



Bodyfit20.pl Rezerwacja
Ul. Piątkowska112A studio@bodyfit20.pl
60-649 Poznań tel. +48732811837
www.bodyfit20pl +48576215081
www.facebook.com/bodyfit20.PL

TRENER

KARTA UCZESTNICTWA W TRENINGACH



Data: _____

Imię i nazwisko: _____

Data urodzenia: _____

Telefon: _____

Adres e-mail: _____

Czy uczestnik na coś choruje przewlekłe i przyjmuje leki: TAK NIE

Jeżeli TAK to jakie: _____

Wykupiony karnet: 2 PROMO 4 8 12 20 DLA DWOJGA

Wykupiona Karta członkowska : 6m 12m

Stałe terminy treningowe: 7:00-9:00 | 9:00-12:00 | 12:00-16:00 | 16:00-22:00

Uwagi: _____

NIE STOSOWAĆ BEZ ZGODY LEKARZA W PRZYPADKU:

Uczestnik oświadcza, że zapoznał się z przeciwwskazaniami do wykonywania treningu EMS i orzeka, że takich nie posiada: rozrusznik serca, wad serca, zaburzenia krzepnięcia krwi, choroby niewydolności serca, stwardnienie tętnic, arytmie, cukrzyca, choroby neurologiczne, nowotwory, gruźlica, astma, POCHP, reakcje alergiczne skóry, ciąża, epilepsja, ciężkie zaburzenia krążenia krwi, miażdżyca w zaawansowanym stadium, przepuklina pachwinowa lub ściany jamy brzusznej, ostre zakażenia bakteryjne i wirusowe, stany gorączkowe, krwawienia (krwotoki), tendencja do ciężkich krwawień (hemofilia).

Jeżeli istnieją wątpliwości uczestnik zobowiązany jest do konsultacji przed treningiem z lekarzem. Uczestnik zobowiązany jest bezwzględnie poinformować instruktora o nagłym pogorszeniu stanu zdrowia, nagłym zachorowaniu czy też zgłosić jakikolwiek niepokojący objaw. Uczestnik jest świadomy wszelkich zagrożeń i przystępuje do treningu na własne ryzyko i odpowiedzialność.

Trening EMS oddziałuje na cały organizm dlatego uczestnik potwierdza brak w.w. przeciwwskazań. Uczestnik oświadcza, że jego stan zdrowia pozwala na wykonywanie treningu EMS. Uczestnik przyjmuje do wiadomości, że w sporadycznych sytuacjach może dojść do otarć skóry, zaczerwienienia, siniaków, krwawików i oświadcza, że z tego tytułu nie będzie dochodził roszczeń.

Za uszkodzenia sprzętu powstałe na skutek złego użytkowania ponosi on odpowiedzialność. Uczestnik zobowiązany jest do wykonywania ćwiczeń zgodnie z zaleceniami trenera.

INSTRUKCJA BEZPIECZEŃSTWA:

Natychmiast przerwij użytkowanie, gdy poczujesz złe samopoczucie, zawroty głowy, nudności lub w przypadku bólu w klatce piersiowej i poinformuj trenera. Nie używaj elektrod do części ciała do których nie są przeznaczone. Nie zakładaj elektrod na lub w pobliżu wszelkiego rodzaju uszkodzeń skóry (rany, stany zapalne, oparzenia, podrażnienia, wypryski itp.) Gdy elektrody staną się zbyt gorące natychmiast zgłoś ten fakt trenerowi i wyłącz urządzenie. Zawsze przed fazą impulsu napinaj mięśnie izometrycznie, aby zachować właściwą kontrolę podczas impulsu. Należy rozpocząć trening na bardzo niskim ustawieniu intensywności impulsu i stopniowo je podnosić.

Oświadczam, że przeczytałem/am i zrozumiałem/am instrukcje dotyczące bezpieczeństwa i nie posiadam żadnych wspomnianych przeciwwskazań oraz, że przyjąłem do wiadomości zalecenia medyczne.

.....
DATA I PODPIS KLIENTA

.....
DATA I PODPIS BODY FIT 20 MINUT



Body fit