

Regulamin Fitness

1. Uczestnicy zajęć Fitness zobowiązani są do zapoznania się i przestrzegania regulaminu zajęć.
2. Zajęcia odbędą się 02.04.2019 roku od godziny 18:00 na małej Sali gimnastycznej w budynku P.
3. Zajęcia podzielone będą na dwie grupy: o godzinie 18:00 i 19:00. W przypadku małej ilości uczestników zostanie utworzona jedna grupa od godziny 18:00.
4. Uczestnicy zajęć zobowiązani są do zmiany obuwia na obuwie sportowe przeznaczone do ćwiczeń jak również odzieży na odzież sportową.
5. Należy zabrać ze sobą napoje.
6. Osoby biorące udział w zajęciach oświadczają, że nie mają żadnych przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania ćwiczeń Fitness (zajęcia na stepach) i uczestniczą w zajęciach na własne ryzyko i odpowiedzialność.
7. W przypadku wystąpienia niepokojących objawów w trakcie wykonywania ćwiczeń należy je przerwać i zgłosić dolegliwości instruktorowi.
8. Organizator zajęć Fitness nie ponosi odpowiedzialności za przedmioty pozostawione na sali, w której prowadzone są zajęcia.
9. Duża dawka pozytywnej energii mile widziana.
10. W celu zapisania się na wydarzenie prosimy o wypełnienie formularza zgłoszeniowego, ilość miejsc ograniczona.

Zabierzcie ze sobą jak największą liczbę znajomych!