



WWW.TRENER-PERSONALNY.PL

Zasady współpracy z Trenerem personalnym

1. Klient rozpoczynając współpracę, zobowiązany jest przejść badania okresowe i posiadać zaświadczenie o braku przeciwwskazań do podjęcia aktywności fizycznej. Jeśli takowych badań klient nie wykona, bierze na siebie odpowiedzialność w razie ewentualnych powikłań zdrowotnych.
2. Klient powinien jasno określić cel swoich ćwiczeń i słuchać się rad trenera, gdyż jedynie kompleksowe podejście do ćwiczeń, diety i suplementacji jest gwarantem poprawy sylwetki, tudzież innych cech, które klient ma zamiar poprawić.
3. Klient powinien punktualnie zjawiać się na umówionych zajęciach
4. Terminy spotkań ustalane są z tygodniowym wyprzedzeniem. Klient jest zobowiązany podać swoją dyspozycyjność na kolejny tydzień nie później niż w sobotę wieczorem poprzedzającą rozpoczęcie kolejnego tygodnia pracy.
5. Treningi należy odwołać lub zmieniać ich termin przynajmniej na 24 godziny przed planowanym treningiem, inaczej trening zaliczony jest jako odbyty, chyba że trener zadecyduje inaczej.
6. Klienta podczas ćwiczeń obowiązuje strój sportowy. Klapki lub japonki plażowe to nie jest strój sportowy. Klient powinien posiadać również wodę mineralną, aby uzupełniać utracone płyny podczas treningu.
7. Klienta obowiązuje regulamin siłowni, w której odbywają się zajęcia oraz niepisane zasady kultury.
8. Każdy trening odwołany nie wcześniej niż 4 godziny przed terminem jest premiowany gratisowym treningiem od trenera.
9. Opłaty za trening powinny być uiszczane z góry nie później niż do dnia rozpoczęcia pierwszego treningu.
10. Trener może odwołać trening, gdy nie odnotował zaksięgowania płatności za umówiony trening.