

ACEPTACIÓN DE LA DECLARACIÓN DE EXONERACIÓN DE RESPONSABILIDAD Y TÉRMINOS DE PARTICIPACIÓN EN LA MODALIDAD PRESENCIAL Y EN LA MODALIDAD VIRTUAL

MODALIDAD PRESENCIAL

Todo Participante de modalidad presencial, por el hecho de hacer la inscripción en alguna de las Carreras, acepta la siguiente declaración de exclusión de responsabilidad, autorización de tratamiento de datos personales y términos de participación:

Quien suscribe, con el diligenciamiento de los datos de inscripción, por mí mismo o por interpuesta persona y/o con la firma y/o con la aceptación y/o con el porte del número de competencia y/o con el porte de la camiseta de competencia y/o por la presencia activa en la Carrera, declara conocidos, leídos, entendidos y aceptados todos y cada uno de los términos e indicaciones de participación en la Carrera a la cual se inscribe y de sus actividades relacionadas. Así mismo, con su inscripción y/o participación en la Carrera, deja expresa constancia de lo siguiente:

Que conoce que Ergofitness S.A.S, en desarrollo de su objeto social, organiza Carreras como eventos deportivos, entre ellos la Carrera o carreras en la cual o cuales ha decidido participar de manera libre, voluntaria, expresa y con total conocimiento de lo que ello implica.

Declara que cumplirá a cabalidad con los deberes dispuestos en el artículo 3 numeral 2 de la Ley 1480 de 2012, norma que ha sido puesta en conocimiento previamente en el Sitio Web.

Declara que reconoce que la Carrera es una actividad potencialmente peligrosa y que su participación es estrictamente voluntaria y libre de cualquier vicio. Por lo anterior, se

acoge y respetará estrictamente los términos y condiciones de participación al igual que las medidas de seguridad que se le indiquen para el desarrollo de la Carrera; todo lo cual ha sido previamente informado en el Sitio Web y a través de los medios publicitarios que elija Ergofitness S.A.S para promocionar la Carrera. En consecuencia, se compromete a observar todas las reglas y avisos de la Carrera, a seguir cualquier directriz o recomendación dada por Ergofitness S.A.S o por su personal para el desarrollo de la Carrera y a respetar cualquier decisión que el personal de Ergofitness S.A.S tome respecto de su participación en la Carrera o en los entrenamientos (en caso de aplicar). Así mismo, manifiesta entender que en la Carrera deberá tener un comportamiento apropiado a la moral y buenas costumbres, incluyendo el respeto por otras personas, indumentaria y equipo, instalaciones o propiedad ajena. En este sentido, y en el evento en que el personal de Ergofitness S.A.S considere que debe suspender su participación en la Carrera o en el entrenamiento (en caso de aplicar), lo hará inmediatamente sin que haya lugar a reembolso a su favor de cualquier suma pagada o invertida en la Carrera o entrenamiento (en caso de aplicar).

Manifiesta que entiende y acepta todos y cada uno de los términos e indicaciones para su correcta participación en la Carrera, los cuales fueron suministrados previamente y entiende que el costo de la inscripción no es reembolsable en ninguna circunstancia y/o evento que no permita su participación en la Carrera, salvo aquellos eventos de culpa atribuible a Ergofitness S.A.S. En todo caso entiendo que Ergofitness S.A.S se reservará el derecho a cancelar el entrenamiento (en caso de aplicar) o la Carrera por cualquier circunstancia.

Declara y reconoce de antemano que la Carrera puede llegar a ser una actividad potencialmente peligrosa para su salud e integridad física, e incluso puede conllevar riesgo de muerte y, que no obstante esta situación y de haber sido advertida(o) específicamente de ello, desea participar de manera voluntaria en la misma, en sus entrenamientos, ferias y eventos asociados. Por lo tanto, manifiesta de manera expresa

que conoce las experiencias y habilidades que tiene, las cuales son adecuadas para poder participar en la Carrera, que cuenta con autorización médica para hacer actividad física del cualquier tipo, que no sufre de ninguna enfermedad o padece de afección física o psicológica alguna, que le impida llevar a cabo su participación en el entrenamiento (en caso de aplicar) ni en la Carrera de manera sana y sin perjuicios para su integridad física o moral. Declara que se encuentra en perfectas condiciones de salud y capacitada(o) para participar en la Carrera y en los entrenamientos (en caso de aplicar), y en la actualidad se encuentra afiliada(o) y cotizando al Sistema General de Salud.

