

Imię i nazwisko.....

Data

nr tel.

mail:

1. KWESTIONARIUSZ ZDROWIA (poprawne zakreślić)

- Czy Twój lekarz powiedział Ci kiedykolwiek, iż stan Twojego serca uniemożliwia Ci rozpoczęcie wysiłku fizycznego bez wcześniejszej konsultacji z lekarzem? (TAK / NIE)

-Czy czujesz ból w klatce piersiowej w trakcie lub po większym wysiłku? (TAK / NIE)

-Czy w ostatnim miesiącu czułaś ból w klatce piersiowej w trakcie lub podczas wysiłku? (TAK / NIE)

-Czy tracisz równowagę z powodu zawrotów głowy lub czy kiedykolwiek straciłaś przytomność? (TAK / NIE)

-Czy masz problemy z kośćmi lub stawami, które mogą ulec pogorszeniu w związku z wysiłkiem fizycznym? (TAK / NIE)

-Czy Twój lekarz przepisuje Ci leki (np. tabletki) na ciśnienie lub serce? (TAK / NIE)

-Czy jesteś w ciąży lub byłaś w ciąży ostatnich sześciu (w przypadków JUMPÓW) lub trzech miesięcy (pozostałe)? (TAK / NIE)

-Czy znasz jakiegokolwiek powody, które mogą uniemożliwiać Ci rozpoczęcie wysiłku fizycznego? (TAK / NIE)

**Jeśli odpowiedziałeś na „TAK” na którekolwiek z pytań będziesz zobowiązany do rozmowy z Twoim lekarzem na temat potencjalnych przeciwwskazań. Belly Opole, ani trener nie ponosi odpowiedzialności w przypadku niedopełnienia powyższych zobowiązań przez uczestnika zajęć, lub w sytuacji niepoinformowania o przeciwwskazaniach i kontynuacji treningów.*

**Zrozumiałam i odpowiedziałam szczerze na wyżej wymienione pytania. Rozumiem, iż nie powinnam ćwiczyć jeśli czuje się słabo lub nie na siłach i zobowiązuje się do poinformowania o tym mojego instruktora.*

**Jestem świadoma, że uczęszczam na zajęcia na własne ryzyko i nie będę rościła sobie praw do ewentualnego odszkodowania w sytuacji jeśli doznam kontuzji lub uszczerbku na zdrowiu podczas zajęć lub w niedalekiej odległości od zajęć. Dotyczy również w przypadku niedostosowania się do poleceń trenera oraz wykorzystania dowolnego sprzętu niezgodnie z jego przeznaczeniem lub momencie kiedy nie został on wydany przez trenera.*

2. ZASADY PROMOCYJNYCH CEN KARNETÓW

Zaświadczam, że znam zasady promocji cenowej na karnet, zapisanej w pkt 4a w regulaminie, mówiącej o tym, że jeśli karnet zostanie opłacony w pełni przed 28 dniem każdego miesiąca, jest on w promocyjnej cenie. Po tym terminie obowiązuje wyższa cena zawarta w cenniku na stronie www.BellyOpole.pl

3. ZNAJOMOŚĆ REGULAMINU

Zaświadczam, że przeczytałam aktualny regulamin Belly Opole – Kobięcego Centrum Rozwoju i akceptuję jego treść.

