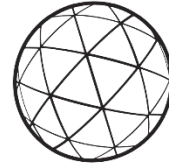


## KWESTIONARIUSZ KLIENTA FUTURE GYM



Imię i nazwisko \* \_\_\_\_\_

Data urodzenia \* \_\_\_\_\_

Nr telefonu: \_\_\_\_\_

FUTUREGYM

1. Prosimy uważnie przeczytać poniższe warunki i stosować się do instrukcji bezpieczeństwa:
  - W przypadku złego samopoczucia, zawrotów głowy lub ucisku w klatce piersiowej lub w okolicach serca należy natychmiast przerwać trening i zgłosić dolegliwość trenerowi.
  - Po uruchomieniu urządzenia nie należy przetaczać ani rozłączać kabli elektrod.
  - Nie należy umieszczać elektrod w miejscach, gdzie skóra jest uszkodzona (rany, stany zapalne, poparzenia, świąd, egzema itp.). O istnieniu przeciwwskazania należy poinformować trenera.
  - Jeśli w czasie treningu pojawi się uczucie gorąca lub dyskomfort na skórze, należy natychmiast przerwać trening i zgłosić problem trenerowi.
  - Zawsze przed fazą impulsu należy napiąć mięśnie izometrycznie, aby zachować pełną kontrolę w czasie trwania treningu.
  - Pij wodę przed, w trakcie i po treningu. Zalecana ilość po 0,5 l.
  - Co najmniej 4 godziny przed treningiem zjedz zbilansowany posiłek.
  
2. Przeciwwskazania do treningu metodą EMS:

- Epilepsja	- Przepuklina pachwinowa lub ściany jamy brzusznej
- Ciężkie zaburzenia krążenia krwi	- Choroby nowotworowe
- Choroby serca	- Zakrzepica lub skłonność do zakrzepów
- Rozrusznik serca	- Ciężkie choroby neurologiczne
- Miażdżyca w zaawansowanym stadium	- Cukrzyca
- Cięża	- Gruźlica
- Hemofilia	- Gorączka, ostre zapalenia bakteryjne i wirusowe
- Spastyczność – wskazana opinia lekarza	- Choroby skórne – wskazana opinia lekarza
  
3. Oświadczam, iż przeczytałem/am i zrozumiałem/am instrukcje dotyczące bezpieczeństwa, że nie posiadam żadnego ze wskazanych wyżej przeciwwskazań oraz że ćwiczę na własną odpowiedzialność.
  
4. Oświadczam, iż przeczytałem/am *Regulamin Studia Future Gym*, akceptuję jego postanowienia i zobowiązuję się do ich przestrzegania.
  
5. Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych przez *Future Gym Studio treningu EMS Kinga Bednarek*.

\* Weryfikacja danych następuje po okazaniu dowodu osobistego lub innego dokumentu tożsamości

.....  
data

.....  
podpis