Entiende y acepta que su participación en la Carrera o en el entrenamiento (en caso de aplicar), así como el desplazamiento al y por el lugar en el que se va a realizar, implica la realización de actividades que pueden conllevar riesgos para su salud e integridad física, pues se trata de actividades que generan su exposición a posibles daños, accidentes, pérdidas de elementos personales, enfermedades y lesiones físicas de diversa índole y gravedad tales como, pero sin limitarse, a fallas repentinas de su sistema cardio – vascular - respiratorio, lesiones óseo - musculares, infecciones con virus conocidos o desconocidos, accidentes simples o fatales que puedan ocurrir mientras me encuentre en las locaciones de la Carrera o dirigiéndose desde o hacia las locaciones de la Carrera, así como toda clase de accidentes, caídas y enfermedades generadas por contacto o cercanía con otros asistentes, animales o cosas, consecuencias del clima incluyendo temperatura y/o humedad, tránsito vehicular, condiciones topográficas del recorrido propio de la Carrera, contacto con material usado para la producción de la Carrera, y en general, todos los riesgos que existen naturalmente como consecuencia de su participación en la Carrera, los cuales declara que conoce y los ha valorado y, por lo tanto, desde ahora libera y exime consciente y expresamente a Ergofitness S.A.S, así como a sus propietarios, representantes legales, sociedades vinculadas y/o subsidiaria, aliados, contratistas, empleados, voluntarios, a la Alcaldía del Municipio donde se realiza la Carrera, a la IAAF y a la Federación Colombiana de Atletismo, a la Federación colombiana de Triatlón, a la Liga de Atletismo de Bogotá, a la Liga de Triatlón de Bogotá, a la

Secretaria y/o Instituto del Deporte y Recreación del Municipio o ciudad donde se realiza la Carrera, a patrocinadores, sus representantes y sucesores de toda responsabilidad por cualquier tipo de accidente, lesión, contagio, enfermedad, daño, extravío, robo, hurto o perjuicio, cualquiera que sea su gravedad y aun en caso de su fallecimiento, incluidos los ocurridos por caso fortuito o fuerza mayor, que sufra con ocasión de su participación en la Carrera, todo lo anterior de conformidad con la ley. En particular, reconoce expresamente que Ergofitness S.A.S le informó expresamente que sus programas de entrenamiento y la participación en la Carrera no se encuentran diseñados para individuos con afecciones, insuficiencias o problemas cardiacos, circulatorios, vasculares y/o pulmonares, y que adicionalmente se requiere estar en estado de preparación física adecuado.

Entiende que ni Ergofitness S.A.S ni su staff, representantes, voluntarios, contratistas o cualquier persona natural y/o jurídica que esté relacionado con la Carrera estarán supervisando al participante durante la Carrera o en algún otro momento, razón por la cual reconoce que es el único responsable de su propio bienestar antes, durante y después de la Carrera y demás actividades relacionadas con la misma. Asimismo, acepta y entiende que Ergofitness S.A.S no tiene control sobre los riesgos relacionados con actividades criminales o terroristas, y/o con la conducta o negligencia de otros participantes, público en sitios adyacentes y/o vehículos circulantes y por tal motivo exime de toda responsabilidad a Ergofitness S.A.S, sus accionistas, representantes legales, directivos, patrocinadores, federaciones deportivas, ligas deportivas, aliados, proveedores y sociedades vinculadas y/o subsidiarias de cualquier situación que le afecte directa o indirectamente en virtud de actos criminales y/o terroristas o negligencias presentados antes, durante o después de la Carrera.

Declara que entiende y acepta que es posible que la Federación o Liga deportiva respectiva exija para la participación una licencia o afiliación de un día, con lo cual está de acuerdo y la adquirirá de acuerdo a la información suministrada por Ergofitness S.A.S.

Declara , entiende y acepta que todos los equipos, elementos, accesorios y artículos que usará durante la carrera serán de su propiedad, los usa bajo su potestad y libera de toda responsabilidad a Ergofitness S.A.S, sus accionistas, representantes legales, directivos, patrocinadores, federaciones deportivas, ligas deportivas, aliados, proveedores y sociedades vinculadas y/o subsidiarias y a otros participantes, por la pérdida parcial, daño o extravío de los citados equipos, elementos, accesorios y artículos.

Declaro que entiendo y acepto que para participar en cualquiera de las carreras se requiere un alto grado de preparación física, técnica y psicológica, dado que el cuerpo se somete a altos niveles de esfuerzo, y que en tal sentido declaro que cuento con el nivel físico requerido y que soy el único responsable de mi preparación antes, durante y después de las actividades y que junto con mi médico tratante determinaré si las carreras son adecuadas para mi nivel.

