



programa
nacional de
marcha
e corrida

TERMO DE RESPONSABILIDADE

(≥ a 18 anos)

Eu, _____(nome),
nascido a ___/___ /_____, portador do Documento de Identificação (B.I./Cartão de
Cidadão/Passaporte/Outro) n.º _____, emitido em ___/___/___ por _____,
válido até ___/___ /_____, residente em _____
_____, C. P. _____ - _____ Localidade _____

para os devidos efeitos e sob sua inteira responsabilidade **DECLARA:**

- 1) Não possuir quaisquer contra-indicações médicas para a prática das actividades físicas a desenvolver Programa Nacional de Marcha e Corrida;**
- 2) Que é da sua inteira responsabilidade assegurar-se previamente à sua inscrição, do estado da sua aptidão física para o exercício daquela actividade de acordo com o estabelecido na Lei n.º 5/2007, de 16 de Janeiro (Lei de Bases da Actividade Física e do Desporto), n.º 2 do artigo 40.º;**
- 3) Que com a presente declaração e por sua livre e expressa vontade, prescinde de apresentar Atestado Médico que comprove a sua aptidão física;**
- 4) Que tomou conhecimento que o Programa Nacional de Marcha e Corrida aconselha a apresentação do Atestado Médico e a sujeição a exame antes de iniciar a prática de qualquer actividade física.**

_____, em ___ de _____ de _____

O DECLARANTE

(assinatura conforme documento de identificação)

**O presente Termo de Responsabilidade tem a validade de 1 (um) ano, após a data da sua assinatura.
Termo de Responsabilidade .**