



Vertrag über Personal Training

_____ Datum

zwischen
Herrn Torsten Besoke, Kreuzstr. 6, 41469 Neuss
und

-Personal Trainer (zukünftig PT)

Name, geb. , Straße, PLZ und Wohnort

-Trainee (zukünftig T)

1

Unter dem ausdrücklichen Vorbehalt, daß seitens T ein ärztlicher Gesundheitscheck absolviert und hierüber dem PT ein Attest vorgelegt wird, aus dem sich ergibt, daß T sportgesund ist, wird der nachfolgende Vertrag geschlossen:

1. Leistungsgegenstand

- a. Der PT wird auf der Basis des gem. Ziffer 2 zu erstellenden Trainingsplans ein individuell auf T zugeschnittenes Trainingsprogramm mit T durchführen. PT wird T im Rahmen der vereinbarten Trainingseinheiten individuell beraten und betreuen.
- b. Das Training kann aufgrund der Individualität nur durch T höchstpersönlich in Anspruch genommen werden.
- c. Das Trainingsprogramm basiert auf den Angaben von T in dem von ihm ausgefüllten und unterzeichneten Fragebogen. T versichert, wahrheitsgemäße und vollständige Angaben gemacht zu haben - der Fragebogen ist Vertragsinhalt.

2. Leistungsinhalt / Training

- a. Der PT erstellt vor Durchführung des Personal Training einen individuellen Trainingsplan für T, der auf die Bedürfnisse und die körperlichen Fähigkeiten von T ausgerichtet ist. Mögliche Trainingsinhalte und -ziele werden zwischen PT und T abgestimmt und – soweit möglich - in den Trainingsplan eingearbeitet. Der Trainingsplan wird in von PT vorbereiteten und persönlich geleiteten Trainingseinheiten (TE) durchgeführt. Im Rahmen der Durchführung des Trainingsprogrammes hat T die Weisungen des PT einzuhalten.
- b. Der PT führt zwei Fitnesstests und Körperanalysen durch. Diese finden in der 1. und 10. Trainingsstunde statt. Für jede weitere Körperanalyse werden pro Messung 30€ berechnet.



- c. Vertragsinhalt ist die Durchführung von insgesamt _____ TEs.
 - d. Die Dauer einer TE beträgt 45 Minuten.
 - e. Der Inhalt jeder TE wird nach Ort, Umfang und Art vorab mit T abgesprochen.
 - f. Die Trainingszeiten der TEs werden wochenweise - auf Wunsch auch mit bis zu 3 Wochen Vorlaufzeit - verabredet oder kurzfristig vereinbart. Ein Anspruch auf eine bestimmte Trainingszeit oder einen bestimmten Trainingsort besteht nicht.
 - g. Das Training kann Outdoor (TO) oder beim Kunden vor Ort stattfinden, soweit nicht andere Orte vereinbart werden – z.B. im Hinblick auf die Durchführung von Dauerläufen und ähnlichem.
3. Gesundheitscheck / -erklärung / nachträgliche Veränderungen des Gesundheitszustandes
- a. Die Durchführung des Trainingsprogrammes ist davon abhängig, daß seitens T ein ärztlicher Gesundheitscheck absolviert und hierüber dem PT ein Attest vorgelegt wird, aus dem sich ergibt, daß T sportgesund ist.
 - b. Im übrigen verpflichtet sich T, vor Trainingsbeginn dem PT schriftlich alle körperlichen Einschränkungen, operativen Eingriffe, Medikamentennahmen sowie sonstige Einschränkungen schriftlich mitzuteilen, die für die Durchführung des Trainingsprogrammes von Bedeutung sind.
 - c. T ist verpflichtet, nach Vertragsschluss eintretende Veränderungen des Gesundheitszustandes sowie jedwede Art von auftretenden körperlichen Beschwerden, insbesondere während der Durchführung der Trainingsmaßnahme (z.B. Unwohlsein, Schmerzen, Schwindel etc.) unverzüglich und vollständig mitzuteilen. Der PT entscheidet dann, ob das Training fortgesetzt wird.
4. Trainingsverhinderung / Trainingsausfall
- a. T hat den PT spätestens 12 Stunden vor Trainingsbeginn über eine mögliche Verhinderung zu informieren (per SMS, e-mail, telefonisch oder persönlich). Die TE kann mit einem Ersatztermin nachgeholt werden. Bei späterer Absage besteht kein Anspruch auf einen Nachholtermin.
 - b. Soweit eine TE aufgrund unvorhersehbarer Umstände unmöglich sein sollte, findet eine geplante out-door-TE gegebenenfalls in-door statt, eine in-door-TE kann nach Absprache nachgeholt werden. PT und T werden hier entsprechende unmittelbare Vereinbarungen treffen.



