**2020湖北·长江国际超级马拉松赛-枝江站参赛声明**

组委会特别提醒：请所有参赛运动员报名之前务必认真、仔细阅读《2020湖北·长江国际超级马拉松赛-枝江站参赛声明》，在您提交报名信息后即被默认为您已阅读、理解并同意遵守《2020湖北·长江国际超级马拉松赛-枝江站参赛声明》的一切内容并签署及提交报名须知。

作为参赛运动员，我本人、我的监护人、管理人、法定代理人以及任何可能代表我提起赔偿请求或诉讼的人做出以下声明：

1. 我自愿参加2020湖北·长江国际超级马拉松赛-枝江站及一切赛事相关活动(以下统称“比赛”)，我确认本人具有参加本赛事相应的民事行为能力和民事责任能力,并且已获得监护人的同意；

2. 我确认全面理解并同意遵守组委会所制订的各项规程、规则、规定、要求及采取的措施；

3. 我确认已认真阅读了组委会就选手参加本次马拉松可能发生的一切风险（包括但不限于因本次运动所可能产生的人身伤亡风险）的提示，我在此明确同意将自行承担参加“2020湖北·长江国际超级马拉松赛-枝江站”所可能存在的风险和责任；

4. 我承诺已通过正规医疗机构进行体检，并结合检查报告进行自我评估，确认自己的身体状况能够适应于长跑运动，已为参赛做好准备，承诺愿意承担参赛可能带来的风险（包括但不限于因本次运动所可能产生的人身伤亡风险）；

5. 我同意接受组委会在比赛期间提供的现场急救性质的医务治疗，但在医院救治等发生的相关费用由我自理；

6. 我参加此次比赛以及参赛全过程所发生的人身伤害、局部或永久性伤残、死亡、医疗或住院费用、财产损坏、任何形式的盗窃或财产损失等事项，由我自己承担全部责任，免除组委会责任，组委会对此不承担任何形式的赔偿；

7. 我同意在参赛过程中遵守裁判、医疗人员和安保人员的要求，在关门时间未完成比赛、身体不适及赛道出现突发状况时主动退出比赛，并承担因本人坚持比赛所产生的全部责任与后果；

8. 我承诺以自己的名义报名参赛，不将报名后获得的参赛资格及号码布以任何方式转让给他人，并承担因转让参赛资格及号码布所出现的全部责任与后果；

9. 我同意在比赛前和比赛期间不得损害、更改及遮盖马拉松官方号码布，按照参赛要求穿着赛事参赛服装，并同意组委会发现该项违规后有权取消本人的参赛资格；

10. 我将向组委会提供身份证件用于核实本人身份及参赛资格，保证提交的身份证件和文件资料真实有效，并承担因提供不实信息所产生的全部责任，组委会据此有权拒绝提供参赛资格，并不予退返前期支付的报名费用；

11. 我授权组委会及指定媒体无偿使用本人的肖像、姓名、声音等用于2020湖北·长江国际超级马拉松赛-枝江站；

12. 我同意组委会以我为被保险人投保了人身意外险，我确认已知悉并同意保险合同的相关内容。

鉴于马拉松赛事具有一定竞技风险性，除18周岁以上的完全民事行为能力参赛人外，所有参赛人员均需由其监护人、管理人、法定代理人在本协议签署页签字，以示参赛人的监护人、管理人、法定代理人认可其参赛并自行承担参加“2020湖北·长江国际超级马拉松赛-枝江站”所可能存在的风险和责任。

本人及本人的监护人、管理人、法定代理人已全面理解和同意以上内容，保证本人参赛身份/年龄的真实性，此文件由本人及本人的监护人、管理人、法定代理人亲自签署。冒名代签将被视为违约行为，本人、本人的监护人、管理人、法定代理人及冒名者将承担由此引起的全部法律及赔偿责任。

**风险提示**

    马拉松是一项高负荷大强度长距离的竞技运动，也是一项高风险的竞技项目，对参赛运动员身体状况有较高的要求，参赛运动员应身体健康，有长期参加跑步锻炼或训练的 基础。参赛运动员应根据自己的身体状况和训练水平，选择全程马拉松、半程马拉松、健康跑其中的一个项目报名参加。

一、有以下情况者不得参加本届赛事所设各项目比赛：

1.先天性心脏病或风湿性心脏病患者；

2.高血压或脑血管疾病患者；

3.心肌炎或其它心脏病患者；

4.冠状动脉病患者或严重心律不齐者；

5.血糖过高或过低的糖尿病患者；

6.比赛日前两周以内患过感冒者；

7.怀孕的妇女；

8.其他不适合运动的疾病患者。

二、在比赛中，因个人身体及其他个人原因导致的人身损害和财产损失，由参赛运动员个人承担责任。

三、赛中注意事项：

1.当我们大约跑到10-20分钟时都会出现第一次“难受”阶段，叫做“第一次极限状态”，这是人体中正常的现象。处置方法非常简单，放慢跑速调节呼吸或行走2-3分钟即可。当“难受”劲过去再跑，就会感到舒服了。

2.通常没有马拉松训练的人跑到30-35分钟左右会遇到人体中的“运动性生理极限”状态，包括肌肉痛、关节痛，极强的疲劳感，包括有放弃的心理产生等。如果有这种现象和状态最好是放弃比赛，“咬牙”可能会导致生命危险。

3.每一个跑马拉松的人最好根据个人身体情况量力而行，切勿与他人攀比。