

LE DAY CLUB

Participant Release, Waiver & Assumption of Risk · Décharge, renonciation et acceptation des risques

Demo Event (#0) · Saturday, May 23, 2026 / samedi 23 mai 2026 · 4:00 – 6:00 PM / 16 h à 18 h · Montréal, Québec

Full legal name / Nom légal complet : _____

Description of activities

The Demo Event (#0) organized by Le Day Club involves physical activities including, but not limited to: push-ups, tug of war, pistol squats performed in pairs, and outdoor team games (“Steal the Flag”). Participants exert themselves physically, outdoors, in teams.

Acknowledgement and assumption of risk

I, the undersigned participant, acknowledge that:

1. My participation is entirely voluntary.
2. Physical activities of this kind carry inherent risks, including but not limited to: muscle strains and tears, sprains, fractures, abrasions, bruises, cardiovascular events, heat-related illness, and other injuries, some of which may be serious.
3. I am in sufficient physical and medical condition to participate safely, and I have disclosed any relevant medical conditions, allergies, or injuries to the organizers prior to the event.
4. I will not be under the influence of alcohol, recreational drugs, or any substance that impairs judgement or physical coordination during the event.
5. I will follow the reasonable safety instructions of the organizers, and I accept that organizers may remove me from activities at their discretion for safety reasons.
6. I am 18 years of age or older. This is an adults-only event.

Release of liability

In consideration of being permitted to participate, I voluntarily assume the ordinary risks associated with the event. To the fullest extent permitted by law, I release Le Day Club, its organizers, volunteers, and partners from liability for any injury, loss, or damage I may sustain during or in connection with the event.

Québec law notice

Under article 1474 of the Civil Code of Québec, a person cannot exclude or limit their liability for bodily or moral injury caused to another, nor for damage resulting from gross or intentional fault. Nothing in this waiver is intended to do so, and this waiver is to be read as preserving any right that cannot be waived under Québec law.

Media release (optional)

I consent to being photographed or filmed during the event, and to those images being used by Le Day Club for non-commercial promotional purposes. I may revoke this consent for future use by writing to the organizers.

Description des activités

Le Demo Event (n° 0) organisé par Le Day Club comprend des activités physiques incluant, sans s’y limiter : des pompes, du tir à la corde, des pistol squats en binôme et des jeux d’équipe en plein air (« Steal the Flag »). Les participants font un effort physique soutenu, dehors, en équipe.

Reconnaissance et acceptation des risques

Je, soussigné(e), reconnais que :

1. Ma participation à l’événement est entièrement volontaire.
2. Les activités physiques de ce type comportent des risques inhérents, incluant sans s’y limiter : des claquages et déchirures musculaires, des entorses, des fractures, des écorchures, des contusions, des événements cardiovasculaires, des malaises liés à la chaleur et d’autres blessures, dont certaines peuvent être sérieuses.
3. Je suis en condition physique et médicale suffisante pour participer de façon sécuritaire, et j’ai divulgué aux organisateurs toute condition médicale, allergie ou blessure pertinente avant l’événement.
4. Je ne serai pas sous l’influence de l’alcool, de drogues récréatives ou de toute substance qui nuit au jugement ou à la coordination physique pendant l’événement.
5. Je suivrai les consignes de sécurité raisonnables des organisateurs et j’accepte que ceux-ci puissent m’exclure des activités à leur discrétion pour des raisons de sécurité.
6. J’ai 18 ans ou plus. C’est un événement réservé aux adultes.

Décharge de responsabilité

En contrepartie de l’autorisation de participer, j’assume volontairement les risques ordinaires associés à l’événement. Dans la pleine mesure permise par la loi, je libère Le Day Club, ses organisateurs, bénévoles et partenaires de toute responsabilité pour les blessures, pertes ou dommages que je pourrais subir pendant ou en lien avec l’événement.

Avis juridique, droit québécois

Selon l’article 1474 du Code civil du Québec, une personne ne peut exclure ou limiter sa responsabilité pour le préjudice corporel ou moral causé à autrui, ni pour les dommages résultant d’une faute lourde ou intentionnelle. Rien dans cette décharge n’a pour but d’y contrevenir, et cette décharge doit être lue comme préservant tout droit auquel il ne peut être renoncé par avance en droit québécois.

Consentement médiatique (optionnel)

Je consens à être photographié(e) ou filmé(e) pendant l’événement et à ce que ces images soient utilisées par Le Day Club à des fins promotionnelles non commerciales. Je peux révoquer ce consentement pour toute utilisation future en écrivant aux organisateurs.

Emergency contact / Contact en cas d’urgence

Name / Nom : _____

Relationship / Lien : _____

Phone / Téléphone : _____

Signature

I have read and understood this document. / J’ai lu et compris ce document.

Signature:

Date: _____

Full legal name (printed) / Nom légal complet (en lettres moulées): _____