

ANALIZA SKŁADU CIAŁA

REGULAMIN BADANIA

1. Analizę składu ciała może wykonać klubowicz Fitness Academy (posiadacz karty klubowej, karty Multisport, BeActive lub Mylife) lub każda osoba będąca w trakcie realizacji pierwszego darmowego treningu w wybranym klubie Fitness Academy, w którym dostępne jest urządzenie pomiarowe.
2. Badanie na urządzeniu pomiarowym wykonuje trener znajdujący się na sali ćwiczeń w klubie.
3. Osoba poddająca się badaniu powinna posiadać strój sportowy oraz zmienne obuwie sportowe. (Badana osoba wchodzi na urządzenie pomiarowe boso).
4. Badanie wykonane może zostać jedynie przed przystąpieniem do treningu .
5. Trener może odmówić wykonania pomiaru osobie, która nie spełnia warunków z pkt. 1- 5.
6. Aby wyniki badania były wiarygodne, osoba badana powinna przestrzegać poniższych warunków:
 - ✓ wykonaj pomiar 2-3 godziny po ostatnim posiłku, poranne badanie wykonaj na czczo,
 - ✓ unikaj intensywnego wysiłku fizycznego do 12 godzin przed pomiarem,
 - ✓ unikaj spożywania alkoholu do 12 godzin przed pomiarem,
 - ✓ unikaj nadmiernego jedzenia i picia na dzień przed pomiarem,
 - ✓ do badania powinno przystąpić się z opróżnionym pęcherzem moczowym,
 - ✓ unikaj pomiarów w trakcie menstruacji (w przypadku kobiet),
 - ✓ osoby z wbudowanym rozrusznikiem serca nie powinny wykonywać badania,
 - ✓ badanie powinno być wykonywane bez biżuterii oraz metalowych elementów stroju,
 - ✓ jeżeli jest to możliwe wykonuj pomiar zawsze o tej samej godzinie (porze dnia), zachowując jednocześnie wszystkie wspomniane powyżej warunki,
 - ✓ upewnij się, że platforma została wyczyszczona środkiem służącym do dezynfekcji.
7. Analiza i interpretacja wyników (przygotowywanie planów ćwiczeń w oparciu o wyniki) wykonana w klubach Fitness Academy realizowana jest przez profesjonalistę.
8. Administratorem wyników badań jest Fitness Academy Sp. z o.o. SKA.
9. Uczestnictwo w badaniu równoznaczne jest z akceptacją powyższego regulaminu.

Zapraszamy!