

1. Leistungsbeschreibung

Detaillierte Kursbeschreibung und Termine– siehe auch <https://www.simone-fabian.de/Kurse.html>

Der Anfänger / Einsteiger Laufkurs

Laufkurs für Anfänger:innen und Wiedereinsteiger:innen:

Du wolltest schon immer laufen, bist richtig motiviert und möchtest nun in der Gruppe dein Ziel erreichen? Dann melde dich an und erfahre in diesem Laufkurs unter professioneller Anleitung, wie du richtig laufen und dabei große Freude empfinden kannst.

Laufen leicht gemacht:

Lerne in diesem Laufkurs, wie du von Laufanfänger:in zu Dauerläufer:in wirst. Wir starten mit Laufen und Gehpausen und schon in 11 Wochen solltest du locker und lächelnd 60 Minuten durchlaufen können.

Ein Trainingsplan zum Laufkurs:

Jede:r Kursteilnehmer:in erhält einen **Trainingsplan** nach Laufcampus Methode als PDF. Dieser ist in der Laufkursgebühr enthalten und sieht neben dem Laufkurstraining weitere Einheiten für dein Eigentraining vor.

Ziel

Nach den 11 Wochen Laufkurs und Eigentraining solltest du in der Lage sein, 60 Minuten locker durchlaufen zu können.

Zielgruppe

Dieser Kurs ist ideal für Laufanfänger und Wiedereinsteiger jeden Alters. Wir starten mit 3 Minuten sehr langsamen Laufen und 2 Minuten Gehen im Wechsel. Wenn du dir dies zutraust, dann bist du in diesem Laufkurs richtig.

Termin-Dauer und Anzahl

60 Minuten – Inklusive Lockerungs- und Dehnübungen sowie Besprechung.

Equipment

- Auf die Witterung angepasste Laufkleidung und Laufschuhe.
- Sport Tracking Uhr bzw. Smart-Device empfohlen, aber nicht benötigt.
- In der dunklen Jahreszeit werden Stirnlampen empfohlen, da die Strecken nur teilweise beleuchtet sind.
- In der heißen Jahreszeit bitte ausreichend Wasser mitführen und an

angemessenen Sonnenschutz
(Kopfbedeckung, Sonnencreme,
Sonnen- oder Sportbrille) denken.

Treffpunkt

Wenn nicht anders vereinbart, eingangsbereich REWE Supermarkt, Friedenheimer Brücke 27, 80639 München.
Parkplätze in der Tiefgarage bis 80 Minuten kostenlos. Am Treffpunkt sind Toiletten (WC im REWE) und Parkmöglichkeiten vorhanden.
!!! Achtung !!! Es gibt keine Dusch- oder Umkleidemöglichkeiten.

Bedingungen

Der Kurs findet ab 2 Teilnehmern statt und wird auf 15 Teilnehmer begrenzt.

Der Aufbau Laufkurs

Du kannst mindestens 40 Minuten durchlaufen? Wahrscheinlich hast du bereits den Anfänger Laufkurs A erfolgreich gemeistert. Jetzt willst du den nächsten Schritt machen und schneller werden. Du willst abwechslungsreich trainieren, erfahren was ein zügiger Dauerlauf ist (ZDL) oder ein Fahrtspiel (FSP). Und du willst erfahren, in welchen Trainingsbereichen du trainieren solltest, damit dein Lauftraining künftig noch effektiver wird. Daher ist dieser Aufbau Laufkurs ideal für dich.

Du wirst in diesem Aufbau Laufkurs unterschiedliche Trainingsreize kennenlernen, damit du künftig mehr Abwechslung ins Training bringen kannst. Darüber hinaus wirst du die wichtigsten Lauftechnik-Übungen (Lauf-ABC) kennen und praktizieren lernen. Mit Lauf-ABC beugst du Verletzungen vor und wirst noch schneller.