Declara que entiende, ha valorado y acepta los riesgos que pueden llegar a presentarse por ser la Carrera una aglomeración de público, que altera el flujo normal de movilidad vehicular, por contar con la presencia de numerosas personas en movimiento, caso en el cual pueden generarse demoras en los traslados y llegadas de las ambulancias, así como en la prestación de asistencia, motivo por el cual para los efectos excluye de toda responsabilidad a Ergofitness S.A.S como organizador de la Carrera, así como a sus accionistas, representantes legales, directivos, sociedades vinculadas y/o subsidiarias, aliados, contratistas, empleados, patrocinadores, proveedores y voluntarios. Por medio del presente documento, doy mi consentimiento para que en caso de ser ello necesario, me dé tratamiento médico y/o de primeros auxilios el personal capacitado dispuesto para el efecto y me transporten a las instalaciones sanitarias u hospitalarias requeridas.

Declara que entiende expresamente que es posible que en ninguno o en algunos puntos de la Carrera no existan puntos de ambulancia, tratamiento médico y/o primeros auxilios a disposición de los Participantes. No obstante, en caso de haberlos, asumirá todos los gastos y costos médicos en los que se incurran como consecuencia de su participación

en la Carrera, incluyendo, pero sin limitarse a ello, transporte de ambulancia, hospitalización, atención médica, medicamentos y productos farmacéuticos. En cualquier evento, manifiesta expresamente conocer que las obligaciones de Ergofitness S.A.S, en relación con la atención de primeros auxilios, médica y el servicio ambulancia, consiste en coordinar para que terceros especialistas en estos temas estén disponibles para prestar dichos servicios en la Carrera o entrenamiento (en caso de aplicar), sin que en ningún momento Ergofitness S.A.S, así como sus accionistas, representantes legales, directivos, sociedades vinculadas, subsidiarias, patrocinadores, proveedores, aliados y/o cualquier persona natural y/o jurídica vinculadas con la Carrera o entrenamiento, sean responsables por el resultado final de la prestación de dichos servicios.

Declara en calidad de titular de su información y de los datos personales recolectados, que autoriza expresamente a Ergofitness S.A.S, sus accionistas, representantes legales, directivos, sociedades vinculadas y/o subsidiarias y/o cualquier persona natural y/o jurídica vinculadas con la Carrera o entrenamiento para que realicen el tratamiento de los mismos, de forma parcial o total, incluyendo la recolección, almacenamiento, grabación, uso, circulación, procesamiento, supresión, transmisión y transferencia en los términos y para las finalidades establecidas en la Política de Privacidad de Ergofitness S.A.S, la cual ha leído, aceptado, y puede consultar en <http://www.Ergofitness S.A.Scol.com/Legales/privacidad.shtml>, y para las siguientes finalidades:

- Usar la información y los datos personales suministrados para fines de mercadeo de los productos, servicios y eventos organizados por Ergofitness S.A.S.
- Enviar mensajes promocionales vía e-mail.
- Enviar mensajes promocionales vía SMS.
- Actualizar la información y los datos personales.

- Contratar con terceros el almacenamiento y/o procesamiento de la información y datos personales para la correcta ejecución de las participaciones en Carreras, bajo los estándares de seguridad y confidencialidad a los cuales están obligados.
- Utilizar los datos personales y datos sensibles para la preparación, realización, explotación y utilización de cualesquiera materiales – inclusive material promocional de Ergofitness S.A.S, teniendo en cuenta los términos de la autorización de uso de imagen otorgada en el artículo 16 de estos Términos y Condiciones.

Por otra parte, reconoce que tanto Ergofitness S.A.S, como el tercero que éste autorice, podrá utilizar sus datos personales tanto para fines institucionales y publicitarios, así como para difundirlos en los medios digitales, redes sociales o cualquier otro medio que consideren pertinente. Autoriza, libre y expresamente a Ergofitness S.A.S para que, como responsable del Tratamiento de sus datos personales, los utilice, transfiera, y transmita, comparta con aliados y patrocinadores. Así mismo, de antemano autorizo expresamente para que dicha información personal sea utilizada por Ergofitness S.A.S para poder recibir información y comunicaciones bajo cualquier medio referentes a la Carrera, sus entrenamientos y actividades promocionales y comerciales.

