

## Huisregels en voorwaarden Personal Training

Stronger Body: Stronger Mind, trainer Rudy Lentze



**STRONGER** BODY  
MIND

- Veiligheid en gezondheid van zowel de Trainer als Client staat voorop
- Gepaste sportkleding is logisch, neem ook zeker nu een extra handdoek mee en een gevulde bidon.
- De locatie wordt vooraf bepaald.
- Annuleren kan met een geldige reden, dit 24 uur van te voren anders wordt de les in rekening gebracht.
- Trainer acht zich capabel genoeg om de client volwaardig te kunnen begeleiden in het fitnessproces. Bij twijfel over medische klachten zal hij een huisarts of fysiotherapeut inschakelen. Client dient medische klachten te melden, evenals medicijngebruik, als deze de training kunnen belemmeren.
- Trainer mag een training bij twijfel afzeggen.
- Voor en na de training de handen goed wassen en/of desinfecterend middel gebruiken
- Tijdens de training houden wij zoveel mogelijk 1,5 meter afstand
- We schudden geen handen of geven een high five
- Probeer zoveel mogelijk eigen fitnessmateriaal mee te nemen.
- Fitnessmateriaal wordt zorgvuldig schoongemaakt.
- Hoesten en/of niezen in de elleboog
- Gebruik van mondkapje is optioneel.
- Bij griep of luchtwegklachten gaat de training niet door.
- Tot slot: altijd 100% geven tijdens de training.