Ein Trainingsplan zum Laufkurs:

Jede:r Kursteilnehmer:in erhält einen **Trainingsplan** nach Laufcampus Methode als PDF. Dieser ist in der Laufkursgebühr enthalten und sieht neben dem Laufkurstraining weitere Einheiten für dein Eigentraining vor.

Ziel

Im Aufbaukurs machst du den nächsten großen Entwicklungsschritt. Du lernst die Dauerlaufbereiche LDL, MDL und ZDL kennen. Du lernst Fahrtspiele und HIT-Training als Varianten des Tempotraining kennen und lieben. Du lernst den LC1000 als Leistungsdiagnostik kennen und kannst dann über die Potenzialanalyse von Laufcampus deine Trainingssteuerung verbessern.

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Seite 2 von 7

Auch die wichtigsten Lauf-ABC Übungen werden regelmäßig, zur Verbesserung der Lauftechnik, geübt. Du findest heraus, was du beim nächsten Volkslauf über 5 Kilometer oder 10 Kilometer laufen kannst.

Zielgruppe

Ein Laufkurs für Läufer/innen die bereits mindestens 40 bis 60 Minuten laufen können.

Idealerweise hast du vorab den Anfänger Laufkurs erfolgreich gemeistert.

Mach in diesem Kurs den nächsten Schritt und werde zu einem kompletteren Läufer.

Termin-Dauer und Anzahl

60 Minuten – Inklusive Lockerungs- und Dehnübungen sowie Besprechung.

Equipment

- Auf die Witterung angepasste Laufkleidung und Laufschuhe.
- Sport Tracking Uhr bzw. Smart-Device empfohlen.
- In der dunklen Jahreszeit werden Stirnlampen empfohlen, da die Strecken nur teilweise beleuchtet sind.
- In der heißen Jahreszeit bitte ausreichend Wasser mitführen und an angemessenen Sonnenschutz (Kopfbedeckung, Sonnencreme, Sonnen- oder Sportbrille) denken.

Treffpunkt

Wenn nicht anders vereinbart, eingangsbereich REWE Supermarkt, Friedenheimer Brücke 27, 80639 München.

Parkplätze in der Tiefgarage bis 80 Minuten kostenlos.

Am Treffpunkt sind Toiletten (WC im REWE) und Parkmöglichkeiten vorhanden.

!!! Achtung !!! Es gibt keine Dusch- oder Umkleidemöglichkeiten.

Bedingungen

Der Kurs findet ab 2 Teilnehmern statt und wird auf 15 Teilnehmer begrenzt.

Personal-Coaching

Meine Leistungen im Individual Coaching:

Analyse & Zielsetzung

- Gemeinsame Bestandsaufnahme deiner aktuellen Form, Lauftechnik und individuellen Ziele (z. B. Marathon, 10 km-Bestzeit, Einstieg ins Laufen).

- Leistungsanalyse inkl. deiner maximalen Herzfrequenz (Voraussetzung ist ein Pulsmessgerät – idealerweise ein Puls-Brustgurt) basierend auf der Laufcampus LC1000 Methode mit Bestimmung deiner Trainingszonen (Tempo und Herzfrequenz) und Potentialanalyse.

Individuelle Trainingsplanung

- Erstellung eines maßgeschneiderten Trainingsplans, der deine Stärken, Schwächen, deine Ziele und deinen Alltag berücksichtigt.
- Urlaubsverträgliche Trainings- und Laufrouutenplanung.
- Vermeidung von Trainingsfehlern und Vermittlung der drei wichtigsten Trainingsbausteine.

Lauftechnik-Optimierung

- Videoanalyse und gezielte Übungen zur Verbesserung deiner Laufökonomie, um effizienter und verletzungsfrei zu laufen.
- Vermittlung von Lockerungs- und Dehnübungen sowie Lauf ABC

Kraft- & Stabilisationstraining

- Laufspezifische Übungen zur Stärkung der Muskulatur und Verletzungsprävention.

