



REGULAMIN TRENINGÓW PERSONALNYCH

1. Trening w małej grupie należy uzgodnić z obsługą siłowni przed dokonaniem zakupu karnetu na treningi w małej grupie.
2. Treningi w małej grupie to zajęcia grupowe opierające się na bardziej indywidualnym podejściu do każdego uczestnika poprzez mniejszą liczbę osób niż na typowych zajęciach grupowych (maksymalna liczba osób na treningu w małej grupie: 3 osoby; minimalna liczba osób na treningu w małej grupie: 2 osoby)
3. Podczas ćwiczeń obowiązuje strój sportowy, nieograniczający swobody ruchu, obuwie sportowe. Klienci są zobowiązani posiadać ze sobą ręcznik oraz wodę lub inny napój do uzupełniania płynów podczas treningu.
4. W przypadku spóźnienia się klientów na trening, czas spóźnienia odliczony będzie od regulaminowego czasu treningu.
5. Klienci powinni stawić się punktualnie na umówionym treningu. Zalecane jest przybycie 10-15min wcześniej celem przygotowania się do treningu.
6. Trening w małej grupie trwa 50 minut
7. Klienci są zobowiązani do poinformowania trenera personalnego o wszelkich dolegliwościach zdrowotnych, stanie zdrowia, celem dopasowania rodzaju ćwiczeń oraz ich intensywności do stanu zdrowia osób uczestniczących w treningu.
8. Treningi może prowadzić wyłącznie trener zatrudniony przez Gminne Centrum Sportu TRZEBNICA-ZDRÓJ.
9. Klienci rozpoczynając współpracę, zobowiązani są posiadać zaświadczenie o braku przeciwwskazań do podjęcia aktywności fizycznej wydane przez lekarza. Akceptując poniższy regulamin oświadcza, że posiada owe zaświadczenie lub podejmuje treningi na własną odpowiedzialność
10. Z usługi treningu w małej grupie można skorzystać po zakupieniu wybranego przez siebie karnetu na treningi w małej grupie w stanowisku kas w holu obiektu. Kasjer wydaje klientowi transponder otwierający drzwi do siłowni (należy przyłożyć transponder do czytnika przy drzwiach wejściowych).
11. Dostępne karnety na treningi w małej grupie:
 - 1 trening
 - 4 treningi personalne
 - 8 treningów personalnych
12. Każdy karnet na treningi w małej grupie posiada ważność 30 dni od daty zakupu karnetu.
13. Zakup karnetu jest jednoznaczny z akceptacją regulaminu treningów w małej grupie, regulaminu siłowni oraz regulaminu obiektu.