

# CAROLIN HINGST

## STABHOCHSPRUNG

Ernährungsberatung  
Personal Training  
Athletik Training  
Coaching

### Vereinbarung zwischen Kunde und Personal Trainerin

Hiermit erkläre ich, \_\_\_\_\_  
(Name, Vorname, geboren am)

\_\_\_\_\_, dass ich an individuellen  
(wohnhaft in der Straße, in Wohnort)

Trainings- und Beratungsprogrammen der Personal Trainerin freiwillig und auf eigene Verantwortung teilnehme. Ich fühle mich körperlich und geistig gesund und bin für ein regelmäßiges Training belastbar. An Trainings- und Lehreinheiten im Outdoor- und/oder Indoorbereich unter Ausübung von verschiedenen Übungen nehme ich ebenfalls auf eigene Verantwortung und auf eigenes Risiko teil.

Die individuelle Vereinbarung mit der Personal Trainerin für den Zeitraum vom \_\_ 11.03.2018 \_\_ bis \_\_ 17.03.2018 \_\_ lautet:

Anzahl	Leistung	Dauer	Preis
_ 1 _	Workshop „Lauf-Aktiv-Woche auf Spiekeroog“ <i>(gemeinsames Gesundheits-, Fitness- und Lauftraining zur Verbesserung der körperlichen Fitness)</i>	_ 7 _ Tage	600,00 € inkl. MwSt.

Die Kosten für die Sportstätten-Nutzung trägt die Personal Trainerin in vollem Umfang.

Bei plötzlichen Befindlichkeitsänderungen wie Übelkeit, Schwindel, Schmerz, Herzrasen oder ähnlichem werde ich dies sofort der Personal Trainerin mitteilen und gegebenenfalls das Training abbrechen. Die Kosten werde ich in einem solchen Fall vollumfänglich tragen. Ebenso müssen die Kosten von mir übernommen werden, wenn ich an einem der Workshop-Tage nicht teilnehmen kann. Ein nicht wahrgenommener Workshop-Tag kann nicht gutgeschrieben werden.

Mir ist bekannt, dass ich die mit der Ausübung der von mir gewünschten Sportart und Trainingsweise einhergehenden allgemeinen Risiken (z.B. Stauchungen trotz ausreichendem Aufwärmtraining, Erkältung nach Waldlauf, verschmutzte oder beschädigte Sportkleidung, etc.) selbst zu tragen und für die daraus entstehenden Sach- und Personenschäden grundsätzlich selbst aufzukommen habe. Ich kann die Personal Trainerin nur dann haftbar machen, wenn diese ihre Instruktions-, Überwachungs- und sonstigen spezifischen Vertragspflichten schuldhaft (vorsätzlich oder grob fahrlässig) verletzt hat.

Erreichbarkeit für kurzfristige Informationen: Telefon: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

5km-Bestzeit: \_\_\_\_\_

10km-Bestzeit: \_\_\_\_\_

Schuh-Größe: \_\_\_\_\_ in US

Textil-Größe: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Kunde

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Personal Trainerin