



## Čestné prehlásenie účastníka zimného plávania

Podpísaný ..... narodený .....  
v .....

### týmto prehlasujem, že:

1. Som si vedomý možných rizík zimného plávania.
2. Otužujem sa sám a mám skúsenosti s plávaním v chladnej vode (do 8°C).
3. Som v dobrom telesnom a duševnom stave, nepožil som alkohol ani iné návykové látky.
4. Nie som si vedomý žiadneho svojho akútneho, ani chronického ochorenia, ktoré by predstavovalo zvýšené riziko pri zimnom plávaní.
5. Bol som poučený o trase plávania a aj o spôsobe signalizácie prípadných fyzických, alebo plaveckých ťažkostí posádke záchrannému člnu.
6. Zimného plávania sa zúčastňujem dobrovoľne a na vlastnú zodpovednosť.

v ....., dňa: ..... podpis: .....

---

### Poznámka:

Usporiadateľ podujatia v zimnom plávaní si vyhradzuje právo v prípade pochybností nepripustiť plavca na štart.