas altas o crecidas inesperadas de ríos.
- The Traka Adventure es una aventura en pareja o individual, por lo que no está autorizado ir a rueda de otro ciclista a no ser que sea tu pareja.
- La aventura no tiene ninguna zona de avituallamiento, debes ser autosuficiente contigo mismo, puedes parar a recargar y comprar, pero no está permitida la asistencia externa. No está permitido realizar reservas previas al evento en alojamiento o restaurantes. Tampoco está permitido recibir ayuda de otro participante para ser tumbado con gomas, cuerdas o propulsando con la mano.
- En caso de emergencia médica o avería de tu bicicleta, podrás tomar el transporte que consideres necesario. Recuerda que si sigues debes hacerlo desde el mismo punto que has abandonado el recorrido.
- En la categoría por parejas se podrá apoyar, pero en ningún caso puedes ser arrastrado por una cuerda, mando o goma. Si uno de los 2 componentes abandona, el compañero podrá seguir, pero no será clasificado en ningún momento.
- En The Traka Adventure la organización no proporcionará ningún seguro y no se hace responsable de ningún daño que pueda haber de forma directa y/o indirecta a ti o a terceros. Es obligado disponer de seguro, y por ello, debes tener en cuenta que debe cubrirte:

- a. Ir en bicicleta las 24 horas del día.
 - b. Ten en cuenta que toda la responsabilidad recae sobre ti.
 - c. El seguro debe tener explícitamente: defunción y buena cobertura médica durante un mínimo de 6 meses.
 - d. En caso de ser de un país externo al evento, el seguro debe tener cubierta la extradición y repatriación.
- Nuestra oficina estará las 24 horas del día durante los 4 días, examinando cada movimiento de cada participante, lo que es obligatorio llevar el teléfono encendido, por si debemos ponernos en contacto contigo.
 - También un equipo de seguridad estará listo las 24 horas para cualquier urgencia, pero recuerda que si tienes un problema mecánico y cansancio tendrás que ser autosuficiente para volver a Girona.
 - En el dorsal tienes un teléfono de la organización que puedes llamar en caso de emergencia las 24 horas del día, o tenemos ambulancias de la organización repartidas durante el recorrido, pero si te podemos ayudar en activar el servicio de emergencia y rescate.
 - Si tú no tomas riesgos, tienes por delante un desafío que te dejará momentos grabados en la mente de por vida, al menos nosotros hemos trabajado para que esto ocurra, de modo que nuestro principal objetivo es la seguridad de que todos vuelvan a casa, después de hacerte vivir momentos únicos.

En Girona del 1 al 5 de Mayo de 2024

NOMBRE:

FIRMA:

DISTANCIA:

DORSAL: