

# KURSVEREINBARUNGEN

## Wunschkurs gefunden?! Möchten Sie sich über das Formular nun offiziell anmelden?!

Damit es für Sie vielleicht schon bald in einer der festen Trainingsgruppen losgehen kann - eine tolle, effektive Zeit garantiert ist, mit viel Spaß - möchte ich Sie darum bitten folgende Vereinbarungen noch vor Kursanmeldung durchzulesen, zu beachten und einzuhalten:

### 1. Datenschutz - personenbezogenen Daten (DSGVO)

Durch eine Kontaktaufnahme/Kursanmeldung willigen Sie in die Erfassung Ihrer personenbezogenen Daten ein. Es erfolgt keinerlei Weitergabe an Dritte. Die Daten werden 10 Jahre nach zuletzt erfolgter Angabe gespeichert/aufbewahrt und zwar zum Zweck: • der professionellen Durchführung der Kurse, • der Kontaktpflege (Terminvereinbarungen etc.), • der Information bei einer Anfragenbearbeitung im Kontext der Kurse, • der Durchführung von Werbezusendungen per Post, telefonisch oder per Email. Diese Einwilligung können Sie jederzeit ohne Angabe von Gründen widerrufen oder abändern (per Mail/Post). Durch den Widerruf entstehen Ihnen keinerlei Kosten, abgesehen von Portokosten, Übermittlungskosten nach bestehenden Grundtarifen.

### 2. Einstiegsfragebogen „Kontraindikation“ (Gesundheits-Check)

Bitte lesen und beachten Sie noch vor Kursanmeldung die Hinweise in einem der Kontraindikations-Fragebogen. Mit gesundem Menschenverstand sollten Sie dann entscheiden können, ob das gewählte Kursangebot für Sie passt.

### 3. Kursteilnahme - Kursgebühr

Nach erfolgter Kursanmeldung, erhalten Sie umgehend Info, ob für Sie ein Platz im gesamten (10-wöchigen) Kursblock und in fester Trainingsgruppe reserviert werden konnte. Da die Teilnehmerzahl bei Präventionskursen begrenzt ist (max. 15 Personen) und die Nachfrage in der Regel groß ist, bitte ich Sie eine Teilnahmezusage/-info abzuwarten. Haben Sie diese erhalten, so kommt es zum Vertragsschluss und ich bitte Sie, die dort angewiesene Kursgebühr (bis spätestens 14 Tage vor Kursstart) zu überweisen oder bar zu bezahlen.

Sollten Sie, trotz erfolgter Anmeldung, dennoch nicht am bald startenden Kursblock teilnehmen können, so informieren Sie mich bitte umgehend wegen einer evtl. Regelung, damit ggf. ein Nachrücker Ihren Kursplatz übernehmen kann. Im Krankheitsfall vor Kursbeginn kann ich Ihnen nach Vorlage eines ärztl. Attests die Kursgebühr zurück erstatten. Sollten Sie während eines laufenden Kursblocks von der Teilnahme zurücktreten wollen, so ist dies in der Regel leider nicht möglich.

### 4. Kurstermin verpasst bzw. abgesagt

Das passiert, kommt vor - aus ganz unterschiedlichen Gründen - und ist nicht weiter schlimm:

Falls Sie mal krank sind, nicht fit oder spontan einen anderen Termin wahrnehmen müssen, informieren Sie mich bitte umgehend über Ihre Abwesenheit z.B. via Mail an info@pro-ruecken.de. Vielleicht findet sich auch, nach Rücksprache mit mir, ein Nachholtermin für die versäumte Kursstunde (nur im aktuellen Kursblock und bei gleichem Kursformat möglich!) Umgekehrt informiere ich Sie auch sofort, wenn ich mal verhindert sein sollte und eine Kursstunde daher ausfallen muss. Der Kurstermin wird natürlich zeitnah nachgeholt.

### 5. Präventionskurs (ZPP zertifizierte Gesundheitskurse nach §20 Präventionsgesetz)

Ist der 10-wöchige Präventionskurs beendet, erhalten Sie von mir (sofern Sie mindestens 80% des Kurses absolviert haben) auf Wunsch eine Bescheinigung zur Vorlage bei Ihrer gesetzlichen Krankenkasse.

### 6. Trainingsinfos - Was sollte bzw. muss zum Training mitgebracht werden? Wo wird trainiert?

- bequeme Sportkleidung • rutschfeste Gymnastikmatte • ein Handtuch zur Auflage auf die Matte
- rutschfeste, saubere (Hallen)Sportschuhe (dunkle, farbige Sohlen sind erlaubt, sofern die nicht abfärben, non-marking sind). Alternativ oder zusätzlich können auch Anti-Rutsch-Socken genutzt werden
- immer etwas zum Trinken • ggf. eine Decke/warmer Pullover für die Entspannungsphase am Ende jeder Stunde
- ggf. Wechselkleidung zum Umziehen nach dem Training • gute Laune und positive Einstellung

Bitte beachten: Eine Umkleidemöglichkeit vor Ort gibt es nur in Sulzheim. Am besten sie kommen bereits in Sportkleidung und wechseln vor Ort nur noch Ihre Trainingsschuhe. 😊 Los geht's!

- **Standort 55232 Ensheim**, Hahnengasse 16  
Dorfgemeinschaftshaus - Großer Saal
- **Standort 55286 Sulzheim**, Böhlweg 3  
Gemeindehalle - Sportplatz