

Regulamin realizowania treningów personalnych przez trenerów 2-fit.pl

§1 Postanowienia ogólne

1. Treningi personalne prowadzone są przez **zespół trenerów 2-fit.pl**, działających jako niezależni specjaliści w ramach marki.
 2. Każdy trener 2-fit.pl posiada aktualne kwalifikacje zawodowe i prowadzi zajęcia zgodnie ze standardami firmy.
 3. Rozpoczęcie współpracy z trenerem 2-fit.pl jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu.
-

§2 Odpowiedzialność i stan zdrowia klienta

1. Klient oświadcza, że nie ma przeciwwskazań zdrowotnych do podjęcia aktywności fizycznej lub posiada aktualne zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań.
 2. Akceptując regulamin, klient potwierdza, że podejmuje aktywność fizyczną **na własną odpowiedzialność**.
 3. Klient zobowiązany jest poinformować swojego trenera o wszelkich dolegliwościach zdrowotnych, kontuzjach, urazach, przebytych chorobach lub innych czynnikach mogących wpływać na bezpieczeństwo treningu.
 4. Trener 2-fit.pl ma prawo odmówić przeprowadzenia treningu, jeśli uzna, że stan zdrowia klienta może zagrażać jego bezpieczeństwu lub wymaga konsultacji lekarskiej.
-

§3 Organizacja treningów

1. Trening personalny trwa **60 minut**, chyba że trener ustali z klientem inaczej.
2. Klient powinien pojawić się **co najmniej 10–15 minut przed rozpoczęciem** zajęć w celu przygotowania się do treningu.
3. W przypadku spóźnienia się klienta – czas spóźnienia zostaje odliczony od całkowitego czasu trwania treningu.
4. W przypadku spóźnienia się trenera:
 - do 30 minut – trening zostaje dokończony bez dodatkowych kosztów,
 - powyżej 30 minut – klient otrzymuje **1 trening gratis**.
5. Trening może zostać **odwołany bez konsekwencji** przez każdą ze stron z **minimum 24-godzinym wyprzedzeniem**.
6. Jeśli klient odwoła trening później niż 24 godziny przed umówionym terminem lub nie stawi się na zajęcia, trening zostaje uznany za **zrealizowany**.
7. Jeśli trener odwoła trening w czasie krótszym niż 24 godziny – klient otrzymuje **1 trening gratis**.

8. W przypadku dłuższej przerwy w treningach (np. urlop, choroba), możliwe jest **tymczasowe zawieszenie pakietu** po wcześniejszym ustaleniu z trenerem.
-

§4 Zasady płatności

1. Płatności za treningi można dokonywać:
 - gotówką bezpośrednio u trenera,
 - przelewem bankowym na wskazany numer konta.
 2. Opłata za treningi powinna być uiszczona **z góry**, najpóźniej w dniu pierwszego treningu.
 3. W przypadku wykupienia pakietu treningowego jego **ważność** liczona jest od dnia pierwszego treningu i trwa tyle tygodni, ile treningów zawiera pakiet (np. 10 treningów = 10 tygodni ważności).
 4. Niewykorzystane w terminie treningi przepadają, chyba że trener ustali z klientem inaczej z przyczyn losowych.
 5. Pakiet treningów można przekazać innej osobie po wcześniejszym poinformowaniu trenera.
-

§5 Zasady bezpieczeństwa i zachowania podczas treningu

1. Podczas treningów obowiązuje **strój sportowy, czyste obuwie** oraz **ręcznik treningowy**.
 2. Klient powinien mieć ze sobą **wodę** do uzupełniania płynów w trakcie zajęć.
 3. Zaleca się spożycie **pełnowartościowego posiłku na 1–2 godziny przed treningiem**.
 4. Osoby z zaburzeniami poziomu cukru (np. cukrzyca) powinny mieć przy sobie glukometr oraz słodkie przekąski.
 5. W przypadku wystąpienia nietypowych objawów (np. zawroty głowy, duszność, ból w klatce piersiowej) klient powinien natychmiast poinformować trenera, a trening może zostać przerwany.
 6. Trener ma prawo poprosić klienta o dodatkowe badania lekarskie w razie podejrzenia przeciwwskazań do ćwiczeń.
-

§6 Miejsce i warunki treningów

1. Treningi odbywają się w wybranych klubach fitness lub na obiektach współpracujących z 2-fit.pl.
 2. W przypadku treningów odbywających się w klubie fitness, klient **pokrywa koszt wejścia do klubu** we własnym zakresie, o ile nie jest członkiem klubu.
 3. W przypadku treningów plenerowych lub domowych – warunki są ustalane indywidualnie z trenerem.
-

§7 Postanowienia końcowe

1. Po każdym treningu klient może uzyskać informację o liczbie pozostałych zajęć w pakiecie.
2. Zarówno trener, jak i klient, zobowiązują się do wzajemnego szacunku, punktualności i zaangażowania we wspólną pracę nad osiągnięciem celu.

3. Trenerzy 2-fit.pl dokładają wszelkich starań, aby treningi były prowadzone bezpiecznie, profesjonalnie i zgodnie z aktualną wiedzą treningową.
4. Klient przyjmuje do wiadomości, że rezultaty treningowe są uzależnione od indywidualnych predyspozycji, zaangażowania i stosowania się do zaleceń trenera.
5. Firma 2-fit.pl oraz współpracujący trenerzy nie ponoszą odpowiedzialności za urazy, kontuzje i inne skutki wynikające z nieprzestrzegania zaleceń trenera lub nieujawnionych przeciwwskazań zdrowotnych.

Regulamin obowiązuje wszystkich klientów korzystających z usług trenerów 2-fit.pl.

W przypadku pytań dotyczących zasad współpracy, prosimy o kontakt z trenerem prowadzącym lub zespołem 2-fit.pl.