Declara expresamente conocer y entender que su inscripción en la Carrera es personal e intransferible, lo cual incluye el número que sea asignado, así como cualquier elemento de participación, incluyendo, pero sin limitarse a chips y camisetas. En consecuencia, gestionará personalmente la recogida de estos materiales. Adicionalmente, en caso de no poder participar en la Carrera, manifiesta expresamente que no podrá ceder su inscripción ni su número en ninguna circunstancia y que Ergofitness S.A.S no será responsable en modo alguno por cualquier circunstancia, acto o efecto que pueda surgir de la transferencia de su inscripción y/o materiales de participación. Asimismo, acepta

expresamente que Ergofitness S.A.S no será responsable, en ningún caso, de realizar la devolución del dinero pagado por la inscripción a la Carrera si no puedo asistir a la misma.

De igual manera, e independientemente del caso, declara que excluye de toda responsabilidad a Ergofitness S.A.S, sus accionistas, representantes legales, directivos, sociedades vinculadas y/o subsidiarias, proveedores, aliados o cualquiera de sus representantes o empleados y a los patrocinadores y aliados de la Carrera si: ha mentido u ocultado información sobre su estado de salud o sobre su edad y/o si participa aún a pesar de saber que no está en condición física o de salud, o de ignorar que padece alguna enfermedad, dolencia, estado mental o físico que sea contra indicado para practicar deporte; si participa aun habiendo consumido alcohol, drogas, medicamentos o llevado a cabo conductas que puedan alterar la tolerancia del cuerpo al esfuerzo físico.

Así mismo, es consciente de que la Carrera tiene un tiempo restringido de uso de las vías públicas y escenarios de desarrollo. En consecuencia, entiende que las carreteras en las que se correrá estarán abiertas al tránsito vehicular una vez se agote ese tiempo y no habrá más instalaciones de soporte (médicas, comunicaciones, primeros auxilios) dispuestas a favor de los participantes en la Carrera, luego de dicha hora. Por tanto, acepta de antemano que a partir de esa hora se retirará de la competencia, abandonará el recorrido y se ubicará en zonas peatonales seguras.

Por virtud de este documento declara que tiene el derecho de otorgar la presente autorización y exención de responsabilidad y no tiene vínculos contractuales que se lo impidan. En todo caso responderá por cualquier reclamo por el incumplimiento de lo dispuesto en este documento o cualquier reclamo relacionado con los derechos objeto de esta autorización, exonerando de cualquier responsabilidad a Ergofitness S.A.S, sus accionistas, representantes legales, directivos, sociedades vinculadas y/o subsidiarias, a los patrocinadores, aliados o cualquiera de sus representantes o empleados y en general mantendrá solidariamente indemne a los anteriores por cualquier reclamación o demanda

que le presente un tercero por los mismos.

Entiende y acepta que, ante la cancelación o aplazamiento de la Carrera o sus actividades asociadas, Ergofitness S.A.S no tiene responsabilidad alguna por cualquier costo o pérdida en que haya incurrido o que se genere como resultado de la cancelación o aplazamiento de la Carrera, incluyendo esto tiquetes aéreos o terrestres, hoteles, desplazamientos u cualquier otro costo.

Declara que no asistirá a los entrenamientos o a la Carrera si sabe que está enfermo o sospecha estarlo, esto incluye pero no se limita a sospecha de tener COVID 19, tener diagnóstico confirmado de COVID 19, tener mínimo uno de los síntomas asociados a COVID 19 (fiebre, dolor de garganta, dolor muscular, dificultad para respirar, falta de aliento, o pérdida del olfato o el gusto), haber estado en contacto con algún caso positivo de COVID 19 dentro de los 14 días previos que incluyan el fin de semana de la Carrera o entrenamiento.

Declara que conoce y cumplirá con todos los protocolos de bioseguridad, que al momento de la Carrera sean exigidos por Ergofitness S.A.S y por las normas y autoridades nacionales, departamentales o municipales respectivas.

Hidratación - PEDIALYTE® 30 mEq con Zinc - Registro de Capacitación - Presentación Médica

Importancia de la adecuada hidratación; síntomas y consecuencias de la deshidratación en actividad física intensa y condiciones ambientales de estrés.

Mediante la aceptación de este documento, manifiesto haber participado de la presentación dada por el personal médico la cual se ha hecho de manera virtual a través del video alojado en el link <https://www.youtube.com/watch?v=MQGtogxLFFs> video que

muestra la importancia de la adecuada hidratación durante competencias y entrenamientos que implican una actividad física intensa y/o larga duración, al cual se suman condiciones ambientales exigentes, como son las altas temperaturas, así como los síntomas y consecuencias de la deshidratación.

