

メディカルクリアランスのためのフォーム: LES MILLS GRIT / LES MILLS SPRINT / BODYCOMBAT

[当書面はイニシャルモジュールトレーニング (IMT) 申し込み時に PDF にてレズミルズジャパン 宛に送付、また IMT 当日にご持参ください。全 3 ページをご提出されるようご確認ください]

レズミルズジャパン合同会社(LES MILLS) 主催の LES MILLS GRIT、LES MILLS SPRINT、BODYCOMBAT (「妊娠時高リスクプログラム」) のイニシャルモジュールトレーニングへの参加にご興味をお持ちいただき、ありがとうございます。

「妊娠時高リスクプログラム」のトレーニングおよび/またはアセスメント期間とご自身の妊娠期間が重なるようですので、本用紙の提出をお願いしています。

「妊娠時高リスクプログラム」のインストラクターになるために日々努力いただいていると思います。しかしながら、妊娠中の「妊娠時高リスクプログラム」への参加については、以下の理由からお勧めしてないことをご理解ください

LES MILLS GRIT / LES MILLS SPRINT

LES MILLS GRIT 及び LES MILLS SPRINT プログラムは、高強度インターバルトレーニングの効果が得られるよう設計され、インターバルは最大心拍数 85%以上に達するよう開発されています。

インストラクターにはプログラム特有の激しい動きを体現していただくことで、参加者に「真」のプログラム体験をしていただきます。

ガイドラインでは妊娠期間中は運動強度を下げることを推奨しているため、これらのプログラムは妊娠中のインストラクターにとって特にリスクが高いと思われます。

BODYCOMBAT

BODYCOMBAT は、サイドキックや回し蹴りなど幅広い動きを含む、格闘技を基にしたプログラムです。ワークアウトを指導するためには、インストラクターにはこのような動きを体現し、参加者に「真」のプログラム体験をしていただきます。

妊娠期間中には骨盤が不安定になることがあるため、これらの動作は妊娠中のインストラクターにとってリスクが高くなっています。

妊娠期間中のいずれの段階でも、「妊娠時高リスクプログラム」への参加はお勧めしておりません。(プログラムのイニシャルモジュールトレーニングでも、アセスメントへの参加であっても)。

「妊娠時高リスクプログラム」のイニシャルモジュールトレーニングおよびアセスメントに参加するためには、この「メディカルクリアランスのためのフォーム」を記入し医師の承認を得られた場合に限りです(あなたご自身と医師の双方が記入する必要があります)。ご希望のイニシャルモジュールトレーニング開催日の最低 16 日前までにこのフォームを提出してください。イニシャルモジュールトレーニング参加の承認を医師から得られた場合、ご自身のアセスメントに先立ち再度健康診断書提出を求める権利を当方が留保します事をご了承ください。アセスメントおよび認定のプロセスには、イニシャルモジュールトレーニング開催日から約 60~90 日かかる場合があります。

患者情報 (患者本人が記入) :

氏名 : _____

電話 : _____

住所 : _____

Eメール : _____

ご希望の ITM (プログラム/日付/場所) : _____

医師イニシャル ____ / 患者イニシャル ____

免責に関する同意

注意事項：当イニシャルモジュールトレーニング（IMT）は実技と理論の両方の要素を含んでおり、フィットネスクラスの経験があり、心身共に良好かつ健康な参加者を対象に構成されています。妊娠中の人または心身において何らかの不調がある方は、IMTへの参加を申し込む前にかかりつけ医に相談し、健康または運動能力に問題の可能性がある場合には参加を控えてください。

私は、以下を理解し、同意します。

危険性についての承知：

- 私は、自己責任において、任意に「妊娠時高リスクプログラム」のイニシャルモジュールトレーニング（IMT）に参加します。
- 私は、IMTに参加することにより、私自身（または生まれてくる子供）に人身傷害（死亡を含む）の危険に晒されることを理解します。
- 私は、IMTに参加することにより、悪影響を受けるような他の心身的な不調はありません。
- 私は、IMTに参加することにより生じる傷害、損失、または損害（本人、生まれてくる子供、およびその所有物に対するものも含む）について一切の責任を負います。
- 私は、IMT中に LES MILLS（またはその指定する者）から受ける妥当で明確な指示に従うことに同意します。

免責:

「免責対象者」とは、LES MILLS、Les Mills International Limited、ならびに Les Mills グループに属する会社、およびそれらの取締役、役員、株主、従業員、下請事業者、スポンサーならびにプレゼンター、およびイベントの本人以外の参加者を意味します。

- 私は、免責対象者を、当イニシャルモジュールトレーニング（IMT）への参加または実演撮影の使用に関連する傷害（死亡も含む）、損失、損害、請求（過失によるものを含む）、およびその他の責任（総称して以下「請求等」といいます）について免責します。
- 私は、かかる請求等について、免責対象者に対し賠償請求またはその他法手続きを行いません。

実演撮影：私は、LES MILLS、Les Mills International Limited（以下「LMI」といいます）、ならびに LMI の支配下にあるすべてのグループ会社（総称して以下「LES MILLS グループ」といいます）、およびそれらの授権者（ライセンサーを含む）に対し、以下のことを行う取消不能、譲渡可能、無制限でロイヤルティ無しの全世界における永久的権利を付与します。

- ITM 中における私の録音・録画および写真撮影（以下「実演撮影」といいます）。
- 私の氏名、声、肖像（実演撮影またはその二次的著作物に含まれるもの）を LES MILLS グループに所属する会社の事業（LES MILLS、または LMI のエクササイズ関係商品・サービス、およびそれらに関連するマーケティングならびに販促資料を含みます）に関連して、その方法または媒体を問わず（印刷物、テレビ、映画、デジタル媒体、およびインターネットを含む、既存のものか将来開発されるものかを問わない）、無償での使用。

権利の帰属：LES MILLS および LMI は実演撮影（およびその二次的著作物）に関するすべての著作権およびその他の知的財産権を有します（これには、日本の著作権法第 27 条および第 28 条に規定の権利も含まれます）。かかる権利が LES MILLS および LMI に帰属せず、またはそれらに対し譲渡不能な範囲において（例：著作者人格権）、私は、これらの権利を一切行使しないことに同意します。私は、本項に記載の権利について、報酬または支払いの請求を一切しません。

個人情報：私は、LES MILLS が、私の個人情報を <https://www.lesmills.com/jp/privacy-policy/> にて閲覧可能な「レズミルズ個人情報保護方針」に従い使用することを同意します。これには、当イベントにおける私の結果を所属クラブと共有することを含みます。

患者署名 : _____

日付 : _____

医師イニシャル ____ / 患者イニシャル ____

医師による承認 (患者の担当医師が記入):

_____ (最後に健康診断を行った日付) に健康診断を行いました。

この患者が妊娠期間中において_____ (日付を記入)までは「妊娠時高リスクプログラム」のイニシャルモジュールトレーニング (IMT) に完全に参加することを許可いたします。

[] (チェックマークを記入) LES MILLS GRIT 及び LES MILLS SPRINT (高強度インターバルトレーニング効果を達成する活動及び心拍数が最大心拍数 85%を超える活動などへの参加を含む)。

[] (チェックマークを記入) BODYCOMBAT (サイドキックや回し蹴りなど幅広い動作を伴う活動への参加を含む) (かつ妊娠中の骨盤不安定性の発症を考慮しました)。

医師氏名 : _____

診療所名 : _____

電話 : _____

住所 : _____

Eメール : _____

医師署名 : _____ 印

日付 : _____

医師イニシャル ____ / 患者イニシャル ____