

# **ALGEMENE VOORWAARDEN – Stressmanagementtraining met IJsbadsessie**

**Versie:** 1.2

**Organisatie:** Bureau Zorgvuldig

**Trainer:** Jelle den Harder

**Email:** weerbaarheid@bureauzorgvuldig.nl

**Training:** Stressmanagementtraining met ijsbad en ademwerk

## **1. Toepasselijkheid**

- 1.1 Deze algemene voorwaarden zijn van toepassing op alle trainingen, workshops, voorbereidingsgesprekken en ijsbadsessies verzorgd door Bureau Zorgvuldig.
- 1.2 Door deelname aan de training verklaart de deelnemer zich akkoord met deze voorwaarden.

## **2. Doel van de training**

- 2.1 De training heeft een educatief en ervaringsgericht karakter en is gericht op stressregulatie, mindset en ademhalingstechnieken.
- 2.2 De training is niet bedoeld als medische behandeling of therapie.

## **3. Gezondheid en eigen verantwoordelijkheid**

- 3.1 Deelname aan het ijsbad en aanverwante activiteiten geschiedt op eigen risico van de deelnemer.
- 3.2 Deelnemers zijn zelf verantwoordelijk voor het inschatten van hun fysieke en mentale belastbaarheid.
- 3.3 Deelnemers zijn verplicht om vooraf eventuele gezondheidsaspecten te melden die relevant kunnen zijn.
- 3.4 De trainer behoudt zich het recht voor een deelnemer niet te laten deelnemen indien nodig voor veiligheid of gezondheid.
- 3.5 Deelnemers dienen alle veiligheidsinstructies van de trainer op te volgen.

## **4. Veiligheid tijdens de training**

- 4.1 Bureau Zorgvuldig hanteert passende veiligheidsprotocollen.
- 4.2 De locatie dient te voldoen aan basisvoorwaarden, zoals voldoende ruimte en ventilatie.
- 4.3 De opdrachtgever dient een contactpersoon aanwezig te hebben tijdens de training.

## **5. Aansprakelijkheid**

- 5.1 Bureau Zorgvuldig en trainer Jelle den Harder zijn niet aansprakelijk voor blessures, gezondheidsproblemen of schade voortkomend uit deelname.
- 5.2 Deelnemers blijven zelf verantwoordelijk voor het nemen van voorzorgsmaatregelen.
- 5.3 Aansprakelijkheid is beperkt tot het bedrag dat door de aansprakelijkheidsverzekering wordt uitgekeerd.

## **6. Medisch handelen & noodsituaties**

Bureau Zorgvuldig en trainer Jelle den Harder verrichten geen medisch handelen en geven geen medische diagnoses of adviezen.

Bij gezondheidsklachten of twijfel wordt deelnemers geadviseerd een arts te raadplegen.

Bij een ongeval of gezondheidsincident wordt altijd 112 gebeld en worden de instructies van hulpdiensten opgevolgd.

De trainer is niet verantwoordelijk voor de uitkomst van medische interventies of nazorg.

## **7. Annulering & verplaatsing**

7.1 De training kan in overleg worden verplaatst bij onvoorziene omstandigheden.

7.2 Indien veiligheid niet kan worden gegarandeerd, kan de training worden aangepast of geannuleerd.

## **8. Gebruik van beeldmateriaal**

8.1 Foto- of video-opnames worden alleen gemaakt met toestemming.

8.2 Materiaal wordt uitsluitend gebruikt met expliciete toestemming van deelnemers.

## **9. Privacy**

Persoons- en gezondheidsinformatie wordt vertrouwelijk behandeld en niet gedeeld met derden, tenzij wettelijk verplicht.

## **10. Klachten en contact**

Klachten kunnen worden ingediend via [weerbaarheid@bureauzorgvuldig.nl](mailto:weerbaarheid@bureauzorgvuldig.nl).

Bureau Zorgvuldig reageert binnen 14 dagen.

## **11. Slotbepaling**

11.1 Op deze voorwaarden is Nederlands recht van toepassing.

11.2 Afwijkingen zijn alleen geldig indien schriftelijk overeengekomen.