

# Phiếu từ chối trách nhiệm Fitness & PAR-Q

Bảng câu hỏi Đánh giá Sẵn sàng Hoạt động Thể chất và Phiếu từ chối trách nhiệm dân sự cho các dịch vụ phòng tập gym và fitness

## Thông tin Khách hàng

Tên \*

Họ \*

Địa chỉ Email \*

Số điện thoại \*

Ngày sinh \*

MM / DD / YYYY

## Sàng lọc Sức khỏe PAR-Q

Bảng câu hỏi Đánh giá Sẵn sàng Hoạt động Thể chất — Vui lòng trả lời một cách trung thực. Nếu bạn trả lời CÓ cho bất kỳ câu hỏi nào, vui lòng tham khảo ý kiến bác sĩ trước khi bắt đầu chương trình tập luyện.

Bác sĩ có bao giờ nói với bạn rằng bạn bị bệnh tim và khuyên bạn chỉ nên tham gia hoạt động được giám sát y tế không? \*

☐ Có ☐ Không

Bạn có bị đau ngực khi hoạt động thể chất không? \*

☐ Có ☐ Không

Bạn có bị chóng mặt hoặc mất ý thức trong 12 tháng qua không? \*

☐ Có ☐ Không

Bạn có vấn đề về xương hoặc khớp có thể bị trầm trọng hơn do hoạt động thể chất không? \*

☐ Có ☐ Không

Bạn hiện đang dùng thuốc để điều trị huyết áp cao hoặc bệnh tim không? \*

☐ Có ☐ Không

Có lý do gì khác khiến bạn không nên tham gia hoạt động thể chất không? \*

☐ Có ☐ Không

Nếu có, vui lòng giải thích

## Liên hệ Khẩn cấp

Tên liên hệ khẩn cấp \*

Số điện thoại liên hệ khẩn cấp \*

Mối quan hệ

## Phiếu từ chối trách nhiệm

Chấp nhận Rủi ro và Phiếu từ chối trách nhiệm:

1. Tôi hiểu rằng hoạt động thể chất liên quan đến những rủi ro vốn có bao gồm nhưng không giới hạn ở: cơ giãn cơ, bong gân, gãy xương, sự kiện tim mạch và các chấn thương khác.
2. Tôi tự nguyện chấp nhận tất cả các rủi ro liên quan đến sự tham gia của tôi vào các hoạt động tập luyện.
3. Tôi xác nhận rằng tôi ở trong tình trạng thể chất tốt và không có bất kỳ tình trạng y tế nào ngăn cản sự tham gia của tôi, hoặc tôi đã nhận được sự phê duyệt của bác sĩ.
4. Tôi đồng ý tuân theo tất cả các hướng dẫn an toàn và hướng dẫn do nhân viên cung cấp.
5. Tôi sẽ ngay lập tức thông báo cho nhân viên về bất kỳ cơn đau, khó chịu hoặc triệu chứng bất thường nào trong quá trình tập luyện.
6. Tôi miễn trách nhiệm và bảo vệ cơ sở, chủ sở hữu, nhân viên và huấn luyện viên khỏi bất kỳ yêu cầu, thiệt hại hoặc trách nhiệm nào phát sinh từ sự tham gia của tôi.
7. Tôi hiểu rằng phiếu này áp dụng cho tất cả các lần thăm và hoạt động tại cơ sở này.

Tôi tự nguyện chấp nhận tất cả các rủi ro của hoạt động thể chất và miễn trách nhiệm cho cơ sở.

Tôi đã đọc và đồng ý với phiếu từ chối trách nhiệm: \_\_\_\_\_

## Sự đồng ý và Chữ ký

Tôi xác nhận rằng thông tin sức khỏe được cung cấp là chính xác. Tôi đã đọc và hiểu PAR-Q và phiếu từ chối trách nhiệm. Tôi tự nguyện đồng ý tham gia các hoạt động fitness thể chất và chấp nhận tất cả các rủi ro liên quan.

Tôi xác nhận rằng tôi đã đọc và hiểu thông tin trên và tôi cấp sự đồng ý sáng suốt của mình.

Tôi đã đọc và hiểu thông tin trên: \_\_\_\_\_

Chữ ký

Ngày

Họ và tên

Ngày \*

MM / DD / YYYY

**Biểu mẫu này được cung cấp miễn phí bởi Consentify**

Consentify chuyển đổi các biểu mẫu như thế này thành sự đồng ý kỹ thuật số mà khách hàng của bạn ký trên điện thoại của riêng họ bằng mã QR — với các tệp PDF tự động, cờ chống chỉ định và lưu trữ được mã hóa. Gói miễn phí có sẵn tại <https://getconsentify.com>.

Chỉ là mẫu. Hãy xem xét với chuyên gia có giấy phép hoặc tư vấn pháp lý của riêng bạn trước khi sử dụng; yêu cầu khác nhau tùy theo khu vực pháp lý và phương pháp tập luyện.