En la charla se enfatizó la adecuada hidratación que se debe tener para no afectar el rendimiento físico y evitar consecuencias negativas en la salud y se presentaron los síntomas más comunes de la deshidratación para que puedan reconocerse y acceder a la terapia de rehidratación apropiada:

- Sensación de boca seca o sed permanente.
- Debilidad muscular y disminución del desempeño físico.
- Molestias musculares que pueden llevar a los calambres.
- Sensación de malestar general.
- Orina oscura.

Se indica además que, para manejar cuadros de deshidratación, Abbott Laboratories de Colombia SAS con su producto Pedialyte 30, ha implementado una estrategia de rehidratación diseñada por el cuerpo médico para garantizar que todos los participantes mantengan el balance de líquidos y electrolitos corporales. Específicamente, a lo largo del evento la recomendación es arrancar el evento con un óptimo estado de hidratación mediante la ingesta adecuada de líquidos y una buena alimentación. Una vez iniciada la actividad física intensa se recomienda iniciar la rehidratación cada 15-20 minutos ya sea con agua o con Pedialyte 30, dosificado a 150 ml, conforme a las pérdidas de líquidos principalmente a través del sudor y/o los síntomas de deshidratación identificados. De

igual manera, se recomienda que posterior al evento es importante completar el esquema de rehidratación, para lo que se ha dispuesto de una botella de 500ml de Pedialyte 30 para completar la reposición de líquidos y electrolitos perdidos.

Todas estas recomendaciones y entrega de solución de rehidratación son dadas en aras de cuidar la salud de los participantes con relación a la deshidratación. Sin embargo, esto no cubre recomendaciones específicas que por patologías de base pueda tener el participante y que deben ser realizadas por su médico, así como la autorización para su participación en el evento. La muestra(s) que usted recibe de la solución de rehidratación Pedialyte 30, es recomendada por personal médico para que atendiendo las altas pérdidas que ocurren durante la participación en este tipo de eventos, se pueda hacer un manejo temprano de la deshidratación causada por actividad física intensa.

PEDIALYTE® 30 mEq con Zinc. Registro Sanitario: INVIMA 2021M-0017049-R1. Indicaciones: prevención temprana de la deshidratación leve por pérdida de líquidos y electrolitos. Es un medicamento. No exceder su consumo. Leer indicaciones y contraindicaciones en la etiqueta. Si los síntomas persisten consulte a su médico. Medicamento de venta libre.

Dra. Claudia Sanchez
Gerente de Asuntos Médicos – Abbott Nutrition

MODALIDAD VIRTUAL

Todo Participante de modalidad virtual por el hecho de hacer la inscripción en alguna de las Carreras, acepta la siguiente declaración de exclusión de responsabilidad, autorización de tratamiento de datos personales y términos de participación:

Quien suscribe, con el diligenciamiento de los datos de inscripción, hechos por mí mismo o por interpuesta persona y/o con la firma y/o con la aceptación y/o con el porte

del número de competencia y/o con el porte de la camiseta de competencia y/o por la presencia activa en la Carrera, declara conocidos, leídos, entendidos y aceptados todos y cada uno de los términos e indicaciones de participación en las actividades de la Carrera a la cual se inscribió y de sus actividades relacionadas. Así mismo, con su inscripción y/o participación en la Carrera, deja expresa constancia de lo siguiente:

Que conoce que Ergofitness S.A.S, en desarrollo de su objeto social, organiza Carreras como eventos deportivos, entre ellos la Carrera en la cual he decidido participar de manera libre, voluntaria, expresa y con total conocimiento de lo que ello implica.

Declara que cumplirá a cabalidad con los deberes dispuestos en el artículo 3 numeral 2 de la ley 1480 de 2012, norma que le han sido puesta en conocimiento previamente en el Sitio Web.

Declara que reconoce que la Carrera es una actividad potencialmente peligrosa y que su participación es estrictamente voluntaria y libre de cualquier vicio. Por lo anterior, se acoge y respetará estrictamente los términos y condiciones de participación al igual que las medidas de seguridad, salud y bioseguridad recomendadas para el desarrollo del evento; todo lo cual me ha sido previamente informado en el Sitio Web y a través de medios publicitarios que elija Ergofitness S.A.S para promocionar la Carrera. En consecuencia, se compromete a observar todas las reglas y avisos de la Carrera, a seguir cualquier directriz o recomendación dada por Ergofitness S.A.S o por su personal para el desarrollo de la Carrera y a respetar cualquier decisión que el personal de Ergofitness S.A.S tome respecto de su participación en la Carrera o en los entrenamientos (en caso de aplicar). Así mismo, manifiesta entender que en la Carrera deberá tener un comportamiento apropiado a la moral y buenas costumbres, incluyendo el respeto por otras personas, indumentaria y equipo, instalaciones o propiedad ajena.

