

FOLKARTOWERS  
**CARRERA**<sup>®</sup>  
FITNESS & SPA

TESİS KULLANIM KURAL KİTAPÇIĞI

FOLKARTTOWERS  
**CARRERA**<sup>®</sup>  
FITNESS & SPA

# CARRERA FACILITY RULES

#ESCAPE  
FROM  
ROUTINE

## FOLKART TOWERS CARRERA FITNESS & SPA GENEL KURALLAR VE TESİS KULLANIMI

1. Folkart Towers Carrera Fitness & Spa hafta içi 06:00–23:00, haftasonu 08:00–22:00 saatleri arasında hizmet vermektedir. Sizlere daha iyi hizmet verebilmek için açılış ve kapanış saatlerine riayet etmeniz rica olunur.
2. Üyelik işlemlerinizi sonra resepsiyondaki görevlilerden üyelik kartınızı, 1 adet küçük, 1 adet büyük havlunuzu ve ıslak alanlarda kullanacağınız terliğinizi teslim alınız. Peştemallerimiz soyunma odalarındaki raflardan alabilirsiniz.
3. Teslim aldığınız Carrera Fitness & Spa üyelik kartınızı A Kule Business Center girişindeki Folkart Towers Resepsiyonuna kaydını yaptırınız. Üye kartı olmadan tesise giriş yapılmaz. Kartsız girişlerde resepsiyon görevlisi kimlik sormaya yetkilidir.
4. Üyelerimiz B1 ve B2 katındaki otoparktan tesisimizi kullandığı sürece ücretsiz olarak faydalanabilirler. Diğer amaçlı kullanımlar tespit edildiği takdirde ücrete tabi tutulacaktır.
5. B1 ve B2 katlarındaki bulunan asansör panellerini kullanarak 5. kat Fitness Merkezimize ve 7. kat Spa Merkezimize giriş yapabilirsiniz.
6. LPG'li araçlar güvenlik açısından kapalı otoparka alınmadığından LPG'li araç sahibi üyelerimiz B Kule'deki açık otoparkı kullanabilirler. ( İlgili Madde;

## REGULATION ON FIRE PROTECTION



### BİNALARIN YANGINDAN KORUNMASI HAKKINDA YÖNETMELİK

#### Otoparklar

MADDE 60 (4) LPG veya sıkıştırılmış doğalgaz (CNG) yakıt sistemli araçlar kapalı otoparklara giremez ve alınmaz. )

6. Tesisi kullanacağınız ilk gün için üye danışmanınızdan randevu alınız.

#### Randevusuz gelen üyelerimiz için;

-Spora başlamadan önce santral numaramızı arayarak ölçüm randevusu alınız.

Ölçüm randevusuna gelirken en az 3 saat öncesinden herhangi bir gıda; ayrıca bir gece öncesinden alkol ve sigara tüketmeyiniz.

- Ölçüm sonucunuzla birlikte Fitness Desk'te antrenörlerimizden alet, alan kullanımı, adaptasyon ve ileri seviye çalışma programları hakkında bilgi ve destek alabilirsiniz.

7. Kurallar tüm üyelerimizin rahatı için; uluslararası uygulamalar ve genel hijyen kuralları göz önünde bulundurularak hazırlanmıştır.

8. Spor sağlıklı yaşamın gereği olsa da her birey için uygun olmayabilir. Bu nedenle spor yapabilmemiz için doktorunuzdan onay almanız ve sağlık anketini doldurarak imzalamanız gerekmektedir. Folkart Towers Carrera Fitness & Spa sportif faaliyetten dolayı yaşanacak sağlık problemlerinden sorumlu tutulamaz.

