

Algemene Voorwaarden

Definities

De Klant: de natuurlijke persoon die WillekeKremer tegen betaling inhuurt voor advies en begeleiding van een programma voor training, en/of voeding, en/of leefstijl en/of Yin Yoga

De Personal Trainer en Leefstijlcoach: de natuurlijke persoon die opgeleid is om klanten tegen betaling te begeleiden bij een programma voor training, en/of voeding, en/of leefstijl.

Personal training en Leefstijlcoaching: personal training en coaching is een betaald programma met elementen van training, en/of voeding, en/of leefstijl waarin een personal trainer een klant begeleidt om zijn of haar persoonlijke doelen te realiseren.

De Yin Yoga docente: de natuurlijke persoon die opgeleid is om Yin Yoga lessen tegen betaling aan te bieden.

Yin Yoga: een yogastijl waarin diepe ontspanning, mindfulness, mobiliteit en soepelheid van bindweefsel (ligamenten, pezen gewrichten en myofascia en fascia) en stimulatie van levensenergie samenkomen.

Artikel 1: over personal training en de mogelijke risico's

- a) Personal training is een programma met elementen van training, voeding en leefstijl waarin in veel gevallen een component van fysieke inspanning aanwezig is.
- b) Jij als klant bepaalt altijd zelf in welke mate jij een fysieke inspanning wilt aangaan of wilt beëindigen.
- c) Jij geeft hierbij aan altijd zelf verantwoordelijk te zijn voor jouw eigen inspanningen, zowel qua training als qua voeding of leefstijl.
- d) Je bent je ervan bewust dat je bij iedere inspanning, waar en van welke aard dan ook, risico's loopt. Je neemt deze risico's in volle bewustzijn.

Artikel 2: over Yin Yoga en de mogelijke risico's

- a) Yin Yoga is een yogastijl waarin componenten van fysieke inspanning aanwezig is, en waarin we langdurig (1 tot 8 minuten) in één houding verkeren.
- b) Jij als deelnemer bepaalt altijd zelf in welke mate jij een fysieke inspanning wilt aangaan of wilt beëindigen. Je bent je er van bewust dat jij je grenzen dient te respecteren.
- c) Jij geeft hierbij aan altijd zelf verantwoordelijk te zijn voor jouw eigen lichaam.
- d) Je bent je ervan bewust dat je bij iedere inspanning, waar en van welke aard dan ook, risico's loopt. Je neemt deze risico's in volle bewustzijn.

Artikel 3: aard van de overeenkomst

- a) Je hebt een overeenkomst afgesloten met Personal Trainer, Leefstijlcoach en Yin Yoga docente Willeke Kremer van Praktijk WillekeKremer. Willeke Kremer is zelfstandig ondernemer.
- b) De aard van deze overeenkomst is dat jij Willeke Kremer opdracht geeft voor het geven van adviezen en het samenstellen van jouw programma op gebied van training, voeding en leefstijl, het begeleiden van dit programma en of het volgen van Yin Yoga lessen personal, in de groep of online.
- c) De Personal Trainer, Leefstijlcoach en Yin Yoga docente waarmee je deze overeenkomst aangaat, voert haar werkzaamheden onder eigen verantwoordelijkheid uit.

Artikel 4: aansprakelijkheid Personal Training

- a) Het is bij je bekend dat jij je hebt ingeschreven voor een programma met inspannende fysieke activiteiten, met inbegrip van, maar niet beperkt tot gewichtheffen, wandelen, boksen, yoga en het gebruik van diverse conditie- en trainingsapparatuur en -installaties die zijn ontworpen, aangeboden, aanbevolen en/of gecontroleerd door de Personal Trainer.
- b) Je bevestigt hierbij dat je in een goede lichamelijke conditie verkeert en dat je niet aan een aandoening lijdt die jouw deelname aan dit programma zou beperken.
- c) Met het oog op jouw deelname aan het programma, onthef je hierbij de Personal Trainer van alle claims, eisen of vorderingen die voortvloeien uit jouw deelname aan het programma of uit elk gebruik van de conditie- en trainingsapparatuur en -installaties.
- d) Het is voor jou duidelijk dat je eventueel letsel kunt oplopen naar aanleiding van jou deelname aan het programma en onthef hierbij de Personal Trainer van elke aansprakelijkheid, nu of in de toekomst, met inbegrip van, maar niet beperkt tot medische onkosten, verloren inkomsten, pijn en lijden die kunnen ontstaan door hartinfarcten, spierverrekkingen of -scheuren, breuken, kuitbeenbreuken, warmtestuwing, letsels aan de knie/onderrug/voet en andere ziekten, ongemakken of letsels, ongeacht de manier waarop ze zijn veroorzaakt, tijdens of na jouw deelname aan het programma of het gebruik van de conditie- en trainingsapparatuur en -installaties, ongeacht de fout.
- e) Indien je een trainingstest laat uitvoeren door de personal trainer, dan vindt dit plaats onder jouw eigen verantwoordelijkheid en keuze. De intensiteit van de training wordt aangepast in de loop van de evaluatie. Je kunt de test op elk ogenblik stoppen bij tekenen van vermoeidheid, veranderingen in jouw hartslag en/of bloeddruk. Het is mogelijk dat er bepaalde veranderingen optreden tijdens de test. Deze omvatten abnormale bloeddruk, flauwvallen, onregelmatig, snel of langzaam hartritme en, in uitzonderlijke gevallen, hartaanval, beroerte of overlijden. Je begrijpt dat elke inspanning zal worden geleverd om deze risico's te minimaliseren door het evalueren van de voorafgaande informatie met betrekking tot je gezondheid en fitheid en door het observeren tijdens het testen.
- f) Je begrijpt dat de informatie die je hebt over jouw gezondheidsstatus of eerdere ervaringen met ongewone gewaarwordingen bij fysieke inspanningen, de veiligheid en waarde van jouw trainingstest kan beïnvloeden.