- c. Im Hinblick auf eventuelle Urlaube, Feiertage oder auch krankheitsbedingte Verhinderungen des PT oder T werden die Parteien Absprachen über die Nachholung der TEs treffen. Entsprechend verschobene TEs sollen innerhalb von 2 Monaten nachgeholt sein.
- d. Gebuchte und bezahlte TEs sollen durch T innerhalb von 12 Monaten ab Rechnungsdatum absolviert werden. Nimmt T aus von ihm/ihr zu vertretenden Gründen die TEs nicht innerhalb des dieses Zeitraumes wahr, besteht kein Anspruch von T auf Rückerstattung bereits bezahlter Beträge.
- e. Bei Terminabsage durch den PT können durch T keine Ersatzansprüche geltend gemacht werden. Bereits bezahlte TE's werden gutgeschrieben und binnen 2 Monaten nachgeholt.

3

5. Haftungsausschluss

- a. Der PT haftet nicht für Sach- und / oder Personenschäden von T, soweit sie nicht auf Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit des PT beruhen und nicht eine Versicherung eingreift.
- b. Der PT haftet über die Erbringung der geschuldeten Leistung gem. des Trainingsplanes hinaus nicht für ein etwaiges Nichterreichen der von T mit der Eingehung des Vertrages verfolgten Ziele.
- c. Der PT übernimmt keinerlei Haftung für eventuelle Beschädigungen oder Verluste von Gegenständen von T im Zusammenhang mit dem diesem Vertrag zugrunde liegenden Training. Der PT übernimmt keinerlei Haftung für Gesundheitsschäden von T, die möglicherweise aufgrund fehlerhafter Trainingsplanung und –durchführung eintreten, soweit nicht Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit des PT gegeben sind. T hat sich eigenverantwortlich im Hinblick auf eventuelle Unfälle und Verletzungen, die im Rahmen der Durchführung dieses Vertrages auftreten können, zu versichern. Entsprechendes gilt auch für den Weg zum und vom Trainingsort.

6. Preise / Zahlung / sonstige Kosten

- a. Der Preis für das Training beträgt _____€ incl. MwSt (Trainingsumfang), incl. Anreise 30 Cent pro gefahrenen Kilometer. Die Zahlung kann in Raten vereinbart werden und wird mit dem Kunden abgestimmt.
- b. PT erstellt eine Rechnung, die bargeldlos auf das Konto (siehe Fußzeile) unter Angabe der in der Rechnung aufgeführten Rechnungsnummer zu zahlen ist.
- c. Eventuell entstehende externe Kosten aufgrund besonders gewünschter Sportarten, Trainingsinhalte oder anderer Trainingsorte fallen zusätzlich an und sind von T separat auszugleichen.



7. Beendigung des Vertrages

- a. Dieser Vertrag endet mit der vollständigen Durchführung der unter Ziffer 2. aufgeführten Trainingseinheiten, ohne daß es einer separaten Kündigung dieses Vertrages bedarf. Die ordentliche Kündigung des Vertrages während der Laufzeit der Trainingseinheiten ist ausgeschlossen.
- b. Dieser Vertrag kann wechselseitig außerordentlich gekündigt werden, wenn es dem jeweils anderen Vertragspartner aus Gründen, die in der Person oder im Verhalten des anderen Vertragspartners liegen, unzumutbar geworden ist, am Vertrag festzuhalten.
- c. Seitens T kann der Vertrag außerordentlich mit einer Frist von einem Monat gekündigt werden, wenn ein ärztliches Attest vorgelegt wird, aus dem sich ergibt, daß nach Vertragsschluß Erkrankungen oder Verletzungen aufgetreten sind, die eine weitere Durchführung dieses Vertrages unmöglich machen. Bereits bezahlte und nicht mehr in Anspruch genommene TEs werden rückvergütet.

4

8. Namensnennung auf der Homepage, Videoaufnahmen des Trainings, Verwendung der Aufnahmen

- a. T ist bereit, für PT eine Empfehlung auszusprechen und gestattet PT, diese unter Namensnennung von T auf seine Homepage zu stellen.
- b. PT beabsichtigt, das Training oder einzelne Trainingseinheiten mittels Videotechnik – zur Zeit mit dem Programm „Coach Eye“ - aufzunehmen.
 - ba. Die Aufnahmen werden von PT aufbewahrt und dienen zum einen als Dokumentation für die Entwicklung des Trainings und der Leistung von T. T erteilt zu diesen Aufnahmen und der Aufbewahrung die Zustimmung.
 - bb. Die vorbezeichneten Aufnahmen sollen im weiteren als Anschauungsmaterial für die Durchführung des Trainings gegenüber Dritten dienen und auf die Homepage von PT hochgeladen werden. T erteilt seine Zustimmung, daß die Aufnahmen Dritten gegenüber zugänglich gemacht und auf die Homepage des PT hochgeladen werden dürfen.
- c. Soweit T mit der Namensnennung auf der Homepage, der Erstellung von Aufnahmen, deren Aufbewahrung, der Einsichtnahme durch Dritte und/oder der Veröffentlichung auf der Homepage von PT gemäß Buchstabe b nicht oder nicht mehr einverstanden ist, kann T schriftlich widersprechen



9. Sonstiges

- a. T hat eigenverantwortlich geeignete Trainingskleidung selbst zu stellen – entsprechendes gilt auch für wettergemäße Trainingsbekleidung bei Training im Außenbereich.
- b. Der PT dokumentiert jede Trainingseinheit im Hinblick auf den wesentlichen Verlauf und etwaige Besonderheiten. Er hat die Dokumentation auszuwerten und mit T zu besprechen.
- c. Änderungen, Ergänzungen und Nebenabreden des Vertrages bedürfen der Schriftform, wobei das Schriftformerfordernis auch für den Verzicht auf die Schriftform gilt.
- d. Sollte eine der vorstehenden Bestimmungen unwirksam oder undurchführbar sein, bleibt die Wirksamkeit der übrigen Bestimmungen dieses Vertrages unberührt. An Stelle der unwirksamen oder undurchführbaren Bestimmung tritt eine geeignete, dem beabsichtigten Erfolg möglichst nahe kommende und rechtswirksame Regelung.
- e. Personenbezogene Daten von T – mit Ausnahme solcher der Ziffer 8 - werden vom PT gespeichert, ausschließlich im Rahmen dieses Vertrages verwendet und spätestens 24 Monate nach der letzten Trainingseinheit gelöscht.
- f. T verpflichtet sich, über etwaige Geschäfts- und Betriebsgeheimnisse, die ihm bekannt geworden sind, auch nach Beendigung dieses Vertrages Stillschweigen zu bewahren. Entsprechendes gilt für den PT betreffend aller im Zusammenhang mit der Erfüllung dieses Vertrags bekannt gewordenen persönlichen Informationen von T.

5

Neuss, den _____

Unterschrift Personal Trainer

Unterschrift Kunde



Gesundheitsfragen

Allgemeine Daten

Tel. Nr. _____

Mobil: _____

Email: _____

Geburtsdatum: _____

Körpergröße: _____

Körpergewicht: _____

Herzfrequenz: _____

Blutdruck: _____

Wie schätzen Sie Ihre aktuelle Fitness ein?

Machen Sie zurzeit regelmäßig Sport?

Was machen Sie beruflich? Wie viel Zeit sitzen Sie am Tag?



Wie schätzen Sie Ihre berufliche Belastung ein? Arbeiten Sie körperlich oder geistig?

Wie viele Stunden arbeiten Sie pro Tag und pro Woche?

Wie viele Stunden schlafen Sie pro Nacht?

Wie viele Mahlzeiten essen Sie pro Tag?

Wie viel trinken Sie pro Tag?

Wie viel ist davon Wasser und was trinken Sie am häufigsten?



Haben Sie irgendwelche Einschränkungen oder Krankheiten, die Ihr Training beeinflussen können?

8

Nehmen Sie regelmäßig Medikamente ein?

Trinken Sie regelmäßig Alkohol?

Rauchen Sie? Wenn ja wie viele pro Tag?

Torsten Besoke Kreuzstraße 6 41469 Neuss



web: www.torstenbesoke.de
email: info@torstenbesoke.de
tel.: 0179-3903478

Was für Ziele wollen Sie erreichen und ordnen Sie diese bitte ein?

Kurzfristig:

Mittelfristig:

Langfristig:

An welchem(n)Tag(en) und zu welcher Uhrzeit möchten Sie trainieren?

Haben Sie schon einmal mit einem Personal Trainer trainiert?

Weitere Bemerkungen:

Unterschrift Kunde