

Buchungsformular für MamaWORKOUT-Teilnahme

Name Teilnehmerin: _____

Adresse: _____

Mobilnummer (optional): _____

Emailadresse: _____

Ich bin einverstanden, dass ich für die Organisation des Trainings über Email kontaktiert werde.

Hiermit buche ich das folgende Trainingsangebot

- Name des Trainingsangebots: ☐ MamaWORKOUT Beckenboden (dienstags, 9.30 – 10.30 Uhr)
- ☐ MamaWORKOUT Ganzkörperkräftigung (dienstags, 10.45 – 11.45 Uhr)

Veranstaltungsort: Rheintalhalle Sandweiler

Gebühren: 130 Euro

Zeitraum des Trainingsangebots: _____

Ich buche verbindlich das genannte Trainingsangebot. Ich versichere, die auf den Folgeseiten beschriebenen Informationen zu **Gesundheitsdaten, AGB, Datenschutzverordnung** und **Haftungsausschluss** von **Alicia Schäfer** gelesen zu haben und erkläre mich einverstanden.

Ort, Datum

Unterschrift

1. GESUNDHEITSDATEN:

Alicia Schäfer – Fit fürs Leben erhebt, speichert und verwendet Ihre Daten im Rahmen der Vorschriften der europäischen Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) und dem Bundesdatenschutzgesetz (BDSG) zur Erfüllung Ihres Auftrags an *Alicia Schäfer – Fit fürs Leben*. Um den reibungslosen Ablauf der Trainingsangebote zu gewährleisten, verwenden wir Ihre Email-Adresse und Ihre Mobilnummer, um Ihnen Nachrichten zu schicken. Selbstverständlich können Sie der Speicherung und der Verwendung Ihrer Daten jederzeit widersprechen. Schreiben Sie hierzu Ihre Mitteilung an info@fit-alicia.de.

Ich habe die Datenschutzerklärung gelesen. Ich erkläre mich einverstanden, dass die erhobenen Daten zur Auftragserfüllung und zur Organisation bzw. Kommunikation verwendet werden.

Ich versichere: Meine behandelnden Ärzte/Ärztinnen oder meine behandelnde Hebamme haben keinerlei Einwände bezüglich sportlicher Betätigung geäußert.

Mein/e Arzt/Ärztin hat mir kein Sportverbot verordnet. Auch bezüglich meines eventuell teilnehmenden Kindes gibt es keine ärztlichen Einwände für die Teilnahme am MamaWORKOUT-Kurs.

2. ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN (AGB)

Sendet/übergibt die Vertragspartnerin (= die Nutzerin des Trainingsangebots) via Buchungsformular ihre Buchung eines Trainingsangebots und *Alicia Schäfer – Fit fürs Leben* diese Buchung per Email mit einer Buchungsbestätigung, kommt zwischen diesen beiden Parteien ein Vertrag zustande. Der Vertrag bezieht sich auf das in der Buchungsbestätigung beschriebene Trainingsangebot. Die Vertragslaufzeit beginnt mit dem Datum der Email, mit der die Buchungsbestätigung versendet wurde, und endet am Ende des Trainingsangebots, dessen Termine in der Buchungsbestätigung vermerkt sind. Für diesen Vertrag gelten die nachfolgenden Geschäftsbedingungen.

§1 Geltung des Trainingsangebots

Das Trainingsangebot von *Alicia Schäfer – Fit fürs Leben* ist ein präventives Fitness- und Gesundheitsangebot, es werden keine Krankheiten oder sonstige Schädigungen behandelt. Im Rahmen des Trainings werden Informationen vermittelt, wie man durch gesundheitsorientiertes Verhalten im Alltag gesundheitlichen Schäden vorbeugen kann. Zudem beinhaltet das Angebot körperliches Training zur Kräftigung, Beweglichmachung und Entspannung des Bewegungsapparats im Sinne eines präventiven, moderaten Trainings. Das Training ersetzt nicht die ärztlich verordnete individuelle Therapie bei körperlichen Beschwerden. Die genauen Termine bzw. Zeitangaben sowie die konkreten Inhalte der gebuchten Kursreihe sind der Buchungsbestätigung zu entnehmen.

§2 Vertragsinhalt

Alicia Schäfer – Fit fürs Leben verpflichtet sich, an den in der Buchungsbestätigung angegebenen Terminen das Trainingsangebot durchzuführen. Der Veranstaltungsort sowie die Inhalte des Trainingsangebots sind in der Buchungsbestätigung skizziert.

Kosten: Die Kosten sowie die in diesem Betrag enthaltenen Leistungen sind der zugehörigen Rechnung zu entnehmen, die per Email zugesendet wird.

