



Vrijwarings- en gezondheidsverklaring A Local Swim IJsselstein 7 september 2019

Met het deelnemen aan het evenement A Local Swim IJsselstein, georganiseerd door Stichting OT178 Vintage II, aanvaardt u de volgende voorwaarden:

1. Het parcours van A Local Swim IJsselstein is zorgvuldig ingericht voor een goede start- en finish, gecontroleerd op drijf vuil en gemarkeerd. Niettemin kan het voorkomen dat u zich stoot of schaapt aan de kade of aan objecten langs of in het water waardoor u mogelijk letsel ondervindt.
2. Het water waarin u zwemt is geen officieel zwemwater. De concentratie bacteriën en andere micro organismen kan verhoogd zijn. Deelname aan A Local Swim IJsselstein kan mogelijk leiden tot een infectieziekte. Deelname geschiedt echter voor eigen risico. Stichting OT178 Vintage II, haar vrijwilligers, alsmede door haar ingeschakelde andere personen en/of organisaties zijn derhalve niet aansprakelijk voor door de deelnemer opgelopen schade en of enig letsel.
3. In het bezit te zijn van een zwemdiploma
4. Stichting OT178 Vintage II acht zich vrij om op enig moment een deelnemer niet (meer) toe te laten tot de activiteiten van A Local Swim IJsselstein indien:
 - a. De organisatie van mening is dat een –lichamelijke- beperking van (een) deelnemer(s) een gevaar voor de betreffende en/of de overige deelnemer(s) zou kunnen opleveren
 - b. De deelnemer(s) zich niet houdt(t) (en) aan de aanwijzingen van de organisatie van A Local Swim IJsselstein in het kader van een goede organisatie en verantwoorde organisatie van het event, waaronder onder meer, maar niet uitsluitend, moet worden begrepen het:
 - dragen van een door de organisatie verstrekte A Local Swim badmuts en tijdregistratie tijdens de zwemtocht,
 - het op aanraden van de Reddingsbrigade niet opvolgen van advies om de tocht te staken.

Ik, de deelnemer, verklaar het bovenstaande te hebben doorgelezen, ben mij bewust van hetgeen hierin is bepaald en ben mij gewaar van de risico's die deelname aan A Local Swim IJsselstein met zich mee zou kunnen brengen.

Ik verklaar hierbij 16 jaar of ouder te zijn, en fit genoeg te zijn om aan A Local Swim IJsselstein deel te nemen.

Aldus ondertekend, 7 september 2019.

Naam deelnemer: _____

Handtekening deelnemer: _____

Indien u andere vragen heeft, kunt u mailen naar alsijsselstein@gmail.com

Indien u klachten of gezondheidsproblemen ondervindt na afloop van en gerelateerd aan de Swim, verzoeken wij u hiervan melding te maken op alsijsselstein@gmail.com

Een tetanus vaccinatie is 10 jaar geldig. Heeft u specifieke vragen over uw gezondheid of zeldzame Infectieziekten en de mogelijkheid om deel te nemen aan A Local Swim IJsselstein raadpleeg dan uw (behandelend) arts.

Gezondheidsverklaring deelnemer (omcirkelen wat van toepassing is.)

1. Heeft een dokter u in het afgelopen jaar afgeraden aan sport te doen of zware inspanningen te vermijden?
JA **NEE**
2. Krijgt u bij inspanning en/of sterke emoties een pijnlijk en/of drukkend gevoel op de borst (evt. met uitstraling naar de arm en/of hals), die afneemt in rust?
JA **NEE**
3. Heeft u in het afgelopen jaar een hartinfarct gehad of een hartoperatie dan wel een dotterprocedure ondergaan?
JA **NEE**
4. Heeft u één of meerdere van de navolgende klachten: onregelmatige hartslag, overslaan of plotselinge versnelling van het hart of gebruikt u hiervoor medicatie?
JA **NEE**
5. Heeft u last van plotselinge duizeligheid, waarbij u soms bijna flauw valt (met uitzondering van lichte duizeligheid bij plotseling op staan)?
JA **NEE**
6. Heeft u in het afgelopen jaar een epileptische aanval, een TIA of een beroerte gehad?
JA **NEE**
7. Heeft u andere klachten waardoor u op dit moment niet kunt zwemmen? (bijv. door een blessure of forse vermoeidheid)?
JA **NEE**
8. Gebruikt u medicijnen die mogelijk een risico zouden kunnen vormen bij deelname?
JA **NEE**
Zo ja, waarvoor en welke?

9. Lijdt u aan aandoeningen die het risico op infecties verhogen zoals suikerziekte, HIV, miltverwijdering of doorbloedingsstoornissen in de benen?
JA **NEE**
10. Bent u zwanger?
JA **NEE**
(Indien u zwanger bent, kunt u niet deelnemen aan de A Local Swim IJsselstein)
11. Zijn er andere gezondheidsproblemen die eventueel een reden zouden kunnen zijn om niet deel te nemen aan de A Local Swim IJsselstein?
JA **NEE**
Zo ja, waarvoor en welke?

Datum, 7 september 2019

Naam: _____

Handtekening: _____

Telefoonnummer achterblijver: _____

Indien u op een van bovenstaande vragen bevestigend antwoordt, dient u dit aan te geven bij de aanmelding stand. U wordt doorverwezen naar een arts ter plaatse die gaat beoordelen of het verstandig is te water te gaan.