**附件一：**

**报名须知**

1. 本次活动为非营利自助户外活动。报名者应知悉户外运动有一定的危险性和不可预知性；
2. 参加者必须年满18周岁以上、26周岁以下，具有完全民事行为能力，能清晰表达自己的意愿，有强健的体魄；
3. 请确保自己身体健康，状态良好，无疾病，也没有罹患不适合剧烈户外运动的疾病；心血管类病症疑似者禁报；在活动期间参加者不得饮用及服用非医生处方的兴奋剂或药物；
4. 一旦发生身体不适或其他危险，请在第一时间通知领队和工作人员，以获得他们的、指导和帮助，并配合他们采取必要的避险、治疗措施；
5. 在整个户外活动过程中，保证能够接受教练和工作人员的指挥，尊重发起者的组织。不脱离队伍、不独自行动、不从事其他可能给自己和他人带来危险的举动，个人的行为应以大局为重；
6. 一切户外活动用品自带（可选装备：登山鞋、登山杖、望远镜、两双干袜子、冲锋衣、速干衣裤、保暖衣裤、手电、对讲机、求生哨、防晒霜，遮阳帽，照相机、足够现金等；必选装备：雨具、身份证、手机备用电池、多功能水壶、能装下以上所有物资的登山包等），请参赛队员根据选拔地的活动项目自行准备；
7. 活动进程中，除特殊情况（如突发疾病、体力透支等）外，任何人不享受特殊待遇。活动参与者本着尊重他人、团结友爱的精神，参加本活动；
8. 本须知的解释权属于本次活动的组织者，如须修改（除新报名的参加者外）不另行通知。