

INFORME CONSENTIMENT PROVA "PACK TEST" (Annex XII)

**CONVOCATÒRIA A LA QUAL ES PRESENTA (REFERÈNCIA I LLOC):
ESPECIALISTES DE BRIGADES FORESTALS (ref.02-2017)**

El **PACK TEST** és la prova física que haurà de realitzar en la fase 7 d'aquest procés de selecció.

Es tracta d'una prova estandarditzada dissenyada per avaluar la capacitat física d'aquelles persones implicades en tasques dures (definides en NWCG 310-1 com les que requereixen un nivell aeròbic, VO2 màx., de 45 ml/kg. Min. i ocasionalment demandades per activitats extraordinàriament dures).

La prova consisteix a recórrer 4,8 quilòmetres en una superfície plana, amb un pes de 20 quilograms (17 kg. per a les dones), portant en una motxilla, en un temps no superior a 45 minuts i 0 segons.

Els/les aspirants hauran de portar la seua pròpia motxilla sent l'Empresa l'encarregada de facilitar la càrrega.

Aquesta prova serà eliminatòria i es valorarà com a APTE / NO APTE. Si un/a aspirant obté la qualificació de "NO APTE", quedarà exclòs del procés de selecció.

PERILLS ASSOCIATS A LA REALITZACIÓ D'AQUESTA PROVA:

- Existeix un lleuger perill de lesions (butllofes, dolors de cames, esquinços de turmell), especialment per a aquelles persones que no estan habituades a realitzar aquest tipus d'activitat física.
- És recomanable realitzar una sessió d'escalfament i estiraments abans de realitzar el test, d'igual manera que de refredament després del mateix.
- Els riscos de conseqüències més serioses (tals com problemes respiratoris i de cor), són reduïts en emplenar per a les persones que han respost negativament a totes les preguntes del "Qüestionari de pre-participació del Pack Test".
- Si vosté ha respost afirmativament a alguna de les qüestions del "Qüestionari de pre-participació del Pack Test", o la seua edat és superior a 40 anys i no està habituat a realitzar exercicis físics intensos, ha de consultar al seu metge abans de realitzar aquest test.

CONSENTIMENT:

- He llegit la informació d'aquest escrit i comprenc el propòsit, instruccions i riscos de la prova "Pack Test".
- He llegit, comprés i contestat sincerament el "Qüestionari de pre-participació en la prova Pack Test".

- He estat degudament informat i sóc conscient dels riscos associats a la realització d'aquesta prova.
- Assumisc completament la responsabilitat i allibere a DIVALTERRA de la mateixa per possibles danys físics o de salut soferts com a conseqüència de la realització d'aquesta prova.

Nom i cognoms:

Data:

Signat: