

POSTANOWIENIA WSPÓŁPRACY

1. Trener zobowiązuje się do świadczenia na rzecz Uczestnika usług w zakresie prowadzenia treningów personalnych, na warunkach określonych poniżej.

2. Trener nie gwarantuje osiągnięcia pożądaných przez Uczestnika skutków udziału w treningach personalnych, w sytuacji gdy Uczestnik nie będzie stosować się do zaleceń Trenera, w szczególności dotyczących rodzaju wykonywanych ćwiczeń, sposobu i częstotliwości ich wykonywania, diety oraz stosowanych środków suplementacyjnych.

§1 ZOBOWIĄZANIA UCZESTNIKA

Uczestnik zobowiązuje się do:

- przedstawienia przed przystąpieniem do pierwszego treningu personalnego zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do uczestnictwa w zajęciach i podjęcia aktywności fizycznej zgodnie z planem treningowym przedstawionym/zamierzonym przez Trenera; w przypadku braku przedstawienia takiego zaświadczenia bądź przedstawienia zaświadczenia, które nie jest zgodne ze stanem faktycznym, Trener nie ponosi odpowiedzialności za jakiegokolwiek powikłania zdrowotne, które mogą być skutkiem udziału w treningu personalnym, o ile Uczestnik nie poinformuje o nich Trenera na piśmie;
- poinformowania Trenera o wszelkich występujących już po rozpoczęciu współpracy zmianach stanu zdrowia, które mogą mieć wpływ na uczestnictwo Uczestnika w treningach personalnych bądź na częstotliwość tych treningów i dobór wykonywanych ćwiczeń; w przypadku uchybienia temu obowiązkowi, Trener nie ponosi odpowiedzialności za jakiegokolwiek powikłania zdrowotne, które mogą być skutkiem udziału w treningu personalnym;
- punktualnego pojawienia się na zajęciach treningowych (optymalnie: na pięć minut przed rozpoczęciem danego treningu personalnego); w przypadku spóźnienia na zajęcia, Trener nie jest zobowiązany do przedłużenia treningu personalnego;
- stosownego przygotowania do treningu personalnego, w szczególności: pojawiania się na zajęciach w stroju sportowym, w tym w obuwiu odpowiednim do wykonywanych ćwiczeń, a także posiadania wody w celu uzupełnienia płynów podczas ćwiczeń (standardowo: butelka minimum 1l / trening); w przypadku pojawienia się Uczestnika w niestosownym ubiorze i obuwiu (np. w sandałach,

japonkach), Trener jest uprawniony do odmowy przeprowadzenia treningu personalnego, z zachowaniem prawa do wynagrodzenia;

- poniesienia opłaty za korzystanie z obiektu sportowego, w którym prowadzony jest trening personalny;
- przestrzegania regulaminu obiektu sportowego, w którym prowadzony jest trening personalny; Trener nie ponosi odpowiedzialności za działania Uczestnika powodujące naruszenie postanowień regulaminu obiektu sportowego

§2 ZOBOWIĄZANIA I OŚWIADCZENIA TRENERA

1. Trener zobowiązuje się do ustalenia planu treningowego w taki sposób, by w rozsądnym czasie osiągnąć zakładane przez Uczestnika efekty, przy jednoczesnym poszanowaniu stanu zdrowia Uczestnika, a także zgodnie z należyłą starannością i odpowiednią wiedzą z zakresu metod treningowych, poprawnej techniki wykonywania ćwiczeń, medycyny, anatomii i dietyki.

2. Trener oświadcza, że posiada wszelkie kwalifikacje (w tym: ukończył stosowny kurs), wiedzę i doświadczenie, umożliwiające mu prowadzenie treningów personalnych, z poszanowaniem zdrowia Uczestnika.

§3 USTALANIE I ODWOŁYWANIE TERMINÓW TRENINGÓW PERSONALNYCH

1. Każdy trening personalny będzie trwać 55 minut.

2. Pakiet treningów przewiduje się wykorzystać w ciągu 30 dni od daty zakupu. Po przekroczeniu tego terminu, trener ma możliwość uznania treningów za odbyte. W roli klienta jest, starać się wykorzystać pakiet w ciągu miesiąca oraz informować trenera o ewentualnym braku takiej możliwości - w wyjątkowych sytuacjach czas wykorzystania pakietu może się przedłużyć.

3. Uczestnik zobowiązany jest do odwołania treningu personalnego nie później niż na 12 godzin przed jego zakładanym rozpoczęciem. W przypadku uchybienia temu terminowi, o ile Trener nie postanowi inaczej, wynagrodzenie będzie uwzględniać również opłatę za trening personalny, który został odwołany przez Uczestnika. 4. W przypadku odwołania treningu personalnego przez Trenera nie wcześniej niż 4 godziny przed jego rozpoczęciem, Uczestnikowi przysługuje prawo do dodatkowego, bezpłatnego treningu personalnego.

5. W przypadku spóźnienia Trenera, dany trening personalny bądź jeden z następnych dwóch treningów personalnych zostaje odpowiednio przedłużony, stosownie do możliwości czasowych Trenera i Uczestnika.