

## 辉盛国际 21 分钟健康活动 规则与条例

于 2019 年 2 月更新

### 通则

1. 辉盛国际 21 分钟健康活动（“活动”）由辉盛国际管理有限公司（“活动所有者”）所有，由其在全球各地开设的酒店（“活动组办方”）依照本规则与条例的有关规定组办，具体规定详见 <https://www.fraserschina.com/21-minutes-of-wellness>（“官方网站”）。
2. 提交申请参与该活动，即表明在线表单中的个人（“参与者”）确认自己同意接受并遵守这些规则与条例。
3. 提交申请，即表明参与者还授权活动组办方、活动所有者以及相关的商业伙伴和代理商可以出于执行和推介该活动及未来类似活动所必需之合理目的收集、使用和披露其个人资料。数据保护政策中阐述了活动所有者使用这类个人资料的意图，可在 <https://www.frasersproperty.com/privacy-policy> 查看或者应要求提供，并且参与者应该阅读和了解。
4. 一旦提交有关资料并且在活动组办方发出确认电邮后，即确认报名。
5. 活动所有者保留将活动及其参与者的任何照片、动画、图像、录音或任何其他记录用于跟该活动或未来任何活动相关的任何商业广告及其他推广宣传用途的权利。
6. 参与者同意：(i) 在注册表单中提供真实、准确、最新且完整的个人资料（“注册资料”）；(ii) 维护并及时更新注册资料以确保这些资料真实、准确、最新且完整。活动所有者及/或活动组办方可以不时地以电邮及/或短信的方式联系参与者。
7. 严禁转让注册报名资格。
8. 活动所有者和活动组办方有权随时对本规则与条例的任何规定进行其认为适当的修改。上述任何条文如有任何含糊不清之处，活动所有者和活动组办方应为唯一有权解释这些条文规定的当事方，而且在解释这些条文规定时，他们可以但没有义务顾及所有涉事参与者的利益。这些条文规定如有任何修订，都将在官方网站上通知参与者。
9. 参与者承认，活动所有者不会承担跟组织该活动有关的任何运营角色。因此，参与者同意，对于跟活动相关的任何损失、损害和人身伤亡，活动所有者无须承担任何责任。
10. 在法律允许的最大范围内，对于跟活动相关的任何损失、损害和人身伤亡，活动所有者及活动组办方无须承担任何责任。
11. 活动所有者及活动组办方保留随时取消或更改活动或其中任何模块的权利，无须事先通知参与者。我们将尽一切合理努力在活动日期之前把变更情况通知活动参与者。对由此造成的任何损失或不便，活动所有者和活动组办方无须承担任何责任。

## 安全与医疗规定

12. 活动组办方保留出于参与者人身安全之考虑随时酌情对活动进行修订的权利，无须事先通知参与者。发生此类情形时，我们将尽一切合理努力在活动日期之前把变更情况通知活动参与者。对由此类变更造成的任何损失或不便，活动组办方无须承担任何责任。
13. 在参与活动期间，所有参与者都必须服从指定的活动安排并遵照安保、交管团队及活动专员的指示。
14. 安全起见，参与者在活动当日须穿着适宜的鞋子和服装。参与者在活动期间不得穿着拖鞋、洞洞鞋以及活动组办方认为不合适的其他鞋履。
15. 建议参与者在报名及参与活动之前先咨询自己的执业医师。
16. 如遇紧急情况，医务人员保留以下权利：
  - a) 在认为参加者不能继续参加活动时取消其参与活动的资格；
  - b) 将任何伤员运送到就近的推荐医院。

## 补偿规定

17. 参与者在签字参加活动时，须保证身体健康而且不存在任何可能会在参与活动期间危及其生命的生理问题。
18. 尽管活动所有者和活动组办方会采取合理的预防措施来确保参与者的人身安全，但参与者知悉参与该活动的相关风险由其自行承担。对于因参与该活动造成的任何人身伤亡或者任何财产损失或损毁，活动所有者和活动组办方无须承担任何责任，但是因活动所有者和活动组办方违背法定谨慎义务而直接造成的此类人身伤亡除外。
19. 鉴于活动所有者和活动组办方允许参与者参与该活动，参与者在参与活动期间若因故意或疏忽对任何个人造成任何损伤（无论致命与否）或者对任何个人的任何财产造成任何损毁或损失，相关参与者须在受到损伤者对活动所有者和活动组办方提起索赔或诉讼时补偿活动所有者和活动组办方遭受的损失并支付相应的成本费用。
20. 12 岁以下的活动参与者须由同为参与者的父母亲或监护人全程陪同和监护。

## 检视体能活动适应能力并了解自身的身体状况

有规律的体育活动既有趣又健康，每天都积极参加体育锻炼的人越来越多。

对大多数人而言，每天参加体育锻炼都很安全。不过，有些人应在积极参加体育锻炼之前先咨询自己的医生。

请回答以下体能活动适应能力问题，如对某些问题的回答是肯定的，请咨询您的医生。

1. 医生是否说过您的心脏功能不太好，只能参加医生推荐的体育活动？
2. 进行体育运动时，您是否会觉得胸部疼痛？
3. 上个月，您未进行体育运动时是否出现过胸部疼痛的情况？
4. 是否出现过因头晕而丧失平衡或失去知觉的情况？
5. 是否存在会因改变您的运动习惯而恶化的骨骼或关节问题？

6. 是否正在服用医生针对血压或心脏问题给您开具的处方药？
7. 是否知道自己存在不能参加体育运动的任何其他因素？