Por lo anterior declara que, dado que realizará la participación en la Carrera bajo la modalidad virtual, es quien autónomamente determina la hora y lugar donde realizará el

recorrido de la Carrera, razón por la cual acepta que tiene conocimiento de que las vías o escenarios elegidos para la realización de la Carrera pueden estar abiertos a tráfico vehicular o al público. En virtud de lo anterior, declara que es absoluta y única responsabilidad suya, tomar las medidas de seguridad, salud, hidratación e higiene requeridas para su bienestar.

Entiende y acepta que Ergofitness S.A.S se reservará el derecho a cancelar, aplazar o cambiar de fecha la Carrera por cualquier circunstancia.

Declara y reconoce de antemano que la Carrera puede llegar a ser una actividad potencialmente peligrosa para su salud e integridad física, e incluso puede conllevar riesgo de muerte y, que no obstante esta situación y de haber sido advertida(o) específicamente de ello, desea participar de manera voluntaria en la misma, en sus entrenamientos, ferias y eventos asociados. Por lo tanto, manifiesta de manera expresa que conoce las experiencias y habilidades que tiene, las cuales son adecuadas para poder participar en la Carrera, que cuenta con autorización médica para hacer actividad física del cualquier tipo, que no sufre de ninguna enfermedad o padece de afección física o psicológica alguna, que me impida llevar a cabo su participación en el entrenamiento (en caso de aplicar) ni en la Carrera de manera sana y sin perjuicios para su integridad física o moral. Declara que se encuentra en perfectas condiciones de salud y capacitado para participar en la Carrera y en los entrenamientos (en caso de aplicar), y en la actualidad se encuentra afiliada(o) y cotizando al Sistema General de Salud.

Entiende y acepta que su participación en la Carrera o en el entrenamiento (en caso de aplicar), así como el desplazamiento hacia o desde y por el lugar en el que lo va a realizar mi participación virtual, implica la realización de actividades que pueden conllevar riesgos para su salud e integridad física, pues se trata de actividades que generan su exposición a posibles daños, accidentes, pérdidas de elementos personales, enfermedades y lesiones físicas de diversa índole y gravedad tales como, pero sin limitarse, a fallas repentinas de su sistema cardio – vascular - respiratorio,

lesiones óseo-musculares, infecciones con virus conocidos o desconocidos, accidentes simples o fatales que puedan ocurrir mientras se encuentre en las locaciones o vías que haya elegido para realizar la Carrera o dirigiéndose desde o hacia dichas locaciones, así como toda clase de accidentes, caídas y enfermedades generadas por contacto o cercanía con otras personas, animales o cosas, consecuencias del clima incluyendo temperatura y/o humedad, tránsito vehicular, condiciones topográficas del recorrido propio elegido por para realizar la Carrera y, en general, todos los riesgos que existen naturalmente como consecuencia de su participación en la Carrera, los cuales declara que conoce y los ha valorado y, por lo tanto, desde ahora libera y exime consciente y expresamente a Ergofitness S.A.S, así como a sus accionistas, representantes legales, directivos, sociedades vinculadas y/o subsidiarias, asociados, aliados, contratistas, , empleados, proveedores, patrocinadores, voluntarios de toda responsabilidad por cualquier tipo de accidente, lesión, contagio, enfermedad, daño, extravío, robo, hurto o perjuicio, cualquiera que sea su gravedad y aun en caso de su fallecimiento, incluidos los ocurridos por caso fortuito o fuerza mayor, que sufra con ocasión de su participación en la Carrera, todo lo anterior en conformidad con la ley. En particular, reconoce expresamente que Ergofitness S.A.S le informó expresamente que sus programas de entrenamiento y la participación en la Carrera no se encuentran diseñados para individuos con afecciones, insuficiencias o problemas cardíacos, circulatorios, vasculares y/o pulmonares, y que adicionalmente que se requiere estar en estado de preparación física adecuado.

Entiende que ni Ergofitness S.A.S ni su staff, representantes, voluntarios, contratistas o cualquier persona natural y/o jurídica que esté relacionado con la Carrera estarán supervisando al participante durante la Carrera o en algún otro momento, razón por la cual reconoce que es el único responsable de su propio bienestar antes, durante y después de la Carrera y demás actividades relacionadas con la misma. Asimismo, acepta y entiende que Ergofitness S.A.S no tiene control sobre los riesgos relacionados con actividades criminales o terroristas, y/o con la conducta o negligencia de otros

participantes, público en sitios adyacentes y/o vehículos circulantes y por tal motivo exime de toda responsabilidad a Ergofitness S.A.S, sus accionistas, representantes legales, directivos, patrocinadores, federaciones deportivas, ligas deportivas, aliados, proveedores y sociedades vinculadas y/o subsidiarias de cualquier situación que le afecte directa o indirectamente en virtud de actos criminales y/o terroristas o negligencias presentados antes, durante o después de la Carrera.

