

# Regulamin Współpracy z Trenerem Personalnym

## 1. Postanowienia Ogólne

1.1. Niniejszy regulamin określa zasady współpracy pomiędzy trenerem personalnym a klientem.

1.2. Trener świadczy usługi treningowe stacjonarnie w Fitness Squash Complex Głogów, zgodnie z ustalonym harmonogramem.

1.3. Klient, decydując się na współpracę, akceptuje wszystkie postanowienia regulaminu.

1.4. Trener posiada odpowiednie kwalifikacje i uprawnienia do prowadzenia treningów personalnych, potwierdzone legitymacją trenerską nr 6176/AMS/2019, wydaną przez Dziekana Wydziału Rekreacji Ruchowej.

## 2. Zakres Usług

2.1. Trener oferuje:

- Indywidualnie dostosowane plany treningowe.
- Konsultacje treningowe.
- Monitorowanie postępów i dostosowywanie planów.
- Motywację i wsparcie podczas realizacji celów.

## 3. Obowiązki Klienta

3.1. Klient zobowiązuje się do regularnego uczestnictwa w treningach oraz przestrzegania zaleceń trenera.

3.2. Klient jest zobowiązany do informowania trenera o stanie zdrowia, kontuzjach lub innych problemach mogących wpływać na bezpieczeństwo podczas treningów.

3.3. Klient ponosi odpowiedzialność za swoje działania poza treningami, w tym za przestrzeganie zaleceń dietetycznych.

## 4. Obowiązki Trenera

4.1. Trener zobowiązuje się do profesjonalnego prowadzenia treningów i dostosowania planów do indywidualnych potrzeb klienta.

4.2. Trener monitoruje postępy klienta i dostosowuje program w miarę potrzeb.

4.3. Trener zobowiązuje się do zachowania poufności wszystkich informacji przekazanych przez klienta.

4.4. Kontakt z trenerem jest możliwy w dni robocze od godziny 12:00 do 20:00.

## 5. Harmonogram i Odwoływanie Zajęć

5.1. Terminy treningów są ustalane indywidualnie z każdym klientem.

5.2. Odwołanie treningu musi nastąpić co najmniej 24 godziny przed planowanym terminem. W przeciwnym razie trening jest uznawany za odbyty i podlega pełnej opłacie.

5.3. Umawianie treningów następuje w każdą niedzielę. Klient otrzymuje propozycje możliwych godzin treningów na cały tydzień.

5.4. Pakiety treningowe są ważne przez 2 miesiące od daty zakupu. Niewykorzystane treningi po tym okresie przepadają.

## **6. Płatności**

6.1. Ceny usług są ustalane indywidualnie i zależą od wybranego pakietu treningowego.

6.2. Płatności dokonywane są na podstawie wcześniejszych ustaleń z trenerem. Jeśli nie było wcześniejszych ustaleń, klient jest zobowiązany do dokonania płatności za wybrany pakiet zgodnie z ofertą przedstawioną na stronie trenera:

<https://www.ewolucjatreningu.pl/ofertawspolpracy> przy pierwszej sesji treningowej.

6.3. W przypadku braku terminowej płatności, współpraca może zostać zakończona lub wstrzymana.

## **7. Odpowiedzialność**

7.1. Trener nie ponosi odpowiedzialności za urazy wynikające z niestosowania się do jego zaleceń lub z niewłaściwego wykonywania ćwiczeń.

7.2. Klient ponosi odpowiedzialność za informowanie trenera o wszelkich problemach zdrowotnych oraz za podejmowane działania w ramach zaleceń treningowych i dietetycznych.

## **8. Postanowienia Końcowe**

8.1. Trener zastrzega sobie prawo do zmiany regulaminu z odpowiednim wyprzedzeniem. Zmiany wchodzi w życie z dniem ich ogłoszenia klientowi.

8.2. Wszelkie spory wynikające ze współpracy będą rozstrzygane polubownie.

**Trener:** \_\_\_\_\_ **Data:** \_\_\_\_\_

**Klient:** \_\_\_\_\_ **Data:** \_\_\_\_\_