

Фитнес-вейвер и PAR-Q

Опросник готовности к физической активности и отказ от ответственности для услуг спортзала и фитнеса

Информация о клиенте

Имя *

Фамилия *

Адрес электронной почты *

Номер телефона *

Дата рождения *

ДД / ММ / ГГГГ

Оценка здоровья PAR-Q

Опросник готовности к физической активности — Пожалуйста, ответьте честно. Если вы ответили «Да» на любой вопрос, проконсультируйтесь с врачом перед началом программы упражнений.

Врач когда-либо говорил вам, что у вас болезнь сердца, и рекомендовал только медицински контролируемую активность? *

☐ Да ☐ Нет

Испытываете ли вы боль в груди при физической активности? *

☐ Да ☐ Нет

Испытывали ли вы головокружение или потерю сознания в течение последних 12 месяцев? *

☐ Да ☐ Нет

У вас есть проблема с костями или суставами, которая может ухудшиться при физической активности? *

☐ Да ☐ Нет

Вы в настоящее время принимаете лекарства от кровяного давления или болезни сердца? *

☐ Да ☐ Нет

Есть ли другая причина, по которой вы не должны заниматься физической активностью? *

☐ Да ☐ Нет

Если да, пожалуйста, объясните

Аварийный контакт

Имя аварийного контакта *

Телефон аварийного контакта *

Отношения

Отказ от ответственности

Принятие риска и отказ от ответственности:

1. Я понимаю, что физические упражнения связаны с неотъемлемыми рисками, включая, но не ограничиваясь: растяжение мышц, вывихи, переломы, сердечные события и другие травмы.
2. Я добровольно принимаю все риски, связанные с моим участием в программах физических упражнений.
3. Я подтверждаю, что я в хорошей физической форме и у меня нет медицинских состояний, которые препятствуют моему участию, или я получил разрешение врача.
4. Я согласен следовать всем инструкциям по безопасности и указаниям, предоставленным персоналом.
5. Я немедленно уведомлю персонал о любой боли, дискомфорте или необычных симптомах во время упражнений.
6. Я освобождаю и защищаю спортзал, его владельцев, сотрудников и тренеров от любых претензий, убытков или ответственности, вытекающих из моего участия.
7. Я понимаю, что этот отказ применяется ко всем посещениям и видам деятельности в этом спортзале.

Я добровольно принимаю все риски физических упражнений и освобождаю спортзал от ответственности.

Я прочитал и согласен с отказом от ответственности: _____

Согласие и подпись

Я подтверждаю, что предоставленная медицинская информация является точной. Я прочитал и понимаю PAR-Q и отказ от ответственности. Я добровольно согласен участвовать в программах физического фитнеса и принимаю все связанные с этим риски.

Я подтверждаю, что прочитал и понял вышеуказанную информацию и даю свое информированное согласие.

Я прочитал и понимаю вышеуказанную информацию: _____

Подпись

Дата

Печатные буквы

Дата *

ДД / ММ / ГГГГ

Эта форма предоставлена бесплатно компанией Consentify

Consentify преобразует такие формы в цифровое согласие, которое ваши клиенты подписывают на собственном телефоне с помощью QR-кода — с автоматическим созданием PDF, флагами противопоказаний и зашифрованным хранилищем. Бесплатный план доступен на <https://getconsentify.com>.

Только шаблон. Перед использованием проверьте с собственным лицензированным специалистом или юристом; требования варьируются в зависимости от юрисдикции и практики.