



## Vietnam Mountain Marathon (VMM) 2026

### Đơn xác nhận miễn trừ trách nhiệm

***Văn bản quan trọng này có thể ảnh hưởng tới quyền lợi và nghĩa vụ của bạn.***

***Tất cả các vận động viên tham gia sự kiện đều phải kí đơn này.***

1. Khi Topas Travel / Ban Tổ chức VMM (sau đây gọi là “Ban Tổ chức”) đồng ý cho tôi tham gia giải chạy Vietnam Mountain Marathon được tổ chức vào ngày 17-20/09/2026 (sau đây gọi là “Sự kiện”), tôi đồng ý với đơn xác nhận này, miễn trừ trách nhiệm pháp lý và các giả định rủi ro.
2. Tôi đã đọc và hiểu quy định và các thông tin liên quan tới Sự kiện.
3. Tôi hiểu yêu cầu thể lực của Sự kiện, cũng là một điều kiện để tham gia Sự kiện, vì thế tôi khẳng định đã trải qua quá trình tập luyện đầy đủ và không có vấn đề sức khỏe, thương tật hay bất kì một khuyết tật nào có thể gây chấn thương hoặc tử vong trong quá trình tham gia Sự kiện.
4. Trong suốt quá trình diễn ra hoặc trước khi diễn ra Sự kiện, nếu gặp phải chấn thương hoặc bệnh tật, tôi sẽ xin rút lui ra khỏi Sự kiện.
5. Tôi ý thức được việc tham gia Sự kiện là một hành động nguy hiểm và tôi có nguy cơ gặp phải nhiều mối hiểm nguy trong quá trình tham gia.
6. Tôi chấp nhận và hiểu rằng trong khi tham gia Sự kiện:
  - Tôi có thể bị thương về thể chất hoặc tinh thần, hoặc có thể tử vong vì một hay nhiều lý do khác nhau, bao gồm – nhưng không chỉ có, kiệt sức, mất nước, sốc nhiệt, đột tử, trượt chân, vấp chân hoặc ngã, va chạm với các thí sinh khác, khán giả hay người đi đường hoặc tai nạn do chính tôi gây ra;
  - Đồ tư trang cá nhân của tôi có thể bị mất hoặc hư hỏng;
  - Tôi có thể gây chấn thương cho VĐV khác hoặc làm hư hỏng tư trang của họ;
  - Các điều khoản tổ chức Sự kiện có thể bị thay đổi không báo trước;
  - Tôi sẽ ở một vị trí xa xôi, bị cô lập, nơi mà việc tiếp cận hỗ trợ y tế sẽ gặp khó khăn và mất nhiều thời gian;
  - Có thể sẽ không có hoặc không có đủ thiết bị và phương tiện vận chuyển nếu tôi gặp chấn thương;
  - Tôi sẽ ở những vùng bị hạn chế hoặc không có sóng điện thoại;
  - Tôi xin chấp nhận và tự chịu trách nhiệm nếu gặp chấn thương, tử vong hoặc tư trang cá nhân bị hư hỏng trong khi tham gia Sự kiện.
7. Tôi xin đồng ý rằng nếu tôi gặp chấn thương hoặc cần đến sự trợ giúp y tế, Ban Tổ chức Sự kiện có thể sắp xếp việc điều trị và sơ tán khẩn cấp nếu cần thiết và tôi xin chịu trách nhiệm chi trả cho mọi chi phí y tế và chi phí xe cứu thương.
8. Tôi xin chấp thuận đơn miễn trừ trách nhiệm và đảm bảo Ban Tổ chức, các cán bộ, nhân viên, người đại diện, tình nguyện viên, nhà thầu, các cơ quan Nhà nước, người dân địa phương, chủ đất và nhà tài trợ, sẽ không bị tổn hại bởi việc khiếu nại bồi thường, yêu cầu quyền tố tụng, chi phí và thủ tục tố tụng dưới bất cứ hình thức nào được thực hiện bởi tôi hoặc trên danh nghĩa của tôi, hoặc bởi các bên khác liên quan đến vấn đề thương tích, mất mát, hư hỏng hoặc tử vong gây ra cho tôi hoặc tài sản của tôi trong khi tham gia Sự kiện.
9. Tôi chấp nhận trong trường hợp tôi gặp thương tích hoặc tài sản cá nhân bị hư hỏng, tôi sẽ không làm đơn khiếu nại về vấn đề thương tích hoặc hư hỏng đối với Ban Tổ chức.
10. Tôi đồng ý cho phép sử dụng tên, hình ảnh, video, truyền thông đa phương tiện, phim hay tài liệu truyền thông tương tự của tôi cho các mục đích chính đáng, bao gồm việc quảng cáo, quảng bá của Ban Tổ chức và các đối tác chính thức của Ban Tổ chức mà không cần bồi thường hoặc trả phí. Tôi hiểu rằng bản quyền của những hình ảnh, video này thuộc về Ban Tổ chức và tôi không có quyền giám sát hay phản đối việc Ban Tổ chức sử dụng chúng. Tôi đồng ý rằng thành tích, tên, tuổi, số chạy, tên câu lạc bộ, và quốc tịch của tôi sẽ được công bố và thông tin này sẽ được công khai cho tới cả sau khi sự kiện kết thúc.
11. Tôi đồng ý chấp hành mọi luật lệ và chỉ dẫn của tất cả nhân viên của Sự kiện.
12. Tôi chấp nhận việc Ban Tổ chức có thể thay đổi đường chạy đã được quảng bá nếu cần thiết mà không cần thông báo trước. Bên cạnh đó, tôi cũng chấp thuận việc Ban Tổ chức có thể hủy sự kiện vì các lý do, bao gồm nhưng không chỉ có, khủng bố, chiến tranh, sức khỏe cộng đồng bị đe dọa, dịch bệnh, đại dịch, bất ổn xã hội, điều kiện thời tiết, thiên tai. Trong trường hợp đó, tôi chấp nhận phí tham dự Sự kiện sẽ không được hoàn trả.

