

Get Fit Challenge Holstebro 8-ugers forløb 2018

Vilkår og betingelser

Ved din tilmelding accepterer du følgende vilkår og betingelser for Get Fit Challenge:

1. Get Fit Challenge er 16 træningstimer, som foregår udendørs uafhængig af vejret.
2. Du vælger selv intensiteten på din træning, da du bruger din egen kropsvægt og selv bestemmer hvor meget energi du lægger i det enkelte træningspas.
Bemærk at der ved al motion kan være en risiko for at få skader, men at det er dit eget ansvar. Fitclub Holstebro bærer ikke ansvaret for eventuelle skader, som du pådrager dig under din træning. Derfor anbefaler vi at du kun presser dig selv til et niveau, hvor du ikke bliver utilpas. Hvis du føler ubehag eller bliver svimmel bør du holde inde med træningen eller tilpasse intensiteten.
Personer med en dårlig eller tvivlsom sundhedsmæssig tilstand er muligvis ikke egnede deltagere i Get Fit Challenge.
3. Ved din tilmelding erklærer du, at du:
 - er fysisk velfungerende og er i en god sundhedsmæssig tilstand eller
 - har fået grønt lys efter en samtale med egen læge - til at deltage i en normal motionsrutine.
 - ved at alle øvelser varetages af dig selv på dit eget ansvar.
4. I forbindelse med træningerne tages der billeder til inspiration. Disse kan blive anvendt på Facebook eller Instagram.
5. Fitclub Holstebro opbevarer dine bodyscanningstal mv. i centret under forløbet.

Øvrigt

- Børn og unge mellem 8-17 år kan ifølge med en voksen tilmeldt deltager, deltage gratis.
- Indtil sidste tilmeldingsfrist vil der være mulighed for at opnå fuld refundering af deltagergebyret, hvis man skulle fortryde sin tilmelding.
- Under opstartssamtalen vil der være grundig information og eventuelle yderligere spørgsmål vil blive besvaret.

Mvh

Fitclub Holstebro

Karsten Gorritzen
Supervisor
21291677

