



VRIJWARING- en GEZONDHEIDSVERKLARING

Amsterdam City Swim 6 september 2020

Met het deelnemen aan de activiteiten van de Stichting Amsterdam City Swim aanvaardt u de volgende voorwaarden:

- 1.** Het parcours van de Amsterdam City Swim is zorgvuldig gekozen en met de grootst mogelijke zorg schoongemaakt, geveegd en gemarkeerd. Niettemin kan het voorkomen dat u zich stoot of schaaft aan de kade of objecten langs of in het water waardoor u mogelijk letsel ondervindt.
- 2.** Deelname aan de ACS leidt tot een verhoogd risico op infecties. Deelname geschiedt echter geheel voor eigen risico. Stichting Amsterdam City Swim, haar medewerkers, alsmede door haar ingeschakelde andere personen en/of organisaties zijn derhalve niet aansprakelijk voor door de deelnemer opgelopen schade of enig letsel.
- 3.** Stichting Amsterdam City Swim acht zich vrij om op enig moment een deelnemer niet toe te laten tot de, tussen de deelnemer en Stichting Amsterdam City Swim overeengekomen, activiteiten, indien:
 - a.** de organisatie van de Stichting Amsterdam City Swim 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 de Stichting Amsterdam City Swim in het kader van een goede en verantwoorde organisatie van het event, waaronder onder meer, maar niet uitsluitend, moet worden begrepen het:
 - i.** dragen van de door de organisatie verstrekte Amsterdam City Swim badmuts en tijdsregistratie tijdens de zwemtocht;
 - ii.** overtreden van het verbod om buiten de tijden van de zwemtocht in het parcours te zwemmen (09:00 – 17:00);
 - iii.** niet volgen van de aanwijzingen van de organisatie van de Stichting Amsterdam City Swim voor de start voor wat betreft een goede doorstroming van de diverse deelnemers.

Ik, de deelnemer, verklaar het bovenstaande te hebben doorgelezen, ben mij bewust van hetgeen hierin is bepaald en ben mij bewust van de risico's die deelname aan de Amsterdam City Swim met zich mee zou kunnen brengen. Ik verklaar hierbij 15 jaar of ouder te zijn, niet zwanger en fit genoeg om aan de Amsterdam City Swim deel te nemen.

Aldus ondertekend, te Amsterdam, 6 september 2020.

Naam deelnemer:

Handtekening deelnemer:

Startnummer:

Wavnummer:

Indien u op voorhand andere vragen heeft, kunt u mailen of bellen naar info@amsterdamcityswim.nl / +31 (0)35 303 2000. Op de dag zelf kunt u zich wenden tot de organisatie. Indien u klachten of gezondheidsproblemen ondervindt na afloop van en gerelateerd aan de **Amsterdam City Swim**, verzoeken we u hiervan melding te maken via info@amsterdamcityswim.nl.



Gezondheidsverklaring t.b.v deelname Amsterdam City Swim 2020

(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 arm en/of hals), die afneemt in rust? Ja / Nee

3. Heeft u in het afgelopen jaar een hartinfarct gehad of een hart- operatie 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 opstaan)? 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?
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? (indien u zwanger bent, kunt u niet deelnemen aan de ACS). Ja / Nee

11. Zijn er andere gezondheidsproblemen die eventueel een reden zouden kunnen zijn om niet deel te nemen aan de Amsterdam City Swim?
Zo ja, waarvoor en welke?

12. Heeft u wel eens last gehad van koude letsels zoals onderkoeling of bevroeringsverschijnselen Ja / Nee

Datum: 6 september 2020

Handtekening:

Naam:

Telefoonnummer achterblijver en bereikbaar op 6 september 2020:

Indien u op een van bovenstaande vragen bevestigend antwoordt, dient u zich op 6 september tussen 11:00 en 13:30 uur te melden bij de arts post op het startterrein (hospitalityruimte). Hier zal een arts beoordelen of het verstandig is of u te water gaat. Wij adviseren u om u te vaccineren tegen tetanus. Een tetanus vaccinatie is 10 jaar geldig. Indien u specifieke vragen heeft over uw gezondheid of zeldzame infectieziekten (zoals bv de ziekte van Weil of Hepatitis A) en de mogelijkheid om deel te nemen aan de Amsterdam City Swim, raadpleeg dan uw behandelend arts.