



## Living Well @ Western Disclaimer, Release, and Waiver Form

Not all exercises are suitable for everyone. Each person has a different capacity for participating in

)<)6'-7)@ #39 7,390( & ) %; %6) 3\* =396 æ82)77A , )%08, 78%897A %2( 7/-0  
463+6%1@ #39 92()678%2( %2( %'/23;0)(+) 8, %8 4%68 3\* 8,) 6-7/ -2:30:)  
'8-:-8= 36 )<)6'-7) -7 6)0%8-:) 83 =396 3;2 78%8) 3\* æ82)77 36 , )%08, 7  
;, )8,)6 8,) )<)6'-7)7 -2 8,-7 463+6%1 %6) 6-+,8 \*36 =39A 40)%7) '327908  
463:-()6 &)\*36) &)+-22-2+ 8,) 463+6%1@

#396 ',3-' ) 83 4%68-'-4%8) -2 8,-7 463+6%1 &6-2+7 ; -8, -8 8,) %779148-3  
83 )4-73()7 3\* 0-+,80,) %() (2)77A \*% -28-2+A %&2361%0 &033( 46)7796)A  
%&2361%0 , )%68&)%8 )8'@ \* =39 )<4)6-)2' 68-'#, )46 p0± 0 p 6 <•`) %(!) -  
4)6732%0 -2.96=A () %8, A 4634)68= (%1%+) 36 0377 6)7908-2+ 8,)6)\*631@

!)78)62 2-:)67-8= (3)7 238 %'' )48 %2= 0-%&-0-8= \*36 (%1%+)7 %2( '0%-1  
8,) 463+6%1@ #39 %+6)) 83 ;% -:) %2= %2( %00 '0%-17 %+%-278 ! )78)62  
+3:)62367 %2( %+ )287 l'300)'8-:)0=A 8,) U )0)%7))7VJA %2( 83 6)0)%7) 8  
\*36 %2= -2.96=A 0377A (%1%+)A %2( )<4)27) 8, %8 =39 1%= 79\*\*)6 %7 %  
463+6%1 (9) 83 %2= '%97) ;, %873):)6A -2'09(-2+ 2)+0-+)2')A &6)%', 3\* '3