

# PROTECT YOURSELF

## SELF DEFENSE TRAINING & COACHING



### Inschrijfformulier Volwassenen Vanaf 16 jaar

#### Gegevens

Voor- en achternaam : .....

Straat + huisnummer : .....

Postcode + woonplaats : .....

Geboortedatum : .....

Telefoonnummer : 06- .....

E-mailadres : .....

IBAN-nummer : .....

Naam rekeninghouder : .....

Telefoonnummer (partner, familielid/vriend(in))voor in geval van nood of calamiteit : 06- .....

#### Abonnementvormen

| Volwassenen vanaf 16 jaar |                |         |                   |         |
|---------------------------|----------------|---------|-------------------|---------|
| Abonnementvorm            | 1 les per week | Keuze * | Onbeperkt trainen | Keuze * |
| Maand                     | € 37,95        |         | € 47,95           |         |

\* Kruis jouw gewenste abonnementsvorm aan

Datum

Plaats

Handtekening machtiginggever

Incassant ID/SEPA-machtiging. Door ondertekening van dit formulier geeft u Protect Yourself toestemming doorlopende incasso-opdrachten te sturen naar uw bank om een bedrag van uw rekening af te schrijven wegens contributie en/of afgenomen diensten, akkoord te gaan met de algemene voorwaarden en zich te houden aan de op de achterzijde van dit formulier vermelde spel- en huisregels.

Abonnementen zijn maandelijks opzegbaar. Na opzegging vóór de 1<sup>e</sup> van de maand, loopt het abonnement betreffende maand nog door. Bijv. Heb je vóór 1 april opgezegd, loopt je lidmaatschap t/m 30 april.

## **Spel- en huisregels**

- De contributie wordt tussen de 5<sup>e</sup> en 10<sup>e</sup> van de maand afgeschreven voor de lopende maand. Zorg dat er altijd voldoende saldo op de rekening staat. Als het bedrag niet kan worden geïncasseerd, krijgt Protect Yourself hiervoor een boete van de bank. Deze boete wordt doorberekend bij de volgende incasso.
- Je bent ruim van tevoren aanwezig voor de lessen.
- Je begint schoon en fris aan de les. **Schone kleding, handen en voeten!**
- Iedereen wacht netjes en rustig in de kleedruimte tot de instructeur de groep komt halen. Is er geen wachtruimte, wacht je zónder geluid te maken in de zaal tot jouw les begint.
- Sieraden zijn uit of af! Lukt het bijvoorbeeld niet om pas geplaatste oorbellen uit te doen, dienen deze vóór het begin van de les te zijn afgeplakt.
- Lange haren dienen in een staart, vlecht of knot te worden gedragen
- Indien schoenen worden gedragen, zijn dit niet-afgevendende zaalschoenen
- Ouders geven het goede voorbeeld door niet te roken in (de buurt van) de sportlocatie
- Telefoons van deelnemers én bezoekers worden uitgeschakeld óf op stil gezet vóór de lessen. Moet je tóch bereikbaar zijn, bespreek je dit met de instructeur.
- Filmen of fotograferen tijdens de lessen door leden of bezoekers dient te worden overlegd met de instructeur. Het gemaakte beeldmateriaal mag niet zonder voorafgaande toestemming van Protect Yourself worden geplaatst op internet, social media óf worden verspreid als instructiemateriaal.
- Discriminatie, pesterijen en misdragingen worden niet getolereerd. Instructeurs kunnen, op grond hiervan, leden of bezoekers de toegang tot de lessen ontzeggen.
- In verband met de veiligheid wordt de zaal alleen verlaten na toestemming van de instructeur.
- Vanaf de tienerlessen Krav Maga is het dragen van kruis- en gebitsbescherming verplicht.
- Tijdens lessen Kickboksen is het dragen van bokshandschoenen, scheenbeschermers en kruis- en gebitsbescherming verplicht.
- In verband met veiligheid dienen instructies van de instructeur altijd te worden opgevolgd.
- Drinken (en in uitzonderlijke gevallen eten) gebeurt alleen op aanwijzing en na toestemming van de instructeur.
- Deelname aan de lessen van Protect Yourself is volledig voor eigen risico
- Het is deelnemers en bezoekers niet toegestaan de geleerde technieken te onderwijzen aan derden.
- Het is deelnemers en bezoekers niet toegestaan om geleerde technieken toe te passen zonder dat hiertoe aanleiding is.

Protect Yourself is op geen enkele wijze aansprakelijk voor schade, kosten, blessures, ongelukken of ongemakken welke zijn ontstaan door het niet opvolgen van de bovengenoemde huisregels.