9. Spa merkezimiz hakkında bilgi ve randevu almak için 7. kattaki Spa Resepsiyon görevlilerinden destek alabilirsiniz.
10. Folkart Towers Carrera Fitness & Spa serbest seanslar dâhil olmak üzere tüm programlarında bay ve bayan üyelere aynı gün ve saatlerde hizmet verir. Yetişkin üye programına 13 yaş altı çocuk kabul edilmez. 16 yaşın altındaki üyeler fitness salonu, sauna ve buhar odasına giremezler. Yüzme ve jimnastik eğitim programına 6 ve 13 yaş aralığındaki çocuklar katılabilirler.
11. Resepsiyon görevlilerimiz, gerektiğinde üyenin kimliğini ibraz etmesini talep etmeye yetkilidirler. Bu durumda kişi kimliğini ibraz etmediği takdirde tesisi kullanamaz.
12. Folkart Towers Carrera Fitness & Spa yönetimi tesis içi tadilata gerek gördüğünde, tadilat için kapalı olunacak sürenin duyurusunu tesis girişindeki panoda yazılı olarak üyelerine önceden yapar.
13. Folkart Towers Carrera Fitness & Spa sunduğu spor hizmetlerinin saat, seans, kural ve ücret tarifesinde değişiklik yapma hakkını saklı tutar.
14. Tesise evcil hayvan, dışarıdan yiyecek-içecek, spor ya da oyun amaçlı malzeme getirilemez.
15. Özel dersler üyelik kapsamı dışında olup ayrı ücrete tabidir. Özel ders için rezervasyon yaptırılması ve ücretin önceden ödenmiş olması gerekmektedir. Özel ders uygulaması Folkart Towers Carrera Fitness & Spa tarafından belirlenen saatlerde yapılacak olup, gerektiğinde yürürlükten kaldırılabilir.
16. Tesiste ve tüm seans saatleri içinde izinsiz, çekim yapılamaz.
17. Tesise ruhsatlı dahi olsa silahla girilemez.
18. Spora başlamadan önce alkol tüketmek yasaktır.
19. Tesisin genel hijyen ve temizliğini korumak için Folkart Towers Carrera Fitness & Spa'nın sunduğu hijyenik çözümlere (galoş v.s) uyulması zorunludur.
20. Üyelerimizin; yakını, seyirci, hizmetçi, yardımcı v.s adı altında yanlarında getirecekleri ikinci şahıslar spor alanlarına alınamaz. Carre-ra Cafe'de misafir edilirler.
21. Üyenin ya da yanında getirdiği misafirin tesisin herhangi bir yerine zarar vermesi halinde, tutulacak zapta göre zarar üyeden tazmin edilir.
22. Folkart Towers Carrera Fitness & Spa yönetimi üyenin tesis içinde uğrayacağı fiziksel veya maddi zararlardan sorumlu değildir.
23. Üyeler Folkart Towers Carrera Fitness & Spa hakkında her türlü öneri ve eleştirilerini, e-posta, çağrı merkezi ile ya da misafir ilişkileri departmanına yazarak bildirebilirler.
24. Folkart Towers Carrera Fitness & Spa günün şartlarına göre gerekli gördüğünde, üyelik kurallarını değiştirme, kaldırma ya da yeni kurallar ekleme hakkına sahiptir.
25. Üye, yararlandığı spor branşına göre gerekli spor malzemelerini (şort, mayo, tişört, spor ayakkabısı, spor çorabı, yüzme branşına özgü bone, gözlük, havlu, terlik, vb) yanında bulundurmakla yükümlüdür.
26. Üye, spor eğitmeninden izin almadan spor alet ve ekipmanlarının yerini değiştiremez, izin alarak yerini değiştirdiği spor alet ve ekipmanlarını seans sonunda yerine koymakla yükümlüdür.
27. Kullanıcılar görevli kişilerin uyarılarına uymak zorundadır. Bu uyarılara ve kurallara uymayanlardan tesisi terk etmesi istenecektir, aksi davranışta bulunanların üyelikleri iptal edilecektir.
28. Kullanıcıların, tesis içerisinde ve çevresinde kullandıkları malzemelerde meydana getirecekleri hasardan kendileri sorumludur ve meydana gelecek maddi zararı karşılamakla yükümlüdür.
29. Spor yaparken sorun yaratabilecek bir sağlık problemi olanların kayıt aşamasında ve seansa girmeden önce görevli eğitmenlere durumlarını bildirmeleri gerekmektedir.

