

Exención de Responsabilidad en Fitness y PAR-Q

Cuestionario de Preparación para Actividad Física y exención de responsabilidad civil para servicios de gimnasio y fitness

Información del Cliente

Nombre *

Apellido *

Correo Electrónico *

Número de Teléfono *

Fecha de Nacimiento *

DD / MM / AAAA

Evaluación de Salud PAR-Q

Cuestionario de Preparación para Actividad Física — Por favor, responda con honestidad. Si responde Sí a cualquier pregunta, consulte a su médico antes de comenzar un programa de ejercicio.

¿Le ha dicho alguna vez un médico que tiene una enfermedad del corazón y le ha recomendado solo actividad médicamente supervisada? *

☐ Sí ☐ No

¿Experimenta dolor en el pecho durante la actividad física? *

☐ Sí ☐ No

¿Ha experimentado mareos o pérdida de conciencia en los últimos 12 meses? *

☐ Sí ☐ No

¿Tiene algún problema óseo o articular que podría empeorar con la actividad física? *

☐ Sí ☐ No

¿Está tomando actualmente medicamentos para la presión arterial o una enfermedad del corazón? *

☐ Sí ☐ No

¿Hay alguna otra razón por la que no debería participar en actividad física? *

☐ Sí ☐ No

Si es sí, por favor explique

Contacto de Emergencia

Nombre del Contacto de Emergencia *

Teléfono del Contacto de Emergencia *

Relación

Exención de Responsabilidad Civil

Asunción de Riesgos y Exención de Responsabilidad Civil:

1. Entiendo que el ejercicio físico implica riesgos inherentes que incluyen, entre otros: esguinces musculares, torceduras, fracturas, eventos cardíacos y otras lesiones.
2. Asumo voluntariamente todos los riesgos asociados con mi participación en actividades de ejercicio.
3. Certifico que estoy en buena condición física y no tengo ninguna condición médica que impida mi participación, o he obtenido autorización médica.
4. Acepto seguir todas las directrices de seguridad e instrucciones proporcionadas por el personal.
5. Informaré inmediatamente al personal de cualquier dolor, molestia o síntoma inusual durante el ejercicio.
6. Libero y exento de responsabilidad a la instalación, sus propietarios, empleados y entrenadores de cualquier reclamación, daño o responsabilidad que surja de mi participación.
7. Entiendo que esta exención se aplica a todas las visitas y actividades en esta instalación.

Asumo voluntariamente todos los riesgos del ejercicio físico y libero la instalación de responsabilidad.

He leído y acepto la exención de responsabilidad civil: _____

Consentimiento y Firma

Certifico que la información de salud proporcionada es precisa. He leído y entiendo el PAR-Q y la exención de responsabilidad civil. Consiento voluntariamente participar en actividades de fitness físico y asumo todos los riesgos asociados.

Confirmando que he leído y entendido la información anterior y doy mi consentimiento informado.

He leído y entiendo la información anterior: _____

Firma

Fecha

Nombre en letra de imprenta

Fecha *

DD / MM / AAAA

Este formulario fue proporcionado gratuitamente por Consentify

Consentify convierte formularios como este en consentimiento digital que tus clientes firman en su teléfono mediante código QR — con PDFs automáticos, alertas de contraindicaciones y almacenamiento cifrado. Plan gratuito disponible en <https://getconsentify.com>.

Solo plantilla. Revisa con tu propio profesional con licencia o asesor legal antes de usar; los requisitos varían según la jurisdicción y la práctica.