

パーソナルトレーニング同意書

パーソナルトレーニングを申し込むにあたり下記の内容をご確認の上、サインをしていただき、プログラムに参加していただけるよう固くお願い申し上げます。

1、プログラムに付随した危険性および異常感

運動中、何らかの変化が現れる可能性があります。これらには、血圧異常、めまい、不整脈、頻脈や徐脈などがあり、場合によっては心臓発作、卒中および死亡事故も含まれます。それに対し運動中適切な管理体制をとり、これらの事故の危険性を最小限にするあらゆる努力がなされます。救命処置やそれに熟練したスタッフが生じる可能性のある異常事態に常に対処できるよう準備しています。安全面には細心の注意をはらいますが、100%の安全を保証するものではありません。

2、期待される効果

トレーニングプログラムは、絶対的な効果を保証するものではありません。ですが、その改善を示唆する十分な証拠に基づいてトレーニングプログラムを提供しております。

3、体調管理について

トレーニング中に体調が悪くなった場合、今まで経験のない異常な疲労感や、頻脈・動悸・胸の痛み、その他の異常感を感じた場合は、速やかに担当のトレーナーに報告してください。また事前に過去の病歴・現在の服用中の薬についてはすべてお話して頂く義務が生じます。

4、ボディータッチについて

トレーナーが運動中に必要な範囲(フォーム指導、パーソナルストレッチなど)で身体に接触する場合があります。必要最低限のボディータッチになるよう、エクササイズ指導や安全管理を実施しますのでご安心ください。

5、承諾の自由

私は、目的・目標達成のためトレーニングプログラムに任意に参加することに同意します。このプログラムを実施することの承諾は自由です。私が望むならば、そのプログラムの最中、またはいつでもそのプログラムを拒否する自由があることを納得しました。私はこの同意書に書かれていることをすべて読みました。私が参加しようとしているプログラムにおける私の責任、および、危険性についてすべて理解したことを認めたくえ、プログラムに参加することに同意します。

**PERSONAL
GYM
JUMBO**

「習慣」を手に入れるパーソナルジム
パーソナルジム ジャンボ