Ernährungs- & Regenerationsstrategien

- Beratung zur optimalen Ernährung und Erholung, um das Training bestmöglich zu unterstützen.

Laufequipment und Laufschuhberatung

- Beratung zum optimalen und auf die Situation angepassten Laufequipment inkl. Laufschuhberatung.

Wettkampfvorbereitung und Begleitung

- Strategien für Renneinteilung, Tempo- und Taktiktraining sowie mentale Vorbereitung für deine Wettkämpfe. Rennbegleitung und Race-Pacing.

Fabian Peters – Laufcoaching

Birketweg 41, 80639 München

Mobil: +49 179 2249886 | Fabian_Coaching@hotmail.com | www.fabian-simone.de | Steuer-Nr.: 146/129/50335

Ziel

Das Personal-Coaching wird nach einem Anamnesegespräch individuell auf deine persönlichen Ziele und deine Situation abgestimmt.

Dein Nutzen:

- Mehr Leistungsfähigkeit & Ausdauer
- Effizientere Lauftechnik & weniger Verletzungen
- Individuelle Betreuung & maßgeschneiderte Pläne
- Motivation & langfristige Erfolge

Lass uns gemeinsam an deinen Zielen arbeiten – ich begleite dich mit Fachwissen, Erfahrung und persönlichem Engagement!

Zielgruppe

Ob Anfänger, ambitionierter Hobbyläufer oder Wettkampfsportler – ein individuelles Laufcoaching hilft, deine Ziele effizient und nachhaltig zu erreichen. Als erfahrener Lauftrainer begleite ich dich auf deinem persönlichen Weg zu mehr Leistungsfähigkeit, besserer Technik und langfristiger Gesundheit.

Termin-Dauer und Anzahl

60 Minuten – Individuelle Inhalte.
Terminvereinbarung und Anzahl erfolgt nach Absprache.
Auch Online Termine möglich.

Equipment

- Auf die Witterung angepasste Laufkleidung und Laufschuhe.
- Sport Tracking Uhr bzw. Smart-Device empfohlen und idealerweise ein Puls-Brustgurt.
- In der dunklen Jahreszeit werden Stirnlampen empfohlen, da die Strecken nur teilweise beleuchtet sind.
- In der heißen Jahreszeit bitte ausreichend Wasser mitführen und an angemessenen Sonnenschutz (Kopfbedeckung, Sonnencreme, Sonnen- oder Sportbrille) denken.

Treffpunkt

- Online Termine möglich.
- Individueller Treffpunkt:

Individuelle Treffpunkte und Trainingsorte sind nach Vereinbarung möglich. Ggf. fallen zusätzlich An-Abfahrtskosten und Zeiten an.

- Standard Treffpunkt:

Eingangsbereich REWE Supermarkt, Friedenheimer Brücke 27, 80639 München
Parkplätze in der Tiefgarage bis 80 Minuten kostenlos.
Am Treffpunkt sind Toiletten (WC im REWE) und Parkmöglichkeiten vorhanden.
!!! Achtung !!! Es gibt keine Dusch- oder Umkleidemöglichkeiten.

Bedingungen

Individuell ab einem Teilnehmer. Freunde und Verwandte können auf Wunsch des Teilnehmers mitgebracht werden. Dies kann allerdings Einfluss auf die persönliche Betreuung haben.

2. Vergütung

Der Anfänger / Einsteiger Laufkurs

Kosten: EUR 129,00
Anzahl der Termine: 11

Der Aufbau Laufkurs

Kosten: EUR 129,00
Anzahl der Termine: 11

Personal Coaching

Kosten: EUR 89,00 je Stunde
Ab 5 Stunden 5% Rabatt, ab 10 Stunden 10% auf alle gleichzeitig bestellten Coaching Stunden.
Zusätzliche Kosten könnten durch An-Abreise zu individuell vereinbarten Treffpunkten, sowie für gesondert benötigtes Equipment entstehen. Diese Kosten werden auf alle Fälle vorab besprochen und in einfacher schriftlicher Form (E-Mail oder WhatsApp) bestätigt.