30. Tesisi kullanmak üzere misafir olarak gelenlerin tesis içindeki sorumluluğu birlikte geldiği üyeye aittir.
31. Misafir olarak spor yapacak kişilerin resepsiyon yetkilisine bildirilmesi ve belirlenen ücretin ödenmesi zorunludur.
32. Kaçak giriş tespit edildiğinde kayıt tutulması ve cezai işlem uygulanmasında resepsiyon görevlileri yetkilidir ve kurallara uymayan ve/veya zorluk çıkaranların üyelik iptali gerçekleştirilecektir.
33. Tesisimizde belirlenen açık alanlar haricinde kapalı alanlarda sigara içilemez.
34. Folkart Towers Carrera Fitness & Spa önceden haber vermek kaydı ile tesiste etkinlik yapma hakkını saklı tutar.
35. Tesisimizde organizasyon ve/veya etkinlik olması durumunda kullanıma kapalı olan gün ve saatler; duyuru sms ve sosyal medya yolu ile önceden bildirilecektir. Lütfen duyuru panolarımızı takip ediniz.
36. Folkart Towers Carrera Fitness & SPA kullanıcısı bu kullanma taahhütnamesini imzalayarak tüm kuralları peşinen kabul etmiş olmaktadır. İş bu Tesis Kullanım Kuralları Kitapçığı, üye ve Folkart Towers Carrera Fitness & SPA arasında imzalanan üyelik sözleşmesinin ayrılmaz bir parçasıdır. Folkart Towers Carrera Fitness & SPA kullanıcısı kurallara uymadığı takdirde hakkında oluşabilecek hukuki ceza davalarını ve T.C. Mahkemelerinin vereceği kararları itirazsız kabul edip maddi manevi zararları tazmin etmek zorundadır.

# DRESSING ROOMS AND SHOWER USE RULES



## Soyunma Odaları ve Duşların Kullanım Kuralları

1. Ortak kullanım alan kuralları gereği diğer üyelerimizi dikkate alarak 1 ADET DOLAP KULLANMAYA ÖZEN GÖSTERİNİZ. 2 veya daha fazla dolap kullanımı tespit edildiği takdirde ekstra kullanımlar ücrete tabi tutulacaktır. Dolaplarımız şifreli sistemle çalışmaktadır. Üyelerimiz soyunma dolaplarının kullanımı için şifreyi kendileri belirler. Belirlediğiniz rakamı tuşlayıp # tuşuna basarak kilitleyip aynı şekilde kilidi açabilirsiniz. Özel dolap kiralamak isteyen üyelerimiz 5. kat koridorlarda bulunan VIP dolaplar için resepsiyon görevlilerinden bilgi alabilirler. Kullandığınız dolap numarası ve şifrenizi kaydetmenizi öneririz. Dolap numarası veya şifrenizi unutursanız lütfen resepsiyon görevlilerine başvurunuz. (Görevlilerimiz kayıt tutarak sadece 2 dolap açabilirler. Bulunamayan dolaplar tesis kapanış saatine kadar sizin ve diğer üyelerimizin güvenlik ve haklarına saygı gösterilmesi doğrultusunda kapalı kalacaktır. Tesis kapanış saatinde temizlik yapılmak üzere açılan dolaplarda bulunan eşyalar kaydedilerek resepsiyon yetkilisine teslim edilecektir. )
2. Soyunma odalarında bulunan dolaplar, günlük kullanım içindir. Üyeler bu dolapları tesisten ayrılırken boşaltmak zorundadır. Folkart Towers Carrera Fitness & Spa boşaltılmayan kilitle dolapları gün sonunda açmaya yetkilidir. Dolaptan çıkarılan eşyalar Folkart Towers Carrera Fitness & Spa tarafından 30 gün muhafaza edilir ve teslim alınmadığı takdirde hayır kurumuna bağışlanır. Unutulan terlik ve ıslak eşyalar hiçbir şekilde muhafaza edilmeden imha edilir.
3. Hijyen ve güvenlik gereği tüm eşyalar soyunma dolabına yerleştirilmeli (ayakkabı v.s). Hiçbir eşya dolap dışında bırakılmamalıdır.
4. Üyelerin yanlarında değerli eşya getirmemeleri önerilir, soyunma odalarındaki dolaplara bırakılan değerli eşyalardan Folkart Towers Carrera Fitness & Spa sorumlu tutulamaz.

5. Lavabo ve duşlarda kişisel bakım yapılamaz. Ortak kullanım alan kuralları gereği sırada bekleyen diğer üyelerimizi dikkate alarak **DUŞLARI 3 DAKIKADAN UZUN SÜRE KULLANMAMAYA ÖZEN GÖSTERİNİZ.**

6. Resepsiyondan aldığınız 1 adet küçük havluyu spor yaparken, bir adet büyük havluyu duş aldıktan sonra kullanabilirsiniz. Kullandığınız havluları hijyen ve sağlık kuralları açısından lütfen yere atmayınız ve üzerine basmayınız. Kullanım sonunda havluları kirli havlu sepetine atınız.

