

**FICHA DE INSCRIPCIÓN Y CONSENTIMIENTO**  
**INFORMADO COVID-19**



- Nombre:
- Apellidos:
- Número DNI:
- Fecha de Nacimiento:
- Teléfono de contacto:
- Correo electrónico:
- Actividad y fecha:

-El firmante tiene pleno conocimiento de las condiciones de la actividad a la que se inscribe, en concreto afirma tener conocimiento sobre sus requisitos de distancia, exigencias técnicas y físicas, material exigido, desniveles acumulados y capacidad física recomendada (todo ello a su disposición en la ficha web,)de la actividad contratada., En concreto el participante asume plenamente que

: 1.- La práctica del deporte en general, y de los deportes contemplados dentro de la Federación Española de Montaña y Escalada en particular, entrañan una serie de riesgos previsibles, que deben ser conocidos y aceptados por quien voluntariamente desarrolla estas actividades.

2.- En materia de deportes de montaña de cualquier tipo, la idea del riesgo de accidentes de gravedad va implícita en los mismos y, por lo tanto, quien se dedique a su ejercicio lo asume personalmente. El usuario debe siempre prever la posibilidad de accidentes, caídas, y posibles daños físicos personales y de necesitar ayuda, evitando las actuaciones de riesgo propias o las que pongan en peligro a terceros o posibles rescatadores. Se compromete a cumplir con las órdenes de los técnicos y/o monitores al cargo.

3.- El firmante se obliga a poner en conocimiento de la organización, por escrito, cualquier problema físico o psíquico del que tenga conocimiento antes de la actividad y que pueda afectar a su seguridad.

4.- El firmante debe retirarse sin ninguna limitación previamente al inicio de la actividad si la misma sobrepasa sus límites personales. Una vez iniciada la actividad es plenamente consciente de que la retirada no siempre estará garantizada, o que esta podrá ser aun más peligrosa que continuar en la propia actividad inicialmente prevista.

5.- Por la presente admite y declara con plena validez legal que sólo realizará actividades para las que esté capacitado, que utilizará los equipos de protección individual propios y adecuados, con diligencia y personalmente, sin descargar su responsabilidad del uso y mantenimiento en terceros. Declaro estar conforme con la declaración anterior y haberla leído

## **ANEXO1**

Si tiene alguno de los síntomas de la COVID-19, si está o ha estado en contacto en los últimos 14 días con alguna persona con COVID-19, por favor, absténgase de participar en la actividad. Sea responsable.

- Lávese las manos o desinfectelas al comienzo y al final de la actividad y siempre que sea posible durante la actividad, con agua y jabón o gel o espray desinfectante biodegradable. En particular, las manos deben lavarse o desinfectarse después de cada contacto cercano, antes de comer y beber, antes y después del baño.
- No intente comunicarse mientras estornuda o tose.
- Si tiene que estornudar o toser hágalo con un pañuelo o frente a la parte interna de su codo. • Manténgase atento/a durante las marchas para adaptar el ritmo de progresión y las paradas con respecto al resto del grupo y poder mantener así la distancia de seguridad en todo momento.
- Evite tocarse la boca, la nariz y los ojos con las manos.
- Evite llevarse el material a la boca (morder la cuerda, sujetar cintas o cordinos con la boca, etc.).
- Tenga siempre a mano y preparada la mascarilla para el caso de tener que compartir espacios pequeños con otras personas (reuniones, descuelgues, etc.).
- Lleve siempre las gafas puestas (de sol o transparentes).
- No comparta cremas protectoras o protector labial.
- No intercambie alimentos y bebidas con el resto del grupo.
- No comparta cubiertos, platos, vasos, ni beba de la misma botella.

- Siga las instrucciones de su guía en todo momento.

**OBLIGATORIO CADA PARTICIPANTE**

- Dos mascarillas higiénicas o quirúrgicas.
  - Bolsas de plástico.
  - Gafas de sol y/o transparentes (se recomienda que cubran los ojos lo máximo posible y a ser posible con cristal de seguridad contra impactos).
  - Crema de protección solar individual.
  - Comida y bebida individual.
  - Botecito pequeño con gel o espray desinfectante biodegradable.
  - Mochila pequeña o vestimenta con bolsillos que nos permita llevar material de protección y desinfección durante la escalada.
- Recomendable
- Gorra con visera
  - Pañoleta de tela

\_\_\_\_\_ (firma) DNI

FECHA

PROTECCIÓN DE DATOS La inscripción en la presente actividad implica formar parte de una base de datos que está registrada en la Agencia Española de Protección de Datos, por lo tanto el firmante acepta que, de conformidad con la normativa de Protección de Datos Personales, autoriza a que los datos que nos facilita para a ser incluidos en unos ficheros cuya titularidad corresponde a

\_\_\_\_\_. Dichos datos serán utilizados para enviarle información particular sobre la presente actividad y en general sobre los servicios, promociones y actividades relacionadas con la misma. Le informamos que también podrá ejercer su derecho de acceso, rectificación y supresión de sus datos mediante una comunicación escrita en el siguiente correo electrónico

\_\_\_\_\_. No deseo recibir comunicaciones periódicas sobre actividades de montaña \_\_\_\_ En \_\_\_\_\_, a \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

Nombre, DNI, Firma