



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: _____

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, 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).

Uczestnik zobowiązany jest bezwzględnie poinformować trenera 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, krwiaków i oświadcza, że z tego tytułu nie będzie dochodził roszczeń.

Uczestnik zobowiązany jest do wykonywania ćwiczeń zgodnie z zaleceniami trenera, w przypadku braku stosowania się do zaleceń trener ma prawo przerwać trening

INSTRUKCJA BEZPIECZEŃSTWA:

Natychmiast należy przerwać użytkowanie i zgłosić trenerowi, gdy poczujesz, że zasłabniesz, pojawią się zawroty głowy, nudności lub w przypadku silnego bólu w klatce piersiowej. Gdy elektrody staną się zbyt gorące zgłoś ten fakt trenerowi, który natychmiast wyłączy urządzenie. Zawsze przed fazą impulsu napinaj mięśnie izometryczne, aby zachować właściwą kontrolę napięcia mięśni podczas impulsu.

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