Zahlungsmodalitäten: Die Vertragspartnerin verpflichtet sich, die im Buchungsformular vereinbarte Vergütung zu leisten, sie verpflichtet sich außerdem, die in der Rechnung vermerkte Zahlungsweise sowie das terminliche Zahlungsziel einzuhalten. Außerordentliche Zahlungsmodalitäten müssen mit *Alicia Schäfer – Fit fürs Leben* schriftlich vereinbart werden.

Kommt die Vertragspartnerin der Zahlung vor Beginn der Kursreihe nicht nach, wird sie vom Trainingsangebot ausgeschlossen. Die Teilnahme am Trainingsangebot ist nur möglich, wenn die Zahlung der vereinbarten Gebühren erfolgt ist.

Krankenkassenbezuschung: Einzelne Kursreihen können ggf. von der Krankenkasse der Vertragspartnerin bezuschusst werden. Die Entscheidung über die Bezuschussung bzw. die Höhe der Bezuschussung trifft die jeweilige Krankenkasse, *Alicia Schäfer – Fit fürs Leben* ist bemüht, die Vertragspartnerin hinsichtlich der Bezuschussung zu unterstützen, jedoch hat sie auf die Entscheidung der Krankenkasse keinen direkten Einfluss. Erfolgt keine Bezuschussung der zuständigen Krankenkasse, hat die Vertragspartnerin die volle Höhe der Teilnahmegebühr selbst zu bezahlen.

§3 Kündigung des Vertrags

Eine Kündigung muss die Vertragspartnerin in Textform per Email an *Alicia Schäfer – Fit fürs Leben* zusenden. Die Vertragspartnerin darf bis 2 Wochen vor dem Beginn des gebuchten Trainingsangebots ohne Angabe von Gründen den Vertrag kündigen. In diesem Fall entstehen der Vertragspartnerin keine Kosten bzw. es wird die bis dahin gezahlte Vergütung in voller Höhe von *Alicia Schäfer – Fit fürs Leben* auf das Konto der Vertragspartnerin zurück überwiesen. Kündigt die Vertragspartnerin kurzfristiger als 2 Wochen vor Beginn des Trainingsangebots, muss die Vertragspartnerin 20% der Gebühren als Stornierungsgebühr bezahlen. Kündigt die Vertragspartnerin nach Beginn der Kursreihe werden die Teilnahmegebühren nicht zurückerstattet.

Im Falle einer Kündigung wird *Alicia Schäfer – Fit fürs Leben* die Zahlung wie o.a. zurück überweisen. Die Vertragspartnerin verpflichtet sich, keine Stornierung der Bank-Lastschrift vorzunehmen, falls sie dies doch tut, wird sie die Stornierungsgebühren der Bank übernehmen.

§4 Nicht-Erscheinen beim Trainingsangebot

Kann die Vertragspartnerin aus gesundheitlichen oder anderen Gründen nicht zu einem Termin des Trainingsangebots erscheinen, besteht kein Anspruch auf Rückzahlung der anteiligen Gebühren. Im Sinne der Kundenzufriedenheit wird *Alicia Schäfer – Fit fürs Leben* versuchen, das Nachholen eines versäumten Termins zu ermöglichen, ein Anspruch auf Nachholung eines oder mehrerer Termine besteht nicht.

§5 Ausfall und Absage des Trainingsangebots durch den Veranstalter

Alicia Schäfer – Fit fürs Leben behält sich vor, ein Trainingsangebot wegen zu geringer Teilnehmerzahl oder wegen Störungen im Geschäftsbetrieb abzusagen, in diesem Fall werden bereits bezahlte Gebühren, für die keine Leistungen erbracht wurden, ohne Abzug zurückerstattet. *Alicia Schäfer – Fit fürs Leben* behält sich vor, einzelne Termine aus wichtigen Gründen (z. B. Krankheit, höhere Gewalt) abzusagen bzw. zu verschieben. Dies wird nur im äußersten Notfall geschehen.

Hat die Vertragspartnerin zum Zeitpunkt des Ersatztermins keine Zeit, wird *Alicia Schäfer – Fit fürs Leben* die bis dahin von der Vertragspartnerin gezahlten Beträge anteilig zurück überweisen. Darüber hinaus lehnt *Alicia Schäfer – Fit fürs Leben* Schadensersatzansprüche aufgrund von Ausfall/Absage eines Trainingsangebots bzw. einzelner Termine ab.

§7 Schlussbestimmungen

Sollte eine Bestimmung dieser AGB unwirksam sein oder werden, so berührt dies die übrigen Bestimmungen nicht.

