

## REGULAMIN TRENINGÓW PERSONALNYCH GOOD LUCK CLUB

1. Warunkiem dopuszczenia do udziału w treningach personalnych jest złożenie wypełnionego i podpisanego własnoręcznie przez uczestnika zajęć oświadczenia o:

- braku przeciwwskazań lekarskich co do udziału w treningach lub braniu w nich udziału na własną odpowiedzialność,

- zapoznaniu się z treścią regulaminu i akceptowaniu go.

2. Trening trwa 60 minut. Trenujący jak i Trener zobowiązani są do punktualnego stawienia się na umówione spotkanie. Zaleca się aby Trenujący zjawił się 10 min wcześniej w celu przygotowania się do treningu. W przypadku kiedy Trenujący spóźni się na trening personalny następuje odliczenie czasu spóźnienia od czasu trwania treningu. Natomiast spóźnienie Trenera oznacza, że poświęci on swój czas, by trening trwał 60 minut.

3. Grafiki treningów personalnych ustala Trener indywidualnie w porozumieniu z Trenującym.

4. Trening personalny może zostać odwołany bez żadnych konsekwencji przez trenującego z 24 godzinnym wyprzedzeniem. W przypadku kiedy Trenujący nie poinformuje Trenera o odwołaniu treningu na 24 godzin przed rozpoczęciem treningu, trening personalny zostaje uznany za przeprowadzony chyba, że Trener zdecyduje inaczej.

5. Opłatę za treningi klient (Trenujący) zobowiązany jest uiścić z góry przed treningiem bezpośrednio u trenera, nie później niż w dniu rozpoczęcia pierwszego treningu.

6. Trenujący wykupują wejście do klubu Good Luck Club we własnym zakresie.

7. Podczas prowadzenia zajęć zabronione jest palenie tytoniu, spożywanie alkoholu lub innych środków odurzających oraz przebywanie w stanie nietrzeźwym pod rygorem wykluczenia z treningu. Osobie wykluczonej z treningu z wyżej wymienionych powodów nie przysługuje zwrot wniesionych opłat.

8. Trenujący winien stawić się na trening w stroju sportowym, tj.: sportowe obuwie (kategorycznie zabronione jest trenowanie w klapkach), sportowe spodnie (dresy), sportowa koszulka.

9. Trenujący jest zobowiązany posiadać ze sobą ręcznik treningowy oraz wodę do uzupełniania płynów podczas treningu.

10. Trenujący powinien oznajmić Trenerowi każde problemy fizyczne, mające bezpośredni lub pośredni wpływ na przebieg treningu.

11. Trenujący powinien określić jasno cel swoich ćwiczeń oraz słuchać rad i wskazówek Trenera. Klient winien kompleksowo podejść do ćwiczeń, stosować odpowiednią dietę.

12. Trenujący ma obowiązek stosowania się do regulaminu klubu Good Luck Club.

13. Karnety treningowe ważne są 60 lub 90 dni od daty zakupu (w zależności od rodzaju karnetu). W przypadku niewykorzystania karnetu w danym okresie treningi przepadają.

14. Trener nie ponosi odpowiedzialności za zaginione lub zniszczone mienie Trenującego.

15. Trener zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w regulaminie treningów.

## OŚWIADCZENIE

Ja niżej podpisany .....

zamieszkały..... oświadczam, że nie mam przeciwwskazań lekarskich do podjęcia aktywności fizycznej oraz akceptuję Regulamin treningów personalnych Good Luck Club.

Podpis .....