Zahlungsbedingungen:

Fälligkeit vor dem ersten Termin, Zahlungsweise per Überweisung auf das in der Rechnung angegebene Konto

3. Laufzeit und Rücktritt

Vertragslaufzeit:

Während der Laufzeit des Kurses (siehe Termine)

Rücktritt:

Ein Rücktritt ist bis zu 1 Woche vor dem ersten Termin ohne Kosten möglich. D.h. alle geleisteten Zahlung werden zu 100% rückerstattet. Danach fällt eine 10% Bearbeitungsgebühr an, zuzüglich anteilig die Gebühren der ggf. bereits geleisteten Trainingseinheiten.

4. Pflichten des Trainers

1. Sorgfaltspflichten:

- Überwachung und Anpassung der Trainingsmethoden, um Fortschritte zu maximieren und Verletzungen zu vermeiden.
- Regelmäßige Bewertung der Leistung und des Gesundheitszustands der Kursteilnehmer.

2. Verpflichtung zur Einhaltung von Sicherheitsstandards:

- Sicherstellung, dass alle Trainingsgeräte und -umgebungen sicher und ordnungsgemäß gewartet sind.
- Vermittlung und Durchsetzung korrekter Lauftechniken und Aufwärmübungen zur Vermeidung von Verletzungen.

3. Ethische Pflichten:

- Respektvoller Umgang mit allen Kursteilnehmern.
- Fairness und Rücksichtnahme bei gemeinsamen Aktivitäten.
- Ehrlichkeit bezüglich der Einschätzung der Fähigkeiten der Teilnehmer.

5. Pflichten des Kunden

1. Einhaltung der vereinbarten Trainingszeiten:

- Pünktliche Teilnahme an den festgelegten Trainingseinheiten.
- Informierung des Trainers im Voraus bei Verhinderung oder Verspätung.

2. Mitwirkungspflichten:

- Bereitstellung relevanter Informationen über gesundheitliche Einschränkungen oder besondere Bedürfnisse rechtzeitig vor Beginn des Trainings.
- Aktive Teilnahme und Befolgung der Anweisungen des Trainers.

3. Ethische Pflichten:

- Respektvoller Umgang mit dem Trainer und anderen Kursteilnehmern.
- Fairness und Rücksichtnahme bei gemeinsamen Aktivitäten.

- Ehrlichkeit bezüglich der eigenen Fähigkeiten und des Gesundheitszustands.

6. Haftung

1. Haftungsausschluss für leichte Fahrlässigkeit:

- Der Trainer haftet nicht für Schäden, die durch leichte Fahrlässigkeit verursacht werden. Dies gilt insbesondere für Schäden, die durch die Verletzung von Nebenpflichten entstehen, die nicht die Hauptleistungspflichten betreffen.

2. Haftungsbeschränkung für grobe Fahrlässigkeit und Vorsatz:

- Die Haftung des Trainers für grobe Fahrlässigkeit und Vorsatz bleibt unberührt. In diesen Fällen haftet der Trainer im gesetzlichen Umfang.
- Der Trainer ist im Besitz einer gültigen Trainerhaftpflichtversicherung.

3. Haftung für körperliche Schäden:

- Der Trainer haftet für Schäden aus der Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit, die auf einer fahrlässigen Pflichtverletzung des Trainers oder auf einer vorsätzlichen oder fahrlässigen Pflichtverletzung eines gesetzlichen Vertreters oder Erfüllungsgehilfen des Trainers beruhen.

4. Haftung für Sachschäden:

- Für Sachschäden haftet der Trainer nur bei grober Fahrlässigkeit oder Vorsatz. Eine Haftung für leichte Fahrlässigkeit ist ausgeschlossen.

5. Haftungsausschluss für persönliche Gegenstände:

- Der Trainer übernimmt keine Haftung für den Verlust oder die Beschädigung von persönlichen Gegenständen der Kursteilnehmer, die zu den Trainingseinheiten mitgebracht werden.