Stand der AGB: 08/2026

3. DATENSCHUTZERKLÄRUNG

Der Schutz Ihrer personenbezogenen Daten ist uns wichtig. Nach der EU-Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) sind wir verpflichtet, Sie darüber zu informieren, zu welchem Zweck unser Unternehmen Daten erhebt und speichert. Diesem Merkblatt können Sie auch entnehmen, welche Rechte Sie zum Schutz Ihrer Daten haben.

1 Verantwortung für die Datenverarbeitung

Verantwortlich für die Datenverarbeitung ist

Alicia Schäfer – Fit fürs Leben

Adresse: Sonnengarten 4, 76547 Sinzheim

Kontakt Daten: Telefon: 015222951585, Email: info@fit-alicia.de

2 Zweck der Datenverarbeitung

Die Datenverarbeitung erfolgt, um Ihren Auftrag an uns erfüllen zu können. Sie beauftragen uns, ein gesundheitsorientiertes Training mit Ihnen durchzuführen, dies ist nur möglich, indem wir personenbezogene Daten und Gesundheitsdaten erheben, speichern und weiterverarbeiten. Die Erhebung Ihrer Daten ist Voraussetzung für die Teilnahme an unseren Trainingsangeboten, andernfalls kann ein auf Sie abgestimmtes Training nicht erfolgen.

Außer den Gesundheitsdaten werden gespeichert: Name, Vorname, Geburtsdatum, Anschrift, Kontaktdaten der am Training teilnehmenden Person und gegebenenfalls des teilnehmenden Kindes.

3 Empfänger der Daten

Wir übermitteln die personenbezogenen Daten nur an Dritte, wenn dies gesetzlich vorgeschrieben ist. Die Übermittlung erfolgt überwiegend zum Zwecke der Abrechnung der bei Ihnen erbrachten Leistung mit den Krankenkassen und zur Dokumentation beim Finanzamt. Darüber hinaus behandeln wir Ihre Daten vertraulich und übermitteln sie nur dann an Dritte, wenn Sie ausdrücklich eingewilligt haben.

4 Speicherung Ihrer Daten

Wir bewahren Ihre personenbezogenen Daten so lange auf, wie der Gesetzgeber es vorschreibt, das Steuerrecht sieht eine Speicherung von 10 Jahren vor. Die Gesundheitsdaten speichern wir so lange, wie Sie bei uns trainieren. Nach Beendigung eines Trainingsangebots speichern wir Ihre Gesundheitsdaten weiterhin, weil Sie eventuell zu einem Anschlusstraining kommen könnten oder zu einem späteren Zeitpunkt wieder ins Training einsteigen möchten. Wenn Sie entscheiden, definitiv nicht mehr bei uns trainieren zu wollen, dann löschen wir Ihre Gesundheitsdaten.

5 Ihre Rechte

Sie haben das Recht, über die Sie betreffenden personenbezogenen Daten Auskunft zu erhalten. Auch können Sie die Berichtigung unrichtiger Daten verlangen. Darüber hinaus steht Ihnen unter bestimmten Voraussetzungen das Recht auf Löschung von Daten, das Recht auf Einschränkung der Datenverarbeitung sowie das Recht auf Datenübertragbarkeit zu.

Die Verarbeitung Ihrer Daten erfolgt auf Basis von gesetzlichen Regelungen. Nur in Ausnahmefällen benötigen wir Ihr Einverständnis. In diesen Fällen haben Sie das Recht, die Einwilligung für die zukünftige Verarbeitung zu widerrufen.

Sie haben ferner das Recht, sich bei der zuständigen Aufsichtsbehörde Ihres Wohnortes oder der Aufsichtsbehörde unseres Unternehmenssitzes für den Datenschutz zu beschweren, falls Sie der Ansicht sind, dass die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten nicht rechtmäßig erfolgt.

6 Rechtliche Grundlagen

Rechtsgrundlage für die Verarbeitung Ihrer Daten ist die EU-Datenschutzgrundverordnung (DSGVO).

4. HAFTUNGSAUSSCHLUSS über die Teilnahme am MamaWORKOUT-Training

Beim MamaWORKOUT-Training handelt es sich um ein präventives Fitness- und Gymnastikangebot. Es werden keine Krankheiten oder sonstige körperliche Schädigungen behandelt. Dieses Gesundheits- und Gymnastik-Training vermittelt Informationen, wie man durch gesundheitsorientiertes Verhalten im Alltag gesundheitlichen Schäden vorbeugen kann. Auch dient das Trainingsangebot der Kräftigung sowie Beweglichmachung des Bewegungsapparats im Sinne eines präventiven, moderaten Trainings. Das Training ersetzt nicht die ärztlich verordnete individuelle Therapie bei ernsthaften Beschwerden. Die Trainerin ist zertifizierte Prä- & Postnataltrainerin und führt selbstverständlich alle MamaWORKOUT-Trainings nach bestem Wissen und Gewissen aus.