# SAUNA AND STEAM ROOM RULES OF USE



## Sauna ve Buhar Odası Kullanım Kuralları

1. Açık yara ve cilt hastalıkları, kalp, tansiyon, astım, yüksek şeker ve dolaşım sisteminde rahatsızlığı olan üyelerimiz bu bölümü kullanamaz.
2. Sauna veya hamamı alkollü veya tok karnına kullanmayınız.
3. Sağlık açısından 16 yaş altı üyelerimiz saunayı kullanamazlar.
4. Bu bölümde cep telefonu kullanılamaz ve yüksek sesle konuşulamaz.
5. Saunanın ısı dereceleri uluslararası standartlar göz önüne alınarak 80 ila 85 derece arasında Folkart Towers Carrera Fitness & Spa tarafından sabitlenmiştir ve değiştirilemez.
6. Aşırı su kaybı nedeniyle, metabolizmanın zarar görmemesi için: Saunayı tavsiye edilen kullanım şekli en fazla 15 dakikalık 2 seanstrir. Seans öncesi ve sonrası sıvı alınması önerilir, ayrıca seans aralarında ve sonunda mutlaka duş alınız.
7. Sıcaklığa olan mukavemet gücünüze göre sauna basamaklarının yukarı ya da aşağı katlarını kullanınız. Sıcaklık yukarıda daha yoğundur.
8. Bu bölümlerde gözlük, kontak lens ve takıların çıkarılmasını tavsiye ederiz. Saunaya terlikle giriş yapılamaz.
9. Saunayı tesis kurallarına uygun kıyafetlerle kullanın. (havuz kıyafetleri veya peştamal)
10. Hijyen açısından sauna içersinde kullandığınız alana peştemalinizi sermeniz gerekmektedir.

## Fitness Alanı Kullanım Kuralları

1. Tesisimizde spinning stüdyosu, 2 grup ders stüdyosu, oyun odası, basketbol/voleybol sahası, çocuk klübü , cafe, kapalı ve açık yüzme havuzları bulunmaktadır. Tüm alanlar hakkında ilgili yerlerde asılı olan kullanım kurallarına dikkat etmenizi rica ederiz.
2. Üyelerin spor esnasında yanlarında ter havlusu bulundurması zorunludur. Terliyken oturduğunuz veya yaslandığınız alanı havlunuzu sererek kullanınız.
3. Üye yoğunluğu olduğu saatlerde koşu bantları kullanımında belirlenen 20 dakika süreyi aşmayınız.
4. Fitness salonundaki spor aletleri, eğitmenlerin rehberliğinde ve bilgisi dâhilinde kullanılmalıdır.

5. Kullanılan ağırlık ve ekipmanların kullanım sonrası yerlerine bırakılması zorunludur.
6. Spor çantaları soyunma odalarında bırakılmalı, fitness alanına getirilmemelidir.
7. Spor yapılan alanlarda uygun spor kıyafeti ve spor ayakkabısı giyilmesi zorunludur. Ayakkabılar hafif, esnek veya deri tabanlı ve topuksuz olmalıdır. Zeminde siyah iz bırakan ayakkabılar, bot, sandalet ve terlikle salonun kullanılmasına izin verilmez.
8. Basketbol potasına asılmak, potanın ağırlık aksamı ile oynamak, potayı yerinden oynatmak, potanın kurulumuna müdahale etmek yasaktır.
9. Voleybol filesine asılmak, direkleri yerinden oynatmak ve filenin kurulumuna müdahale etmek yasaktır.
10. Voleybol ve Basketbol topuna ayakla vurmak ve amacı dışında kullanmak yasaktır.
11. Tüm özel dersler rezervasyon ile yapılır. Rezervasyon iptalleri en az 24 saat önceden bildirilmelidir. Bildirilmeden gelinmeyen ders yapılmış olarak kabul edilir ve üye hesabından ders sayısı düşülür. (Rezervasyon saatinin üzerinden 20 dakika geçmesine rağmen, üye ilgili birime gelmemiş ise ders iptal kabul edilir.)