6. Haftungsausschluss bei Nichtbeachtung von Anweisungen:

- Der Trainer haftet nicht für Schäden, die durch die Nichtbeachtung von Anweisungen oder Empfehlungen des Trainers durch die Teilnehmer entstehen.

7. Haftung für externe Faktoren:

- Der Trainer haftet nicht für Schäden, die durch äußere Einflüsse entstehen, auf die der Trainer keinen Einfluss hat, wie z.B. Wetterbedingungen oder unvorhersehbare Ereignisse.

8. Haftungsausschluss für selbstverschuldete Verletzungen:

- Der Trainer haftet nicht für Verletzungen, die sich die Kursteilnehmer während des Trainings selbst verschulden, z.B. durch unsachgemäße Durchführung der Übungen oder Missachtung der Sicherheitsvorgaben oder Vorerkrankungen bzw. Verletzungen.

9. Schadensersatzansprüche und Mitwirkungspflichten

- **Mitwirkungspflicht des Kursteilnehmers:**
 - Der Kursteilnehmer ist verpflichtet, dem Trainer alle relevanten Informationen über gesundheitliche Einschränkungen rechtzeitig mitzuteilen, um Schäden zu vermeiden.
- **Meldepflicht bei Schadensfällen:**
 - Der Kursteilnehmer ist verpflichtet, Schäden und Verletzungen unverzüglich dem Trainer zu melden, um eine schnelle und angemessene Reaktion zu ermöglichen.

Persönliche Daten werden nur so lange gespeichert, wie dies zur Erfüllung der vertraglichen Pflichten erforderlich ist oder wie es gesetzliche Aufbewahrungspflichten vorschreiben.

Bei Fragen oder Anliegen zum Datenschutz können sich die Kursteilnehmer an den Trainer wenden.

Mit der Unterzeichnung des Vertrages erklärt sich der Kursteilnehmer mit der Erhebung, Verarbeitung und Nutzung seiner persönlichen Daten gemäß den oben genannten Regelungen einverstanden.

8. WhatsApp Gruppe

Einwilligung zur Aufnahme in einer WhatsApp-Gruppe

Der Teilnehmer willigt ein, dass der Trainer seine personenbezogenen Daten (z.B. Name, Telefonnummer, E-Mail-Adresse) zur Kommunikation bezüglich der Termin-, Treffpunktabsprache oder Durchführung der Lauftreffs unter Nutzung des Instant-Messaging-Dienstes „WhatsApp“ der WhatsApp Ireland Limited, 4 Grand Canal Square, Grand Canal Harbour, Dublin 2, Irland, nutzt.

Dem Teilnehmer ist bewusst, dass WhatsApp, Inc. personenbezogene Daten (insbesondere Metadaten der Kommunikation) erhält, die auch auf Servern in Staaten außerhalb der EU (z.B. USA) verarbeitet werden. Diese Daten gibt WhatsApp an andere Unternehmen innerhalb und außerhalb der Facebook-Unternehmensgruppe weiter. Weitere Informationen enthält die Datenschutzrichtlinie von WhatsApp

(<https://www.whatsapp.com/legal/#privacy-policy>). Der Trainer hat weder genaue Kenntnis noch Einfluss auf die Datenverarbeitung durch WhatsApp, Inc. WhatsApp ist unter dem Privacy-Shield-Abkommen <https://datenschutz-agentur.de/blog/merkblatt-fuer-die-nutzung-von-whatsapp/#:~:text=Die%20C3%9Cbermittlung%20von%20personenbezogenen%20Daten%20in%20die%20USA%20ist%20bei,und%20damit%20eine%20g%20C3%BCltige%20Rechtsgrundlage.>) zertifiziert und bietet hierdurch eine Garantie, das europäische Datenschutzrecht einzuhalten.

