

STUDIO-ORDNUNG ASS Fit & Well

Allgemeine Geschäftsbedingungen und Hausordnung

1. Vor Beginn des Trainings in die Anwesenheitsliste eintragen.
2. Die Trainingsflächen nur mit sauberen Schuhen und frischen Sportkleidern betreten. Ein Handtuch für die Sitzflächen benutzen.
3. **Hör auf dein Herz** - Aus gesundheitlichen Gründen ist beim Herzkreislauftraining das Tragen eines Pulsmessers obligatorisch.
Pulsbänder können bei uns gekauft werden. Pulsmesser stellen wir gereinigt zur Verfügung.
4. Längere Diskussionen, Gespräche und Vorträge bitte an der Bar abhalten.
5. **Handyverbot** – Konzentriere dich auf dein Training. Fotografieren und telefonieren in unserem Studio ist verboten!
6. Esswaren werden ausschliesslich an der Bar konsumiert.
Trinke genug während dem Training - Dein Kreislauf dankt es dir!
Das Auffüllen der Trinkflasche übernehmen wir gerne an der Bar.
7. Gewichtsscheiben, Hanteln und diverses Equipment bitte wieder verräumen.
8. Nach dem Duschen in der Nasszone abtrocknen (Rutschgefahr).
9. Das ASS Fit & Well schliesst jegliche Haftung für Schäden des Mitglieds aus, welche auf Grobfahrlässigkeiten zurückzuführen sind oder wenn sich ein Mitglied nicht an die Anweisungen der Angestellten / des Reglements hält.
10. Im Sommer und an Feiertagen kann es zu Abweichungen der Öffnungszeiten kommen. (Allfällige Betriebsferien sind im Preis berücksichtigt.)

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag	08.00 – 21.00 Uhr
Samstag und Sonntag	09.00 – 14.00 Uhr

11. **Bezahlung:**
 - Bei Einzel-, 10er-, Rücken- und Solarium-Abo's wird vor Beginn bezahlt.
 - Jahres-Abo's (inkl. Lebenspartner-Abo) sind innert 30 Tagen zu begleichen
→ (mind. 200.- Anzahlung beim nächsten Training)
 - Sonstige Abo's (inkl. Halbjahres-Abo's) sind innert 30 Tagen zu begleichen.
→ (mind. 200.- Anzahlung beim nächsten Training)
 - Bei Kreditkartenzahlung muss ein Aufpreis von 2% verrechnet werden.
12. Das Haus wird zu deiner Sicherheit videoüberwacht.
13. Mit der Vertragsunterzeichnung bestätigst du unsere **Datenschutzbestimmungen**.

Time – Stop – Reglement

Ein Vertragsunterbruch ab 4 Wochen ist möglich wenn:

- Ein Ausbildungsaufenthalt angetreten wird, der durch den Arbeitgeber verlangt wird (**Bestätigung des Arbeitgebers**).
- Eine medizinische Indikation oder Schwangerschaft vorliegt.
- Ein **Arztzeugnis** vorliegt, welches Trainingsunfähigkeit durch **Unfall** oder **Krankheit ausweist**. (Wird am bestehendem Abo angerechnet.)
- Ein Militär- oder Zivilschutzdienst (Dienstpflicht ist durch die Kopie des Aufgebots zu belegen).

Die Abwesenheit kann beim Abschluss eines Folgeabos angerechnet werden.
Eine Übertragung des Abo's auf ein anderes Mitglied ist möglich (Bedingung: minus 2 Monate oder CHF 200.00 nach Absprache).
Rückzahlung des Abonnements ist ausgeschlossen.

Betreuungsdienstleistungen

Im Abonnement inbegriffen

- Einführungsgespräch, in dem deine gesundheitliche Konstitution abgeklärt wird und deine Ziele besprochen werden.
- Ein auf dich zugeschnittenes individuelles Trainingsprogramm mit einer genauen Instruktion. Du bekommst einen ausgefüllten Trainingsplan mit sämtlichen Grundeinstellungen der Geräte und Übungen.
- Ermittlung deiner körperlichen Leistungsfähigkeit im Bereich Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit. Bei Bedarf wird nach 3-4 Monaten nachkontrolliert, wie stark sich die körperliche Leistung verändert hat. Das Trainingsprogramm wird dementsprechend angepasst.
- Im Fitnessraum befindet sich immer ein/e Mitarbeiter/in. Die ständige Überwachung deines Trainings wird somit gewährleistet.

