



Правила за участие в програмата ЛъкиФит

Уважаеми участници,

Тъй като ЛъкиФит е групова (а не индивидуална) програма, условие за правилното ѝ протичане и постигането на максимален ефект е спазването на следните правила:

- 1** Присъствие на срещата за презентация на програмата **ЛъкиФит**. Тя се провежда в деня на настаняването в **Лъки Банско** (ще получите информация за часа и мястото от служителя на рецепцията).
Изискването за присъствие е задължително както за новите участници, така и за тези, които имат предишен опит с програмата!
- 2** Стриктно спазване на дневния график – часове на хранене, двигателни активности, свободно време.
Моля, информирайте се всеки ден за вида на дейностите и точните часове. Дневният график е на разположение на рецепцията на хотела.
- 3** Стриктно спазване на хранителния режим, определен за съответното направление на програмата.
Не се препоръчва допълнителен прием на храна и напитки.
Изключения се допускат единствено при наличие на доказани медицински противопоказания или при специфични особености на спазвания от даден участник хранителен режим!
- 4** Участие в двигателните активности по програмата – походи, гимнастика, танци.
- 5** Следване на указанията на водача на групата по време на планинските/горските преходи и екскурзиите.
- 6** Ползване на услугата „Безплатно изпиране на дрехите“ само за дрехи, използвани по програмата.
Моля да описвате дрехите за пране в листа за пране, като вписвате техния брой и вид, както и номера на стаята, в която сте настанен/а.
- 7** Своевременно информирание на ръководителя на програмата или на служител от рецепцията при появата на обстоятелство (напр. здравословен проблем или дискомфорт), което може да възпрепятства нормалното участие в заниманията.

Ръководител на програмата ЛъкиФит:
Теодор Кордев