



Aptidão Física e Responsabilidade de Saúde

Para garantir a tua segurança e o correto acompanhamento da tua prática de exercício físico, pedimos que leias e aceites a seguinte declaração:

Declaração do(a) Utilizador(a):

1. **Estado de Saúde:** Declaro expressamente que me encontro em perfeitas condições de saúde física e mental para a prática de exercício físico e atividades desportivas.
2. **Inexistência de Contraindicações:** Atesto que não tenho conhecimento de qualquer doença, lesão, condição médica ou limitação física que impeça ou contraindique a realização de esforço físico.
3. **Responsabilidade e Autonomia:** Assumo total responsabilidade pela veracidade destas informações e comprometo-me a respeitar as orientações técnicas dos profissionais de exercício do espaço.
4. **Comunicação de Alterações:** Comprometo-me a informar de imediato a equipa técnica caso ocorra qualquer alteração no meu estado de saúde, indisposição ou lesão.
5. **Tratamento de Dados de Saúde:** Autorizo expressamente o tratamento dos dados de aptidão física e questionários de saúde por parte da equipa técnica, com a única finalidade de adaptação e prescrição segura dos treinos, nos termos da Política de Privacidade.

Li, compreendo e aceito a Declaração de Aptidão Física e Responsabilidade de Saúde.

Confirmo que estou em perfeitas condições de saúde para praticar exercício físico e autorizo o tratamento dos meus dados para esta finalidade.