

1|【免責聲明同意書】

參加者姓名：_____ 參加者電話：_____

初次參加由 Afresh Yoga Co. Ltd (下稱“Afresh”) 舉辦的課堂 (包括但不限於瑜伽課堂、空中瑜伽課堂、健體課堂、泰拳課程、舞蹈課程及任何工作坊)，必須細閱以下條款並簽署本免責聲明同意書 (下稱“本同意書”)，方能參加 Afresh 舉辦的課堂。

1. 進行任何運動均存在可能受傷的風險，因此參加者參與 Afresh 舉辦的課堂並於參與期間進行任何運動，即表示參加者同意且願意自己承擔其可能因為運動而導致受傷或死亡的風險。在此 Afresh 再次提醒各參加者，請務必於參加課堂前評估自身的體能及身體狀況，如參加者於課堂進行期間受傷 (包括但不限於肌肉扭傷、撕裂、拉傷、骨折、撞傷) 或死亡，在法律允許的範圍內，Afresh、其導師及其職員均不會負上任何責任。
2. 參加者需注意，凡有以下症狀均不適合參加空中瑜伽課堂：正值女性經期不適/懷孕/青光眼/近期接受過任何類型手術/高或低血壓/發作性眩暈/骨質疏鬆症/最近頭部受傷/腕管綜合症/嚴重關節炎/鼻竇炎/腰椎間盤突出症/在六小時內接受肉毒桿菌注射。
3. 參加者如需長期服用藥物(例如哮喘藥、抗高血壓藥、糖尿藥等)或屬長期病患者(例如心臟病患者、中風、高血壓患者等)，請先徵詢醫生的意見，是否適合參加 Afresh 舉辦的課堂。
4. Afresh 強烈建議參加者於參加任何由 Afresh 舉辦的課堂前，徵詢醫生的意見以確保其身體狀況適合參加該課堂。
5. Afresh 強烈建議參加者於參加任何由 Afresh 舉辦的課堂前，因應個人需要和身體狀況自行購買適合自己的保險。
6. 課堂開始前，參加者有責任主動告知導師身體是否有特殊情況，包括但不限於：有傷患情況、女性經期、懷孕、身體較容易出現肌肉疼痛、瘀傷等身體特殊情況。如參加者在隱瞞或遺漏告知導師身體狀況的情況下於課堂進行期間受傷 (包括但不限於肌肉扭傷、撕裂、拉傷、骨折、撞傷) 或死亡，在法律允許的範圍內，Afresh 及其導師均不需負上任何責任。
7. 參加者於課堂進行時，請留心聽從導師指示，不應使用手提電話或進行其他活動。如參加者因不按導師指示或擅自使用工具而引致受傷(包括但不限於肌肉扭傷、撕裂、拉傷、骨折、撞傷) 或死亡，在法律允許的範圍內，Afresh 及其導師均不需負上任何責任。
8. Afresh 所舉辦的空中瑜伽、高溫瑜伽、溫暖瑜伽、泰拳課堂、高強度間歇訓練課堂 (HIIT)、高空彈跳橡筋訓練課堂(Bungee Fit)、瘦身舞蹈等健體課堂屬短時間的高耗能運動或高溫環境下運動。參加者有責任於參加這類型運動前，評估自身狀況或諮詢醫生身體狀況是否適合繼續參加。

轉下頁

2 | 【免責聲明同意書】

9. 參加所有課堂時，請參加者量力而為，切勿做出超過自身體能負荷的動作。如有不適，請立刻停止並休息。
10. Afresh 呼籲各參加者注意個人財物安全，請各位妥善保管個人財物。如有任何財物遺失、偷竊、損壞物品等情況，Afresh、其導師及其職員均不負責。
11. Afresh 有權修改本同意書的條款。如有任何爭議，Afresh 保留最終決定權。
12. 除參加者、Afresh、Afresh 的導師及職員外，任何其他人士均無權根據《合約(第三者權利)條例》(第 623 章)強制執行或享受本條款及細則內任何條款的利益。
13. 本同意書應受香港特別行政區("香港")的法律管限並依香港法律解釋。香港法院對本同意書引起的爭議具有獨有的管轄權。

本人(全名) _____ 謹此聲明，本人已年滿十八歲及已詳細閱讀本同意書，並願意遵守同意書內容及同意以下所列之各點：

- 本人是自願參加 Afresh 舉辦的課堂和願意承擔自身的意外風險及責任。在法律允許的範圍內，本人豁免向 Afresh、其導師或職員對本人在課堂進行期間發生或其引致之自身意外、受傷(包括但不限於肌肉扭傷、撕裂、拉傷、骨折)、死亡或任何形式的損失索償或追討責任。
- 本人聲明本人身體健康及有能力參加由 Afresh 舉辦的課堂，並經由執業醫生確認本人之體能適合參加課堂。在法律允許的範圍內，本人願意賠償 Afresh、其導師或職員，因本人在進行由 Afresh 舉辦的課堂發生或所引致之自身意外、死亡或財物損失的所有索償及追討。
- 本人同意 Afresh 的導師及職員均享有根據《合約(第三者權利)條例》(第 623 章)強制執行本同意書之任何規定或享受其利益的任何權利。
- 本人明白如對自身的身體狀況有懷疑，應於參加任何 Afresh 舉辦的課堂前，徵詢醫生的意見或暫停參加一切 Afresh 舉辦的課堂。
- 本人聲明在報名表格上之資料完整及確實無誤。
- 本人同意本同意書受香港的法律管限並依香港法律解釋。香港法院對本同意書引起的爭議具有獨有的管轄權。

本人 同意 / 不同意 (請將不適用刪去) 導師於課堂進行期間，觸碰本人的身體，協助調整姿勢或式子動作。

參加者簽署： _____ 日期： _____