



MOVIMENTO Acquaterra, *il cammino del benessere*

DICHIARAZIONE LIBERATORIA DI RESPONSABILITÀ

L'attività fisica, purché moderata e regolare, comporta molteplici benefici per la salute ed il benessere delle persone e aiuta a prevenire molte malattie croniche, migliorando la qualità della vita. Per le persone sedentarie è però necessario che l'aumento dell'attività fisica quotidiana avvenga con la necessaria gradualità. Per questo è opportuno informare il proprio medico di famiglia e chiedere un parere in relazione all'attività in oggetto. A tal scopo dichiara e sottoscrive:

1. di partecipare sotto la propria responsabilità alle attività del movimento **"AcquaTerra"**;
2. di essere pienamente consapevole che la propria partecipazione è volontaria, come è strettamente volontaria ogni azione compiuta durante lo svolgimento;
3. di esonerare espressamente l'associazione San Valentino da ogni e qualsiasi responsabilità per infortuni ed incidenti, non direttamente ed esclusivamente imputabili a fatto dell'associazione;
4. di assumersi piena ed esclusiva responsabilità per danni eventualmente da me cagionati a terzi o a beni di proprietà di terzi nel corso delle attività;
5. che con l'iscrizione rinuncio a qualsiasi diritto di immagine e di parola rilasciata;
6. **di essere in possesso dei requisiti fisici necessari (di essere di sana e robusta costituzione fisica, senza controindicazioni di sorta alla pratica sportiva amatoriale). Inoltre, di non aver avuto indicazioni mediche che impediscano o rendano sconsigliabile e oppongano dei limiti a qualsiasi pratica motoria e sportiva in genere.**

L'adesione alle attività è libera e gratuita, subordinata alla iscrizione alla associazione, costo tessera annua € 15,00 (quindici euro).

Io sottoscritto/a _____ chiedo di partecipare in forma libera a:

LE CURE TERMALI PER TUTTI	GRUPPI DI CAMMINO	GINNASTICA MUSICALE
GINNASTICA IN PISCINA	YOGA	TAI CHI
INCONTRI SOCIALI	RESPIRAZIONE CONSAPEVOLE E GINNASTICA POSTURALE	GITE SOCIALI

Luogo e data

Firma