podpis kursantki

Regulamin zajęć w Belly Opole – Kobiecem Centrum Rozwoju

1. Zajęcia są prowadzone w Belly Opole – Kobiecem Centrum Rozwoju. Godziny oraz rodzaje zajęć są umieszczone w grafiku dostępnym na stronie internetowej www.BellyOpole.pl oraz w recepcji Kobiecemos Centrum Rozwoju.
2. Uczestnik ma prawo korzystać z zajęć po wcześniejszym opłaceniu ich w recepcji Kobiecemos Centrum Rozwoju lub zakupieniu karnetu przez stronę internetową www.BellyOpole.pl, gdzie są zamieszczone dane firmy niezbędne do wykonania przelewu.
3. Recepcjonista oraz trener mają prawo nie wpuścić uczestnika na zajęcia, których wcześniej nie opłacił.
4. Uczestnik ma obowiązek okazać w recepcji Kobiecemos Centrum Rozwoju aktualny karnet za każdym razem przed zajęciami.
- 4a. Jeśli uczestnik opłaci karnet do 28 dnia każdego miesiąca obowiązuje go cena promocyjna.
- 4b. Cennik związany z cenami promocyjnymi znajduje się na stronie internetowej www.BellyOpole.pl
- 4c. Karnet obowiązuje na dany miesiąc kalendarzowy od pierwszego do ostatniego dnia miesiąca.
5. W wypadku, kiedy kursant nie może uczestniczyć w swoich zajęciach, ma prawo odrobić je na każdej innej grupie, w której będą wolne miejsca. By mieć prawo do odrobienia zajęć, niezbędne jest zgłoszenie minimum 24h przed zajęciami nieobecności poprzez wiadomość sms na nr telefoniczny recepcji znajdujący się na stronie www.BellyOpole.pl. Odrobienie zajęć należy dokonać w tym samym miesiącu. Chęć odrobienia zajęć należy zgłosić w recepcji najpóźniej 1 dzień wcześniej.
- 5a. Osoby, które nie zapowiedziały się i nie upewniły się minimum dzień wcześniej lub nie poinformowały o nieobecności min. 24h przed startem zajęć nie mają prawa do odrobienia zajęć.
- 5b. Uczestnicy zajęć Pole Dance mogą odrobić zajęcia na innych grupach Pole Dance adekwatnych do ich poziomu zaawansowania lub na innych grupach tanecznych i fitness oraz jump, gdzie jest wolne miejsce. Mogą także w ramach odrabiania zaległych zajęć skorzystać bezpłatnie z „Sali Otwartej” (regulamin dot. Sali Otwartej – patrz pkt 16.)
6. W wypadku odwołania zajęć z winy instruktora lub Kobiecemos Centrum Rozwoju, zajęcia te nie będą odrabiane, a uczestnik ma prawo do wykorzystania tego wejścia na dowolnych innych zajęciach (patrz pkt 5, 5a, 5b),
- 6a. Jeśli cała grupa zadeklaruje bezwzględność obecność w umówionym terminie z trenerem istnieje możliwość odrobienia tych zajęć w innym terminie.
- 6b. Kobiecem Centrum Rozwoju zobowiązuje się do poinformowania uczestników o ewentualnym odwołaniu zajęć z winy trenera drogą telefoniczną lub mailową (w zależności jakie dane kontaktowe pozostawił uczestnik w recepcji KCR) oraz na Facebooku najpóźniej 2 godziny przed danymi zajęciami.
7. Kobiecem Centrum Rozwoju zobowiązuje się do zwrotu pełnej kwoty za karnet, w którym nie odbyły się ani razu zajęcia z winy instruktora lub z winy Kobiecemos Centrum Rozwoju. Forma zwrotu pieniędzy będzie uzależniona od drogi wpłaty (przelewem lub gotówką).
- 7a. Kobiecem Centrum Rozwoju zastrzega sobie prawo do łączenia grup (w szczególności sekcja Pole Dance i Aerial Hoop) w momencie gdy liczba kursantek spada poniżej 6. Grupy będą łączone wg najbliższego względem siebie stopnia zaawansowania.
8. Kobiecem Centrum Rozwoju nie zwraca kwoty za niewykorzystany karnet z winy uczestnika. Uczestnik ma prawo odrobić niewykorzystane zajęcia (patrz pkt 5.). Niewykorzystany karnet nie może przejść na inną osobę, ani na następny miesiąc.
9. Karnet jest imienny, a jego cena jest zależna od ilości wejść. Cennik widniejący na stronie www.BellyOpole.pl jest przyjmowany jako aktualny i obowiązujący. Podobnie jak podziały cenowe 4/8/12/16 wejść lub karnet OPEN. Poza tymi podziałami obowiązują pojedyncze wejścia, cena także została określona w cenniku na wyżej wymienionej stronie. Zakup karnetu jest możliwy w recepcji KCR oraz przez stronę internetową (patrz pkt 2.)
- 9a. Karnet OPEN nie zwalnia z deklaracji określającej na jakie zajęcia kursantka pragnie uczęszczać. Wiąże się to z limitami miejsc na poszczególne sekcje i pozwoli oszczędzić zamieszania związanego z brakiem deklaracji poszczególnych kursantek.