- g) Je erkent dat het onmiddellijk melden van ongewone gewaarwordingen tijdens de trainingstest zelf bijzonder belangrijk is en dat je verantwoordelijk bent om dergelijke informatie volledig bekend te maken, ongeacht of dit door de Personal Trainer die de test uitvoert wordt gevraagd.
- h) De Personal Trainer verklaart uiterst zorgvuldig met jouw persoonlijke gegevens om te gaan.

Artikel 5: aansprakelijkheid Yin Yoga en coaching

- a) Je bevestigt hierbij dat je in een goede lichamelijke conditie verkeert en dat je in staat bent coaching en Yin Yoga lessen te volgen.
- b) Je belooft dat je de Coach en Yin Yoga docente op de hoogte brengt wanneer er verandering is in je lichamelijke gesteldheid.
- c) Met het oog op jouw deelname aan de Coaching en/of Yin Yoga lessen, onthef je hierbij de Coach en Yin Yoga docente van alle claims, eisen of vorderingen die voortvloeien uit jouw deelname aan Yin Yoga.
- d) Deelname aan de Yin Yoga lessen van WillekeKremer is geheel voor eigen risico.
- e) De Coach en Yin Yoga docente is niet verantwoordelijk voor, en kan niet aansprakelijk gesteld worden voor schade en/of verlies en/of diefstal van eigendommen van jou en/of mededeelnemers, nog voor enigerlei vorm van lichamelijk letsel voor, tijdens of na de Yin Yoga les. De deelnemer neemt hierin eigen verantwoordelijkheid voor zijn/haar eigen lichaam en de grenzen die het lichaam aangeeft
- f) De Yin Yoga docente verklaart uiterst zorgvuldig met jouw persoonlijke gegevens om te gaan.

Artikel 6: overdraagbaarheid, en betalingen Personal Training, Leefstijl coaching en Yin Yoga

- a) Je gaat ermee akkoord dat deze overeenkomst niet overdraagbaar of toewijsbaar is en dus persoonsgebonden.
- b) Betalingen die zijn gedaan worden niet gerestitueerd.
- c) Je begrijpt dat deze overeenkomst en de voorwaarden die het bevat, geldt voor de aankoop van sessies en elke andere aankoop van diensten in de toekomst.
- d) Je erkent dat de specifieke ontheffing van aansprakelijkheid, goedkeuring en instemming van deze overeenkomst onbeperkt geldig blijft.
- e) Er wordt geen terugbetaling verleend voor trainingen/sessies/lessen die niet werden voltooid.
- f) Je begrijpt dat de Personal Trainer het recht en de bevoegdheid heeft om het programma op elk ogenblik te beëindigen zonder enige terugbetaling als je het programma niet volgt of jij je niet op een gepaste manier gedraagt.
- g) Annulering van een geboekte training/sessie/les kan gratis tot 2 uur voor aanvang van de les. Wordt de les geannuleerd binnen 2 uur voor aanvang van de les dan wordt de credit afgeschreven.

Artikel 9: annuleringen of te laat komen Personal Training en Leefstijlcoaching

- a) Personal training sessies en afspraak Leefstijlcoaching die zijn gereserveerd zijn bindend. Eventuele annuleringen moeten binnen 2 uur vooraf worden gemeld.
- b) Annuleringen moeten worden gemaakt per telefoon, sms- of app bericht gericht aan de Personal Trainer/Coach.
- c) Je begrijpt dat je geen terugbetaling ontvangt voor gemiste afspraken. Het is jouw verantwoordelijkheid om jouw personal trainingsafspraken bij te wonen zoals ze zijn gepland.
- d) De afspraken dienen op het geplande tijdstip en plaats te beginnen en eindigen.
- e) Je erkent dat vertragingen bij het starten van een geplande afspraak geen reden zullen zijn om de geleverde service uit te breiden buiten de resterende duur van de geplande tijd.
- f) Je begrijpt dat jouw training zal worden geannuleerd indien je meer dan 15 minuten te laat bent en dat deze training volledig zal moeten worden voldaan. Het is aan de Personal Trainer om hierop eventueel uitzonderingen te maken.
- g) Je begrijpt dat er geen halve trainingen kunnen zijn vanwege enige vertragingen. Doorgaans zal de Personal Trainer echter flexibel omgaan met dergelijke situaties.

Artikel 10: geldigheid en recht

- a) Deze leveringsvoorwaarden gaan in bij het aangaan van de overeenkomst.
- b) Op deze leveringsvoorwaarden is Nederlands recht van toepassing.