## Stüdyo Kullanım Kuralları

1. Üyeler sadece kayıtlı olduğu grup egzersizine ait malzemeleri kullanabilir, bu malzemelerin görevli personel ve eğitmenin bilgisi haricinde kullanılması yasaktır.
2. Üye, seansa çocuğuyla gelemmez veya eğitmenin çocuğunun seans sırasında salonda bulunması talebinde bulunamaz.
3. Grup egzersizleri kapsamında yapılacak olan seanslar eğitmen eşliğinde yapılacaktır, üyeler eğitmenin yönlendirmesine uymak zorundadır.
4. Seans sırasında diğer üyelerin dikkatini dağıtıcı ve rahatsız edici davranışlarda bulunulamaz; telefonla konuşulamaz.
5. Seans sırasında kullanılan spor malzemelerinin seans bitiminde düzenli bir şekilde yerine konulması zorunludur.
6. Grup derslerimiz yaz ve kış dönemi olarak programlanmakta ve üyelerimize programla ilgili sosyal medya ve sms yolu ile bilgi verilmektedir.
7. Grup derslerimiz en az 4 kişi ile yapılmaktadır. Dersler için rezervasyon gerekmemektedir. Ders saatinden 5 dk önce stüdyoda yerinizi alarak derse katılabilirsiniz.

## POOL USE RULES



## Havuz Kullanım Kuralları

1. Açık yarası, bandajı, kesiği ve cilt hastalığı bulunanlar havuzu kullanamazlar.
2. Havuz kullanımı öncesi (sauna sonrası) duş alınması ve girişteki dezenfektanlı suya ayakların batırılması hijyen açısından zorunludur.
3. Havuza girmeden önce varsa ağızındaki sakızı çıkarmanız sağlığınız açısından önemlidir.
4. Kullanıcılar havuza girmeden önce bütün takılarını çıkarmalıdır.

5. Havuz çevresine sadece yüzme amaçlı malzemelerinizi getiriniz. Terliksiz, günlük giysiler, ayakkabı, çanta, torba ve benzeri eşyalar ile havuz alanına girmeyiniz.
6. Kullanıcılar mayo, şort vb. giymek zorundadır. Yüzme amaçlı üretilmiş kıyafetler dışındaki ürünlerle havuza girilmez.
7. Havuza dışarıdan deniz ve havuz malzemelerinin (deniz topu, deniz yatağı, can simidi, kolluk, palet, maske, şnorkel, simit vs) havuza sokulması yasaktır.
8. Havuza girerken bone takmak zorunludur. Gözlük kullanımı kişilerin tercihine bırakılmıştır.
9. Fitness alanında mayo ile bulunmak yasaktır.
10. Dışarıda kullanılan ayakkabılarla havuz çevresine girilmesi yasaktır.
11. Yüzme bilmeyenlerin havuzu, eğitmenlerimizin bilgisi dışında kullanması yasaktır.
12. Birey ve gruplar, programda kendilerine ayrılan seans ve kulvarı kullanmalıdırlar. Antrenman kulvarlarını yüzme bilen ve düzenli olarak gidiş dönüş yapan (antrenman yapan kişiler) kullanabilir. Bu kulvarlarda yüzerken sağdan gidiş ve sağdan dönüş yapılması gereklidir.
13. Üyeler, etrafında rahatsızlığa ve tehlikeli durumlara sebebiyet verecek tüm davranışlardan (Cam eşya bulundurmak, oyun amaçlı havuza atlamak, su sıçratmak, gürültü yapmak vb.) kaçınmak zorundadır.
14. Çocukların etrafa verebilecekleri rahatsızlıktan velileri sorumludur. Havuz görevlisi gerekli gördüğü durumlarda çocukları havuzdan çıkarmaya yetkilidir.
15. Yetişkin yüzme eğitimlerine en az 13 yaş ve üstü çocuklar katılabilir.
16. Eğitim saatinin belirlenmesi Folkart Towers Carrera Fitness & Spa yetkisinde olup, Folkart Towers Carrera Fitness & Spa bu eğitim saatlerini değiştirme veya iptal etme hakkına sahiptir.
17. Kulvarın üzerine oturmayınız, bastırmayınız. Orta kulvarlar hızlı yüzenlere ayrılmıştır. Bu kulvarların ortasında durmak yasaktır.
18. Havuz yönetiminden özel izin alınmış çalışmalar dışında, havuz dibinden nefes tutarak yüzmeyiniz.
19. Kapalı havuzda yiyecek ve içecek tüketilemez.

