ACTIVIDADE: Este acordo aplica-se à utilização das infraestruturas associadas à entidade São Rock Escalada Indoor que inclui mas não está limitada às seguintes atividades: utilização das paredes de escalada de bloco, área de treino e equipamentos de fitness incluíndo pesos e outros objectos, participação em atividades e eventos incluíndo, demonstrações, festas, workshops, aulas de treino, fitness, yoga e outras modalidades, uso da área de parque e esplanada, aluguer, empréstimo ou compra de material vendido pelo São Rock Escalada Indoor e outras atividades e uso das instalações do São Rock Escalada Indoor ("Atividades São Rock").

RISCOS: Reconheço e compreendo que, existem riscos e perigos nas Atividades São Rock, inerentes e não inerentes, que, na sua participação, podem resultar em todo tipo de lesões, incluíndo lesões serias ou fatais. Os riscos envolvidos nas Atividades São Rock, incluem mas não estão limitados a: quedas, colisões com objectos, pessoas e estruturas, quedas sobre superfícies não planas, usadas ou superfícies de aterragem duras; riscos identificados pelo São Rock Escalada Indoor através de regras e avisos, quer sejam comunicados de forma, escrita, verbal ou de outra forma; ser atingido por outros visitantes ou objectos; presas de escalada soltas ou partidas; agravação de condições pré-existentes; falha aquando utilização de um equipamento mesmo através de forma adequada; a conduta, incluíndo negligência de, outros visitantes, participantes, staff, voluntários e outrém; ferimentos devido ao tempo, plantas ou animais selvagens; exposição a possíveis doenças patogénicas e contagiosas; riscos ao deslocar-se ao às instalações do São Rock; deslocamento na zona à beira da sala e esplanada;e outros riscos previsíveis e não previsíveis. Aceito que estes e outros riscos são inerentes a uma visita às instalações São Rock Escalada Indoor ou uma Atividade São Rock, isto é, não podem ser eleminadas sem mudar a natureza da visita ou a participação numa Atividade São Rock. A participação numa Atividade São Rock é voluntária e os visitantes podem-se retirar em qualquer momento.

DISPENSA, ISENÇÃO DE RESPONSABILIDADE E INDEMNIZAÇÃO: Eu, um participante adulto, ou parente ou guardião de um participante que é menor de idade (para mim e, na extensão permitidade pela lei, em prol do menor de idade) aceito não processar e, dispensar, compensar e apresentar inocente o São Rock Escalada Indoor, arrendatários, proprietários onde se realizem Atividades São Rock e os seus respectivos membros, proprietários, oficiais, gerentes, diretores e staff ("Grupo Dispensado"), e dispensar qualquer direito, com respeito a danos, reivindicações, responsabilidade ou causas de ação relacionadas com a minha visita ou a do menor de idade às instalações São Rock Escalada Indoor ou Atividades São Rock e uso dos seus respetivos equipamentos. Este acordo de dispensa, libertação e indemnização inclui sem limitação de reivindicação surgindo de ou relacionado com negligência ou responsabilidade estrita do Grupo Dispensado.

Serve o presente termo de responsabilidade, para informar à entidade São Rock Escalada Indoor que:

1. Eu, ou o visitante de menor de idade, declaro estar fisicamente apto e não ter conhecimento de nenhum problema de saúde física, mental ou recomendação médica que me impeça de participar nas Atividades São Rock. Declaro ter um seguro adequado ou, a capacidade financeira para, caso necessário, cobrir qualquer depesa associdade a uma lesão ou dano que sofra aquando participando numa Atividade São Rock.

2. Eu, compreendo que sou responsável pelo meu material, e pelo do visitante de menor de idade e, compreendo que o São Rock Escalada Indoor, não está responsável por perda ou

roubo de equipamento ou items pessoais que foram trazidos para as instalações São Rock Escalada Indoor ou uma Atividade São Rock.

3. Eu, compreendo que, de forma a participar numa Atividade São Rock, por minha conta ou do visitante de menor de idade ao qual sou parente, guardião ou responsável do mesmo, preciso de completar qualquer programa instrucional, ou diretriz dada pelo São Rock Escalada Indoor para a atividade requerida; Eu, ou o visitante de menor de idade, preciso de lêr e respeitar todas as regras, avisos e regulamentações do São Rock Escalada Indoor. O São Rock Escalada Indoor não têm obrigação de monitorizar a minha visita às instalações São Rock Escalada Indoor quer eu participe ou não numa Atividade São Rock.

4. Eu, reconheço que: a escalada envolve riscos à vida, acidentes fatais, ferimentos sérios e perda de propriedades. Eu, reconheço que os riscos inerentes à atividade incluem: quedas, falhas de equipamentos, erros de decisão, falta de atenção, presas danificadas por outros escaladores, entre outros. Eu, compreendo que o São Rock Escalada Indoor utiliza diretrizes, revisões, testes e regras para minimizar as potenciais ações inseguras por parte dos visitantes e, de maneira alguma, certifica a capacidade de um visitante. É da responsabilidade de todos os participantes de avaliar a sua própria capacidade para asegurar a sua própria segurança e a segurança dos outros participantes.

5. Eu, concordo em obedecer às regras, normas e protocolos para o exercício de Atividades São Rock e as regras de funcionamento do São Rock Escalada Indoor e aceito qualquer observação ou recomendação por parte do staff do São Rock Escalada Indoor;

6. Eu permito ao São Rock Escalada Indoor procurar serviços médicos de emergência caso eu sofra algum ferimento ou acidente durante a atividade;

7. Eu, reconheço que todo e qualquer acidente sofrido que seja causado por incumprimento das regras, bem como lesões pré existentes, estão fora do âmbito do seguro contratado pelo São Rock Escalada Indoor;

8. Eu, concordo em prestar atenção às condições de todo e qualquer equipamento e avisar o pessoal responsável do São Rock Escalada Indoor caso eu cause ou verifique qualquer dano aos mesmos;

APÓS TER LIDO E COMPREENDIDO ESTE TERMO DE RESPONSABILIDADE, BEM COMO AS NORMAS DE UTILIZAÇÃO DO ESPAÇO E TENDO COMPREENDIDO E ACEITE TODOS OS SEUS TERMOS, ASSUMO CONCORDAR COM AS CLÁUSULAS ACIMA ATRAVÉS DA MINHA ASSINATURA ABAIXO, O QUE FAÇO DE LIVRE VONTADE E SEM QUALQUER COERÇÃO NESTA DATA.

Voluntariamente deixo os meus dados assumindo-os assim como a minha assinatura concordando e assegurando a sua veracidade.

Primeiro nome: João Alves Frederico
Sobrenome: João Alves Frederico
Data de Nascimento: 18/02/1993
Telefone de contato: +351918226762
Email: joaoalvesfrederico93@gmail.com

como Pai / Mãe ou Guardião de:

1. Teresa Frederico data de nascimento: 19/10/2016
2. data de nascimento:
3. data de nascimento:
4. data de nascimento:
5. data de nascimento:
6. data de nascimento:
7. data de nascimento:

Não desejo receber comunicações periódicas sobre atividades ☐

Concordo que as minhas fotos, ou dos meus filhos, tiradas nas instalações do São Rock podem eventualmente ser usadas para fins comerciais (redes sociais). ☐

Assinatura: _____

01/11/2026