Họ tên VĐV:.....

Cụ ly chạy đăng kí:.....

Tên người liên hệ trong trường hợp khẩn cấp:.....

Số điện thoại người đó, bao gồm mã quốc tế:.....

Chữ ký VĐV:.....

## ĐỒ DÙNG BẮT BUỘC

#	Tên đồ dùng	100miles /100km	70km	50km	21km	10km
1	Số chạy chính chủ	✓	✓	✓	✓	✓
2	Balo / Vest nước chạy bộ (không phải đai chạy bộ hay quần chạy bộ có túi)	✓				
3	Phụ kiện đủ khả năng mang tất cả các đồ dùng bắt buộc		✓	✓	✓	
4	Túi / bình đủ khả năng mang 1 lít nước	✓	✓	✓	✓	0.5L
5	Đèn đầu đủ sáng	✓	✓	✓	✓(1)	
6	Pin dự phòng cho đèn đầu (trừ loại đèn có thể sạc)	✓				
7	Đèn đầu dự phòng	✓				
8	Áo khoác không thấm nước, có mũ trùm đầu (2)	✓	✓	✓	✓	
9	Áo dài tay dự phòng (3)	✓				
10	Điện thoại di động (đủ pin cho toàn bộ quá trình chạy)	✓	✓	✓	✓	✓
11	Chăn bạc	✓	✓	✓		
12	Dinh dưỡng (4)	✓	✓	✓	✓	
13	Mũ / Khăn ống đa năng	✓	✓	✓	✓	
14	Còi	✓	✓	✓	✓	
15	Bộ sơ cứu y tế cơ bản	✓	✓	✓	✓	

(1) Cần có đèn đầu nếu bạn tới CP M3 lúc 14:00 hoặc muộn hơn (vì nếu vậy, bạn sẽ khó có thể về đích trước khi trời tối)

(2) Đủ tốt để giữ cho bạn khô ráo trong trường hợp mưa lớn; nói cách khác, đó không phải là một chiếc áo gió thông thường, cũng không phải là áo mưa một lần mỏng manh

(3) Bạn cần 3 loại áo cho phần thân trên: áo chạy bộ thông thường + áo dài tay, giữ ấm tốt + áo khoác chống thấm nước

(4) Lượng dinh dưỡng khuyên mang theo là 200 calo cho mỗi giờ trên đường chạy. Khi ngẫu nhiên kiểm tra đồ dùng bắt buộc trên đường chạy, BTC sẽ tính lượng dinh dưỡng bạn cần có cho quãng đường còn lại của mình.

3 VĐV xếp hạng cao nhất sẽ được kiểm tra **đồ dùng bắt buộc**.

BTC có thể ngẫu nhiên kiểm tra đồ dùng bắt buộc của bạn, bao gồm cả tại khu vực xuất phát.

Thiếu đồ dùng bắt buộc sẽ bị hủy kết quả.

**Tôi đã đọc kỹ và hiểu rõ quy định và danh sách đồ dùng bắt buộc.**

Họ và tên VĐV:.....

Chữ ký VĐV: .....