10. Promocje cenowe są ustalone przez Kobiecem Centrum Rozwoju i mają określony czas trwania. Promocje ogłaszane są za pomocą wiadomości mailowych, strony Facebook oraz bezpośrednio przy recepcji KCR i kierowane są do poszczególnych odbiorców (stali klienci, nowi klienci, subskrybenci Facebooka, odbiorcy newslettera). Promocje nie łączą się ze sobą.
- 10a. Na zakupiony karnet miesięczny obowiązuje zniżka studencka – 10 zł – nie łączy się ona z innymi promocjami.
- 10b. Przy łączeniu poszczególnych bloków zajęć (przy wykupionym karnecie) obowiązuje zniżka – 10 zł na całość karnetu – nie łączy się ona z innymi promocjami.
- 10c. Zniżki i promocje nie obowiązują w przypadku niepełnych karnetów lub pojedynczych wejść..
11. Uczestnik zobowiązuje się nie spóźniać na zajęcia. Po rozpoczęciu zajęć recepcja oraz trener mają prawo nie wpuścić spóźnionej osoby na salę. Jeżeli uczestnik chce uczestniczyć w zajęciach, robi to na własną odpowiedzialność.
12. Trener zobowiązuje się rozpocząć i zakończyć zajęcia zgodnie z grafikiem. Grafiki jest dostępny w recepcji KCR oraz na stronie internetowej www.BellyOpole.pl
13. Uczestnik nie ma prawa przebywać na Sali poza zajęciami. Na salę uczestnicy wchodzić razem z trenerem. Wyjątkiem są godziny „Sali Otwartej” (patrz pkt 16.)
- 13a. KCR nie oferuje swoim klientom zajęć opartych o ćwiczenia z wykorzystaniem muzyki. Wszelkie utwory wykorzystywane podczas Sali Otwartej lub innych treningów mają charakter prywatny. Uczestnik zobowiązuje się do niesłuchania jakichkolwiek utworów i deklaruje, że nie wpływają one na decyzję o zakupie karnetu, jednocześnie został poinformowany, że część pracowników słucha ich dla poprawy własnego nastroju.
14. Podczas zajęć uczestnik jest zobowiązany do informowania instruktora o złym samopoczuciu, kontuzjach, zaleceniach lekarskich oraz wszelkich zdarzeniach, które zagrażają zdrowiu jego oraz pozostałych osób na sali.
15. Przebywać na Sali mogą uczestnicy jedynie w stroju sportowym, wskazanym przez trenera oraz w obuwii zmiennym (lub na boso – w zależności od rodzaju zajęć).
- 15a. Osoby pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających będą natychmiast wypraszane z Kobiecemos Centrum Rozwoju. Przy próbie stawiania jakiegokolwiek oporu administracja, recepcja oraz trener mają prawo wezwać policję.
16. Należy usunąć wszystkie ostre elementy ubioru i biżuterię przed przystąpieniem do użytkowania sprzętu znajdującego się na salach KCR.
17. Osoba niewykopująca poleceń instruktora oraz zachowująca się w sposób, który zagraża zdrowiu i życiu pozostałych uczestników zajęć, zostanie natychmiast wypraszona z sali oraz z Kobiecemos Centrum Rozwoju. Takich zajęć nie ma prawa odrabiać, nie zostanie zwrócona także kwota za karnet.
18. Godziny „Sali Otwartej” są dostępne w grafiku. Uczestnik chęć skorzystania z Sali Otwartej ma obowiązek zgłosić w recepcji KCR najpóźniej 1 dzień przed. Opłata za Salę Otwartą będzie pobierana przed wejściem na trening w recepcji KCR. Uczestnicy Sali Otwartej biorą pełną odpowiedzialność za swoje zdrowie i życie.
19. Kobiecem Centrum Rozwoju oraz instruktorzy są zobowiązani do prowadzenia zajęć na sprawnym i bezpiecznym sprzęcie oraz na czystych salach, w warunkach, które nie zagrażają bezpieczeństwu uczestników.
20. Uczestnicy mają obowiązek zgłosić wszelkie zauważone uszkodzenia od razu trenerowi lub recepcji KCR. Użytkowanie sprzętu przez uczestnika niezgodzone z jego przeznaczeniem oraz spowodowanie szkód będzie skutkowało karą pieniężną.
21. Uczęszczanie na zajęcia w Belly Opole – Kobiecem Centrum Rozwoju jest równoznaczne z akceptacją regulaminu przez uczestnika.
- 21a. Uczestnicy zajęć podpisują przy zakupie karnetu oświadczenie akceptacji regulaminu oraz kartę zdrowia.
- 21b. W związku z ochroną danych osobowych, żadne dane nie będą udostępniane osobom trzecim, lub firmom natomiast w związku z wymogami administracyjnymi będą one przechowywane w systemie informatycznym przez cały okres uczestnictwa w zajęciach.
22. Nieznajomość regulaminu nie zwalnia z jego przestrzegania.