



Lupa osallistua ARTFIT POLE STUDIOON järjestämiin tankoakrobatia-ryhmätunteihin sekä esityksiin alaikäiselle lapselle:

Poikani / tyttäreni / huollettavani _____ (syntynyt ___ / ___ / _____, ikä ___ vuotta) saa minun vastuullani osallistua Artfit Studio Tmi järjestämiin ohjattuihin tunteihin sekä esityksiin ja tapahtumiin.

LUE NÄMÄ OHJEET TARKASTI JA KESKUSTELE NIISTÄ LAPSESI KANSSA:

1. VASTUU HARJOITTELUSTA TANGOLLA

Jokainen osallistuu harjoituksiin omalla vastuulla, tunnin ohjaaja tai ARTFIT Studio Tmi ei vastaa loukkaantumisista harjoituksessa. Harjoittelija/ huoltaja vastaa itse asianmukaisesta vakuutuksesta, joka kattaa liikuntasuorituksesta aiheutuneiden vammojen hoidon, tai liikuntasuorituksessa tapahtuneen tapaturman aiheuttaneen vahingon harjoittelijalle.

2. TURVALLISUUS

ARTFIT Studio vastaa harjoitteluvälineiden asianmukaisesta kunnosta ja turvallisuudesta, mutta harjoittelijalla itsellään on vastuu omasta terveydestään liikkeitä suoritettaessa. Kuuntelemalla ohjaajan antamia ohjeita, tekemällä harjoitteet ohjeiden mukaan, ja kuuntelemalla omaa kehoaan, harjoittelu on turvallista. Keskittyminen ja riittävä vireystila ovat olennaisimmat tekijät turvalliseen ja hyvään harjoitteluun. Harjoittelijan tulee ilmoittaa ohjaajalle mahdollisista sairauksista, raskaudesta, tai muista seikoista, jotka saattavat vaikuttaa harjoitteluun. Studiolla on käytössä lajiin sopivat turvamatot.

3. SÄÄNNÖT:

- a. Tangolle ei kiivetä ilman ohjaajan lupaa.
- b. Ennen tunnin alkua käden pestään saippualla, huuhdellaan ja kuivataan kunnolla!
- c. Harjoittelu tangolla aloitetaan vasta lämmittelyn ja venyttelyn jälkeen.
- d. Lämmittelyssä voi olla pitkälahkeiset housut ja paita. Liikkeitä suorittaessa lyhyet shortsit ja lyhyt toppi. Ei koruja, ei kelloja, ei purukumia suussa!
- e. Mahdollisista vammoista, sairauksista, lääkityksistä, haavoista on ilmoitettava ohjaajalle etukäteen!
- f. Harjoittelijan on kuunneltava ja noudatettava ohjaajan ohjeita!
- g. Tunnin aikana kännykät pidetään äänettöminä!
- h. Käsivoidetta ja vartalorasvaa ei saa käyttää 24h ennen harjoituskertaa. Vaihtoehtoisesti voi apteekista ostaa rasvatonta vartalovoidetta!
- i. Myös öljyjä sisältävät saippuat tekevät kädet liukkaiksi tangolla ja näin voivat aiheuttaa vaaratilanteita. Älä käytä sellaista saippuaa!
- j. Muistakaa varata tunnille vesipullo, EI LASIMATERIAALIA!
- k. Alkuvaiheessa harjoitusten seurauksena ihoon voi tulla mustelmia. Tämä on täysin normaalia ja ne vähenevät ajan myötä, kunnes iho tottuu tangon kanssa työskentelyyn!





Mahdollinen sairaus / lääkitys (luottamuksellinen tieto):

Huom: muista ilmoittaa aina, jos lapsenne terveydellinen tila muuttuu!

Jokainen harjoittelija suorittaa liikkeitä oman vapaa-ajan vakuutuksensa piirissä.

Alaikäisten kohdalla vastuu on viime kädessä heidän vanhemmillaan.

Lupalappu vapauttaa Artfit Studion Tmi vastuusta.

Lupalappu jää Artfit Studion Tmi arkistoihin, joten kerran täytetty ja toimitettua lupalappua ei tarvitse uudelleen täyttää ja toimittaa. Noudatamme Euroopan parlamentin ja neuvoston asetusta (EU) 2016/679, annettu 27 päivänä huhtikuuta 2016, luonnollisten henkilöiden suojelusta henkilötietojen käsittelyssä sekä näiden tietojen vapaasta liikkuvuudesta ja direktiivin 95/46/EY kumoamisesta (yleinen tietosuoja-asetus) (ETA:n kannalta merkityksellinen teksti).

Artfit Studio Tmi, info@artfit.fi, puh. 040 485 95 59

Alaikäisen asiakkaan huoltajan allekirjoitus ja päivämäärä: _____

Nimen selvennys: _____

Puhelinnumero: _____

