



## ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE GUIAS DE MONTANHA

TERMO DE RECONHECIMENTO DE RISCOS EM ESCALADA

Documento: **AGUIPERJ 2018-12** - Data de criação: 23/03/18 - Revisão: 28/06/18

---

Eu \_\_\_\_\_ portador(a) do documento \_\_\_\_\_ reconheço o esporte de escalada como arriscado e sujeito a acidentes. Em virtude disso declaro estar ciente dos riscos envolvidos nas atividades tais como: escorregões, torções, escoriações, arranhões, pequenas queimaduras, alergias por plantas e/ou mosquitos. Tenho ciência de que qualquer ato meu, contrário às informações e orientações recebidas do guia/instrutor, pode causar danos leves, graves e/ou gravíssimos à minha integridade física, ao meio ambiente e a terceiros, aos quais assumo integralmente. Inclusive quedas de materiais pessoais como câmeras fotográficas, celulares e outros utensílios. Reconheço que obedecerei ao meu guia e seguirei estritamente as normas de segurança auferidas pelo mesmo. Declaro, também, estar em plenas condições físicas e mentais e gozar de boa saúde para a prática de esportes ao me apresentar para as atividades.

Rio de Janeiro, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

---

Assinatura do aluno ou responsável

### **OBSERVAÇÕES PARA AS AULAS:**

- ✓ Caso tenha unhas grandes, favor cortá-las.
- ✓ Caso tenha cabelos compridos favor levar um elástico.
- ✓ Levar água e algo leve para comer como por exemplo: barra de cereal.
- ✓ Usar / Levar protetor solar e repelente.
- ✓ Dê preferência por roupas leves que proporcionem mobilidade. Camiseta ou tshirt, bermuda e calça legging são boas opções.
- ✓ Usar calçado apropriado. Fechado e leve. Tênis é uma boa opção.
- ✓ Portar documento de identificação.

Possui alguma experiência anterior com escalada, seja em rocha ou em muro artificial? ( ) sim ( ) não

---

Quanto calça em tênis BR? \_\_\_\_\_