Declaro en calidad de titular de la información y de los datos personales recolectados, que autoriza expresamente a Ergofitness S.A.S, sus accionistas, representantes legales, directivos, sociedades vinculadas y/o subsidiarias y/o cualquier persona natural y/o jurídica vinculadas con la Carrera o entrenamiento para que realicen el tratamiento de los mismos, de forma parcial o total, incluyendo la recolección, almacenamiento, grabación, uso, circulación, procesamiento, supresión, transmisión y transferencia en los términos y para las finalidades establecidas en la Política de Privacidad de Ergofitness S.A.S, la cual ha leído, aceptado, y puede consultar en <http://www.Ergofitness S.A.Scol.com/Legales/privacidad.shtml>, y para las siguientes finalidades:

- Usar la información y los datos personales suministrados para fines de mercadeo de los productos, servicios y eventos organizados por Ergofitness S.A.S.
- Enviar mensajes promocionales vía e-mail.
- Enviar mensajes promocionales vía SMS.
- Actualizar la información y los datos personales.
- Contratar con terceros el almacenamiento y/o procesamiento de la información y datos personales para la correcta ejecución de las participaciones en Carreras, bajo los estándares de seguridad y confidencialidad a los cuales están obligados.

- Utilizar mis datos personales y datos sensibles para la preparación, realización, explotación y utilización de cualesquiera materiales – inclusive material promocional de Ergofitness S.A.S, teniendo en cuenta los términos de la autorización de uso de imagen otorgada en el artículo 16 de estos Términos y Condiciones.

Por otra parte, reconoce que tanto Ergofitness S.A.S, como el tercero que éste autorice, podrá utilizar sus datos personales tanto para fines institucionales y publicitarios, así como para difundirlos en los medios digitales, redes sociales o cualquier otro medio que consideren pertinente. Autoriza, libre y expresamente a Ergofitness S.A.S para que, como responsable del Tratamiento de sus datos personales, los utilice, transfiera, y transmita, comparta con aliados y patrocinadores. Así mismo, de antemano autorizo expresamente para que dicha información personal sea utilizada por Ergofitness S.A.S para poder recibir información y comunicaciones bajo cualquier medio referentes a la Carrera, sus entrenamientos y actividades promocionales y comerciales.

Declara expresamente conocer y entender que su inscripción en la Carrera es personal e intransferible, lo cual incluye el número que me sea asignado, así como cualquier elemento de participación, incluyendo, pero sin limitarse a chips, y camisetas. Adicionalmente, en caso de no poder participar en la Carrera, manifiesta expresamente que no podrá ceder su inscripción ni su número bajo ninguna circunstancia y que Ergofitness S.A.S no será responsable en modo alguno por cualquier circunstancia, acto o efecto que pueda surgir de la transferencia de su inscripción y/o materiales de participación. Asimismo, acepta expresamente que Ergofitness S.A.S no será responsable, en ningún caso, de realizar la devolución del dinero pagado por la inscripción a la Carrera si no puedo asistir a la misma, salvo aquellos eventos de culpa atribuible a Ergofitness S.A.S.

De igual manera, e independientemente del caso, declara que excluye de toda responsabilidad a Ergofitness S.A.S, sus accionistas, representantes legales, directivos, sociedades vinculadas y/o subsidiarias, a los patrocinadores, proveedores, aliados o cualquiera de sus representantes o empleados y a cualquier persona jurídica o natural vinculada con la Carrera si: ha mentido u ocultado información sobre su estado de salud; si participa aun a pesar de ignorar que padece alguna enfermedad, dolencia, estado mental o físico que sea contra indicado para practicar deporte; si participa aun habiendo consumido alcohol, drogas, medicamentos o llevado a cabo conductas que puedan alterar la tolerancia del cuerpo al esfuerzo físico.

Por virtud de este documento declara que tiene el derecho de otorgar la presente autorización y exención de responsabilidad y no tiene vínculos contractuales que le impidan. En todo caso responderá por cualquier reclamo por el incumplimiento de lo dispuesto en este documento o cualquier reclamo relacionado con los derechos objeto de esta autorización, exonerando de cualquier responsabilidad a Ergofitness S.A.S, sus accionistas, representantes legales, directivos, sociedades vinculadas y/o subsidiarias, a los patrocinadores, aliados o cualquiera de sus representantes o empleados y en general mantendré solidariamente indemne a los anteriores por cualquier reclamación o demanda que le presente un tercero por los mismos.

