

Kişisel Antrenörlük (Personal Training) Onam ve Feragat Formu

Birebir antrenmanlarda üye sağlık beyanı ve sorumluluk paylaşım formu.

Formun Amacı

Yüksek yoğunluklu antrenmanlarda (HIIT, ağırlık çalışmaları) sakatlanma ve sağlık risklerine karşı antrenör ve salonun yasal sorumluluk çerçevesini belirlemek.

Yasal Dayanak

Borçlar Kanunu Hizmet Sözleşmeleri ve Tüketici Hukuku.

Kişi Bilgileri ve Beyanlar

Sporcu Adı Soyadı *

Telefon *

Hedef *

[] Kilo Verme / Yağ Yakımı [] Kas Kazanımı (Hipertrofi) [] Performans / Kondisyon [] Postür Düzeltme

Daha Önce Spor Sakatlığı Geçirdiniz mi?

Kardiyovasküler ve Ortopedik Sağlık

- Göğüs ağrısı, nefes darlığı veya bayılma geçmişi
- Diz, omuz, bel bölgesinde cerrahi veya kronik ağrı durumu

Sakatlanma Riski ve Kendi İradesiyle Katılım

- Egzersiz doğasından kaynaklanan fiziksel risklerin kabulü
- Antrenörün ısınma ve soğuma yönergelerine eksiksiz uyulması

Onay Beyanı

Yukarıdaki bilgileri okudum, anladım; sorularıma yanıt aldım. Verdiğim bilgilerin doğru olduğunu beyan eder, belirtilen hizmetin tarafıma uygulanmasını özgür irademle kabul ederim.

Ad Soyad / İmza

Tarih: / /

Uygulayıcı Ad Soyad / İmza

Tarih: / /