## *HYGIENE POLICY*

---



### **FOLKART TOWERS CARRERA FITNESS & SPA SAĞLIK ve HİJYEN POLİTİKASI**

#### **Çalışanlarımıza Uyguladığımız Sağlık Politikası**

1. Üyelerimize sunduğumuz hizmetin daha kaliteli ve verimli olması için dalında uzman işinde her zaman insani değerleri kendine ilke edinmiş bir kadroyla çalışmaktayız.
2. Çalışanlarımıza düzenli olarak 6 aylık periyotlarla her türlü bulaşıcı hastalığı ve enfeksiyon hastalıklarını belirleyici test gruplarını kapsayan sağlık taramaları yapmaktayız.
3. Yapılan bu sağlık tarama sonuçlarında herhangi bir sağlık problemi çıkması halinde çalışmamızın gereken birime yönlendirmesi yapılır ve tedavi sonrası tekrar işe başlaması sağlanır.



4. Spor yapmaya gelen üyelerimize herhangi bir acil durum karşısında müdahale ya da yönlendirme yapabilecek ilk yardım eğitimi almış bu konuda son derece deneyimli bir kadroyla çalışmaktayız.
5. Ayrıca hizmet verdiğimiz süre boyunca tesisimizde seansların başlama saatinden bitiş saatine kadar olabilecek acil durumlar için bir müdahale odası bulunmaktadır.

# HEALTH POLICY FOR OUR MEMBERS

## Üyelerimize Uyguladığımız Sağlık Politikası

1. Öncelikli hedefimiz olarak tesislerimize spor yapmaya gelen üyelerimize her zaman kaliteli ve sağlıklı bir hizmet vermekteyiz,
2. Sporla daha sağlıklı ve daha güçlü bir toplum yapısı oluşturmaktayız,
3. Tesisimizde spor yapmaya gelmek isteyen üyelerimize spor yapmalarında herhangi bir sakınca olmadığını gösteren bir sağlık raporu ve herhangi bir bulaşıcı hastalık yönünden risk taşımadığını belgeleyen bir takım tetkikler istemekteyiz,
4. Üyeliklerinin başlama tarihinden itibaren getirmiş oldukları sağlık raporlarının süresi 6 ay olup bu sürenin sonunda sağlık raporlarını yenilemekteyiz,
5. Tetkikler sonucunda herhangi bir patolojik durum saptanmadığı taktirde üyelerimizin kaydını yapıp üyeliklerini başlatmaktayız,
6. Seans esnasında yaşanabilecek sağlık problemleri karşısında hemen müdahale edebilecek sağlık ekibimizle hizmet vermekteyiz,
7. Seans sırasında üyelerimizin yaşadıkları sağlık problemleri karşısında sağlık personelimiz gereken ilk müdahaleyi yaptıktan sonra gerek görülürse en yakın hastaneye sevkini sağlayıp takibini yapmaktayız,
8. Yine üyelerimizin daha sağlıklı, daha güvenli ve daha temiz bir ortamda spor yapmalarını sağlamak amacıyla iş sağlığı ve iş güvenliği kurulumuz olup belli periyotlarla tesislerimizde risk analizleri yapmaktayız,
9. Havuzlarımız haftada bir kullanıma kapatılıp, özel vakum sistemiyle temizliği yapıp, dezenfeksiyon işlemlerini gerçekleştirmekteyiz,
10. Haftada bir tesisimizde; günlük temizliğin dışında daha ayrıntılı genel bir temizlik ve dezenfeksiyon işlemi yapmaktayız,
11. Havuzlarımızdan üyelerimizin ve çalışanlarımızın sağlığına verdiğimiz önem nedeniyle 15 günlük ve bir aylık periyotlarla numune alınıp havuz suyu tahlili yapmaktayız,
12. Her sabah alanında uzman kişiler tarafından havuz klor ve ozon ölçümü yapmaktayız,
13. Her sabah havuz suyu rengi, kokusu ve kalınlığı kontrol edilip yosun ve enfeksiyon önleyici özel bir solüsyon ilave etmekteyiz.

## Üyenin

Adı-Soyadı :

Tarih :

İmza :

**#ESCAPE  
FROM  
ROUTINE**



#ESCAPE  
FROM  
ROUTINE

© 232 290 0 777

/// [www.carrerafolkart.com](http://www.carrerafolkart.com) ///  CarreraLife  CarreraLife  CarreraLife