Dem Teilnehmer ist bewusst, dass er diese Einwilligung jederzeit ohne Angabe von Gründen für die Zukunft widerrufen kann, indem er dem Trainer in schriftlicher Form per E-Mail seinen Widerruf gegen die Verarbeitung seiner personenbezogenen Daten mitteilt.

7. Datenschutz

Der Trainer erhebt, verarbeitet und nutzt persönliche Daten der Kursteilnehmer nur, soweit dies zur Durchführung der Trainings und zur Erfüllung der vertraglichen Pflichten erforderlich ist. Zu den erhobenen Daten gehören unter anderem Name, Adresse, Telefonnummer, E-Mail-Adresse, gesundheitliche Informationen und Social-Media-Username. Die Daten werden ausschließlich für die Organisation und Durchführung der Trainings, Kommunikation bezüglich Termin- und Treffpunktabsprache, Erstellung individueller Trainingspläne, Verwaltung von Teilnehmerlisten und zur Veröffentlichung von Fotos und Videos im Zusammenhang mit Trainingsveranstaltungen verwendet (siehe **10 Einwilligung in Foto- und Videoaufnahmen**).

Der Trainer trifft geeignete technische und organisatorische Maßnahmen, um die Sicherheit der persönlichen Daten zu gewährleisten und diese vor unbefugtem Zugriff, Verlust oder Manipulation zu schützen. Persönliche Daten werden nicht an Dritte weitergegeben, es sei denn, dies ist zur Erfüllung der vertraglichen Pflichten erforderlich oder der Kursteilnehmer hat ausdrücklich eingewilligt. Die Kursteilnehmer haben das Recht auf Auskunft, Berichtigung, Löschung, Einschränkung der Verarbeitung und Datenübertragbarkeit ihrer persönlichen Daten gemäß Art. 15-21 DS-GVO. Sie können ihre Einwilligung zur Verarbeitung ihrer persönlichen Daten jederzeit ohne Angabe von Gründen für die Zukunft widerrufen.

9. Regeln für die Laufkurse

1. Die Gesamtverantwortung für einen Laufkurs bzw. ein Training trägt immer der Trainer mit gültiger Trainerlizenz.
2. Der Trainer bzw. das Trainerteam erscheint in der Regel 10 Minuten vor dem Start des Laufkurses am Treffpunkt und bleibt bis 10 Minuten nach dem Kurs für Fragen der Teilnehmer vor Ort.
3. Je nach Event wird in einer oder mehreren Leistungsgruppen gelaufen. Die Mitnahme von Hunden ist nicht erlaubt.
4. Alle Teilnehmer achten aufeinander und helfen sich bei auftretenden Problemen. Teilnehmer, die die Mindestvoraussetzungen nicht erfüllen, können ausgeschlossen werden.
5. Der Trainer kann Teilnehmer vorübergehend aus einer bestimmten Leistungsgruppe ausschließen, wenn sie gesundheitlich angeschlagen wirken oder das für die Gruppe geplante Trainingsprogramm nicht einhalten können.
6. Grundsätzlich wird bei jedem Wetter gelaufen. Der Trainer hat das Recht, bei extremen Wetterverhältnissen das Event abzusagen. Es wird versucht Ersatztermine zu finden.
7. Während des Events kann fotografiert werden. Die Teilnehmer stimmen zu, dass Bilder in Medien veröffentlicht werden können, ohne volle Namen zu nennen.
8. Die Teilnahme erfolgt eigenverantwortlich und gilt auch für die Beurteilung der Wetterlage sowie die Einschätzung der eigenen Gesundheit und Leistungsfähigkeit. Teilnahme bei vollständiger Gesundheit. Ein Teilnahmeverbot gilt für Teilnehmer mit akuter Erkältung, grippalen Infekten oder schwerwiegenden Herzkreislauferkrankungen.
9. Zum Abschluss eines Events findet in der Regel gemeinsam ein kurzes Dehnprogramm statt. Die Gesamtdauer eines Laufkurses oder Lauftreffs beträgt grundsätzlich 60 Minuten.
10. Bei Events wird teilweise auf öffentlichen Verkehrswegen gelaufen. Die Straßenverkehrsordnung ist dabei immer zu beachten.
11. An einem Event darf nur teilnehmen, wer die Gebühr vorher komplett gezahlt hat. Bei Ausfällen aus Gründen, die der Trainer nicht zu verantworten hat, besteht kein Anspruch auf Nachleistung oder Rückzahlung der Gebühr.
12. Der Trainer haftet nicht für Unfälle oder Sportverletzungen. Alle Teilnehmer bestätigen die Kenntnisnahme und ihr Einverständnis mit den Regeln mit ihrer Unterschrift auf Vertrag zum Lauftraining.