Entiende y acepta que, ante la cancelación o aplazamiento de la Carrera o sus actividades asociadas, Ergofitness S.A.S no tiene responsabilidad alguna por cualquier costo o pérdida en que haya incurrido o que se genere como resultado de la cancelación o aplazamiento de la Carrera, incluidos, pero sin limitarse a gastos de hotel, tiquetes terrestres o aéreos, etc.

Declara que no asistirá a ninguna de las modalidades de la Carrera si sabe que está enfermo o sospecho estarlo, esto incluye pero no se limita a sospecha de tener COVID 19, tener diagnóstico confirmado de COVID 19, tener mínimo uno de los síntomas

asociados a COVID 19 (fiebre, dolor de garganta, dolor muscular, dificultad para respirar, falta de aliento, o pérdida del olfato o el gusto), haber estado en contacto con algún caso positivo de COVID 19 dentro de los 14 días previos que incluyan el fin de semana de la Carrera.

Declara que conoce y cumplirá con todos los protocolos de bioseguridad, que al momento de la carrera sean exigidos por Ergofitness S.A.S y las normas y autoridades nacionales, departamentales o municipales respectivas.

Hidratación - PEDIALYTE® 30 mEq con Zinc

Registro de Capacitación - Presentación Médica

Importancia de la adecuada hidratación; síntomas y consecuencias de la deshidratación en actividad física intensa y condiciones ambientales de estrés.

Mediante la aceptación de este documento, manifiesto haber participado de la presentación dada por el personal médico la cual se ha hecho de manera virtual a través del video alojado en el link <https://www.youtube.com/watch?v=MQGtogxLFFs> video que muestra la importancia de la adecuada hidratación durante competencias y entrenamientos que implican una actividad física intensa y/o larga duración, al cual se suman condiciones ambientales exigentes, como son las altas temperaturas, así como los síntomas y consecuencias de la deshidratación.

En la charla se enfatizó la adecuada hidratación que se debe tener para no afectar el rendimiento físico y evitar consecuencias negativas en la salud y se presentaron los síntomas más comunes de la deshidratación para que puedan reconocerse y acceder a la terapia de rehidratación apropiada:

- Sensación de boca seca o sed permanente.

- Debilidad muscular y disminución del desempeño físico.
- Molestias musculares que pueden llevar a los calambres.
- Sensación de malestar general.
- Orina oscura.

Se indica además que, para manejar cuadros de deshidratación, Abbott Laboratories de Colombia SAS con su producto Pedialyte 30, ha implementado una estrategia de rehidratación diseñada por el cuerpo médico para garantizar que todos los participantes mantengan el balance de líquidos y electrolitos corporales. Específicamente, a lo largo del evento la recomendación es arrancar el evento con un óptimo estado de hidratación mediante la ingesta adecuada de líquidos y una buena alimentación. Una vez iniciada la actividad física intensa se recomienda iniciar la rehidratación cada 15-20 minutos ya sea con agua o con Pedialyte 30, dosificado a 150 ml, conforme a las pérdidas de líquidos principalmente a través del sudor y/o los síntomas de deshidratación identificados. De igual manera, se recomienda que posterior al evento es importante completar el esquema de rehidratación, para lo que se ha dispuesto de una botella de 500ml de Pedialyte 30 para completar la reposición de líquidos y electrolitos perdidos.

Todas estas recomendaciones y entrega de solución de rehidratación son dadas en aras de cuidar la salud de los participantes con relación a la deshidratación. Sin embargo, esto no cubre recomendaciones específicas que por patologías de base pueda tener el participante y que deben ser realizadas por su médico, así como la autorización para su participación en el evento. La muestra(s) que usted recibe de la solución de rehidratación Pedialyte 30, es recomendada por personal médico para que atendiendo las altas pérdidas que ocurren durante la participación en este tipo de eventos, se pueda hacer un manejo temprano de la deshidratación causada por actividad física intensa.

PEDIALYTE® 30 mEq con Zinc. Registro Sanitario: INVIMA 2021M-0017049-R1.
Indicaciones: prevención temprana de la deshidratación leve por pérdida de líquidos y electrolitos. Es un medicamento. No exceder su consumo. Leer indicaciones y contraindicaciones en la etiqueta. Si los síntomas persisten consulte a su médico.
Medicamento de venta libre.

Dra. Claudia Sanchez

Gerente de Asuntos Médicos – Abbott Nutrition