Alle Trainierenden trainieren auf eigene Gefahr. Trainierende, die das 18. Lebensjahr noch nicht vollendet haben, müssen eine Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten vorlegen. Die Trainierenden tragen selbst Sorge, dass ihrerseits keine Bedenken bestehen, eine sportliche Betätigung auszuüben und dass sie somit den sportiven Anforderungen entsprechen. Den Anweisungen der Trainerin oder ihrer Beauftragten ist unbedingt und uneingeschränkt Folge zu leisten. Für Unfälle auf dem Weg zum oder vom Veranstaltungsort sowie für den Verlust oder für die Beschädigung von Gegenständen aller Art übernimmt die Trainerin gegenüber den Teilnehmenden keinerlei Haftung. Für Personenschäden, die von der Trainerin oder ihren Beauftragten verursacht worden sind, haften diese nur bei fahrlässigem oder vorsätzlichem Handeln, es sei denn, dass zwingende gesetzliche Regelungen entgegenstehen.

Die Trainierende verpflichtet sich, vor Antritt des MamaWORKOUT-Trainings mit dem behandelnden Arzt / der betreuenden Hebamme abzuklären, dass die Teilnahme unbedenklich ist. Bei Auftreten körperlicher oder psychischer Beschwerden/Symptome während oder nach dem MamaWORKOUT-Training ist die Abklärung mit einem Arzt zu veranlassen.

Für alle im MamaWORKOUT-Training vermittelten Inhalte gilt: Jede Teilnehmerin übernimmt die Verantwortung für sich selbst und entscheidet aus dieser Verantwortung heraus, wie weit sie bei den Übungen gehen möchte. Die angebotenen Leistungen können eine notwendige Behandlung durch einen Arzt nicht ersetzen. Im Rahmen der angebotenen Leistungen werden keine Diagnosen gestellt und keine Heilversprechen abgegeben. Wenn der Eindruck entsteht, dass eine bestimmte Leistung zur Behandlung von Erkrankungen geeignet wäre, so handelt es sich nicht um ein Heilversprechen, sondern um die persönliche Meinung der Trainerin.

Für schwangere Frauen gilt: „MamaWORKOUT mit Babybauch“ ist für unkomplizierte Schwangerschaften vorgesehen, die ohne gravierende Beschwerden oder Krankheitssymptome ablaufen. Die Teilnahme wurde mit dem behandelnden Arzt / der betreuenden Hebamme besprochen, es bestehen keine ausdrücklichen Kontraindikationen für pränatale Gymnastik. Belasten Sie sich nur moderat, die Leistung soll nicht gesteigert werden, gehen Sie nicht an Ihre Grenzen! Sie und Ihr Kind sollen sich wohl fühlen. Nehmen Sie immer ausreichend Flüssigkeit zu sich. Suchen Sie bei Beschwerden umgehend einen Arzt auf!

Für Frauen nach der Geburt gilt: Die Teilnahme wurde mit dem behandelnden Arzt / der betreuenden Hebamme besprochen, es bestehen keine ausdrücklichen Kontraindikationen für postnatale Gymnastik. „MamaWORKOUT Beckenboden“, „MamaWORKOUT Ganzkörperkräftigung“ sind für Mütter nach der Wochenbettphase (Woche 1-6 nach der Geburt) sowie einem abgeschlossenen Rückbildungskurs vorgesehen. Geburtsverletzungen sind verheilt, die gynäkologische Nachsorgeuntersuchung war ohne Befund. Belasten Sie sich nur moderat, die Leistung soll nur langsam gesteigert werden, gehen Sie nicht an Ihre Grenzen! Sie und Ihr Kind sollen sich wohl fühlen. Nehmen Sie immer ausreichend Flüssigkeit zu sich. Suchen Sie bei Beschwerden umgehend einen Arzt auf!

Für Frauen, die ihr Baby mit zum Training bringen, gilt: Die Teilnahme wurde mit dem behandelnden Kinderarzt besprochen, die U-Untersuchungen waren ohne Befund. Es bestehen keine Bedenken seitens des Kinderarztes, das Kind mit zum Kurs zu bringen.

In Fällen akuter Erkrankung (z.B. Erkältung, Grippe) dürfen weder Mutter noch Kind am MamaWORKOUT-Training teilnehmen.