13. Bei Krankheit oder sonstig begründetem Ausfall des Trainers, werden die Teilnehmer frühstmöglich informiert und entweder ein Ersatztrainer mit gleicher Qualifikation bereitgestellt, oder ein Ersatztermin gesucht.

10. Einwilligung in Foto- und Videoaufnahmen

Mit Unterzeichnung des Vertrages zum Lauftraining willigt der Teilnehmer ein, dass seine personenbezogenen Daten verwendet werden dürfen, nämlich:

- Social-Media-Username und/oder Vorname
- Fotos, Videos oder Storys

Fotos, Videos oder Stories, die im Zusammenhang mit Events auf Blog und Social Media stehen, auf denen der Teilnehmer zu sehen ist, dürfen veröffentlicht werden. Der Social-Media-Username oder Vorname des Teilnehmers kann dabei genannt werden.

Die oben genannten Daten dürfen für die folgenden Zwecke genutzt werden:

- Veröffentlichung auf Blog/Website
- Verwendung auf den Social Media Plattformen (Facebook, Instagram, WhatsApp Status)
- Teilnehmerliste, welche für Trainer sichtbar ist (Vorname, Nachname, gebuchter Kurs, E-Mail Adresse)

Dem Teilnehmer ist bekannt, dass er für die Veröffentlichung kein Entgelt erhält. Der Teilnehmer kann seine Zustimmung zur Veröffentlichung und Verwendung von Fotos, Videos oder Storys jederzeit zurücknehmen oder einschränken. Ansonsten ist die Einwilligung unbegrenzt gültig.

Widerrufsrecht

Dem Teilnehmer ist bewusst, dass er diese Einwilligung jederzeit ohne Angabe von Gründen für die Zukunft widerrufen kann, indem er postalisch oder per E-Mail über seinen Widerruf gegen die Verarbeitung seiner personenbezogenen Daten unterrichtet.

Der Teilnehmer hat ein Recht auf Auskunft, Berichtigung, Löschung, Einschränkung der Verarbeitung und Datenübertragbarkeit (Art. 15-21 DS-GVO), sowie auf Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde (Art. 77 DS-GVO).

Der Teilnehmer hat außerdem das Recht, dem Zweck dieser Einwilligungserklärung nicht zuzustimmen. Mit der Nichteinwilligung gehen keine negativen Konsequenzen einher.

11. Sonstige Bestimmungen

Gerichtsstand entspricht dem Wohnsitz des Trainers
– München.

Eine Teilnahme an den Laufkursen ist ab 16 Jahren
möglich. Jüngere Teilnehmer benötigen die
ausdrückliche Zustimmung der
Erziehungsberechtigten.

Salvatorische Klausel

Sollte eine Bestimmung dieses Vertrages ganz oder
teilweise unwirksam oder undurchführbar sein oder
werden, so wird hierdurch die Wirksamkeit der
übrigen Bestimmungen nicht berührt. Anstelle der
unwirksamen oder undurchführbaren Bestimmung
gilt eine wirksame und durchführbare Regelung als
vereinbart, die dem wirtschaftlichen Zweck der
unwirksamen Bestimmung soweit wie möglich
entspricht. Dasselbe gilt im Falle einer
Regelungslücke.