

## **Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)**

### **für meine Outdoor-Lauftreff-Angebote über Urban Sports Club**

#### **1. Geltungsbereich**

Diese Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) gelten für alle Anmeldungen und Verträge zwischen der Kursleitung

**Rouven Müller – Sportpsychologe und Coach**

Am Weidenbroich 1

42897 Remscheid

Deutschland

(nachfolgend „Anbieter“)

**Kontakt**

0157 5795 6444

sportpsychologe@gmx.de

www.rouvenmueller-coaching.de

und den Teilnehmenden an Outdoor-Lauftreff-Angeboten über Urban Sports Club (nachfolgend „Kurs“), sowie anderen Teilnehmenden an meinem Outdoor-Lauftreff-Angeboten.

#### **2. Anmeldung**

Die Anmeldung erfolgt über die Urban Sports Plattform.

#### **3. Kursbeschreibung**

Es handelt sich um ein Lauftreff, insbesondere für Einsteiger (inkl. Kurzes Warm-Up, Laufen, Dehnen).

Die Kursinhalte dienen der Gesundheitsförderung und ersetzen keine medizinische, psychotherapeutische Behandlung oder Rehabilitationsmaßnahmen.

#### **4. Kursdurchführung**

Der Kurs „Laufen für mentale Gesundheit“ umfasst ca. 45 Minuten. Der Lauftreff „Mindful Morning Run“ umfasst ca. 30 Minuten.

#### **5. Zielgruppe, Teilnahmevoraussetzungen und Gesundheitszustand**

Die Teilnahme unterliegt bezüglich des gesundheitlichen Zustandes und der körperlichen Belastbarkeit der eigenen Verantwortung. Voraussetzung ist ein stabiler Gesundheitszustand. Ärztliche Rücksprache bei chronischen Erkrankungen (z. B. Herzinsuffizienz, Diabetes) oder anderen Einschränkungen oder eigenen Bedenken wird stark empfohlen. Auch Personen mit akuten Erkrankungen, instabilen Herz-Kreislauf-Problemen, schweren Gelenk- oder Wirbelsäulenbeschwerden oder anderen medizinischen Kontraindikationen sollten vor Kursbeginn ärztlichen Rat einholen.

Die Kursleitung behält sich vor, Teilnehmende bei erkennbaren gesundheitlichen Risiken oder unzureichender Belastbarkeit von der Teilnahme auszuschließen.

Die Teilnehmenden informieren die Kursleitung über gesundheitliche Veränderungen während der Kursdauer (bspw. Übelkeit, Kreislaufbeschwerden, ...).

Eine vorherige **ärztliche Unbedenklichkeitsbescheinigung** kann im Einzelfall angefordert werden.

## **6. Sturz- und Verletzungsrisiko**

Den Teilnehmerinnen und Teilnehmern ist bewusst, dass bei Outdoor-Laufveranstaltungen trotz sorgfältiger Planung und Anleitung ein erhöhtes Risiko von Stürzen, Ausrutschen oder sonstigen Verletzungen besteht.

Unebenheiten des Bodens, Wurzeln, Schotter, Bordsteinkanten, Nässe oder sonstige natürliche Gegebenheiten können nicht vollständig ausgeschlossen oder gesichert werden.

Die Teilnahme erfolgt insoweit auf eigenes Risiko.

## **7. Verhalten im Straßenverkehr**

Soweit Laufstrecken öffentliche Wege oder Straßen betreffen, gelten die Vorschriften der Straßenverkehrsordnung (StVO).

Jede Teilnehmerin/jeder Teilnehmer ist verpflichtet, eigenständig auf den Verkehr zu achten und sich verkehrsgerecht zu verhalten.

Die Anbieterin übernimmt keine Haftung für Schäden, die aus der Missachtung verkehrsrechtlicher Vorschriften durch Teilnehmende resultieren.

## **8. Witterungsbedingungen**

Der Lauftreff findet grundsätzlich bei jeder Witterung statt.

Den Teilnehmerinnen und Teilnehmern ist bewusst, dass Witterungseinflüsse wie Hitze, Kälte, Nässe, Wind oder rutschige Untergründe das Verletzungs- und Gesundheitsrisiko erhöhen können.

Jede Teilnehmerin/jeder Teilnehmer ist verpflichtet, für angemessene Kleidung, geeignete Laufschuhe sowie ausreichende Flüssigkeitszufuhr selbst Sorge zu tragen.

Die Anbieterin behält sich vor, Termine bei extremen Wetterbedingungen (z. B. Sturm, Gewitter, amtliche Unwetterwarnung) aus Sicherheitsgründen abzusagen oder anzupassen.

## **9. Körperliche Überlastung / Trainingsintensität**

Die Trainingsintensität orientiert sich an einem allgemeinen Gruppenlevel und stellt keine individuelle Trainingsberatung dar.

Jede Teilnehmerin/jeder Teilnehmer ist verpflichtet, auf die eigenen körperlichen Signale zu achten und Belastungen eigenständig zu reduzieren oder das Training abbrechen.

### **10. Haftungsausschluss**

Die Kursleitung übernimmt keine Haftung für gesundheitliche Schäden, die auf eine unvollständige oder unrichtige Selbstauskunft zurückzuführen sind.

Für Schäden an Eigentum oder Vermögen der Teilnehmer\*innen (wie z.B. mitgebrachten Gegenständen) wird keine Haftung übernommen, außer bei Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit der Kursleitung, eines gesetzlichen Vertreters oder Erfüllungsgehilfen.

### **11. Rücktritt, Umbuchung und Kursabbruch**

Es gelten die Stornobedingungen von Urban Sports Club. Ein Anspruch auf Erstattung durch die Kursleitung besteht nicht.

### **12. Datenschutz**

Personenbezogene Daten werden ausschließlich zur Organisation des Kurses, Rechnungsstellung und Kommunikation verarbeitet. Eine Weitergabe an Dritte erfolgt nicht. Weitere Informationen zum Datenschutz sind in der Datenschutzerklärung auf <https://www.rouvenmueller-coaching.de/datenschutzerklaerung> einsehbar.

### **13. Schlussbestimmungen**

Sollten einzelne Bestimmungen dieses Vertrages ganz oder teilweise unwirksam oder undurchführbar sein oder werden, so lässt dies die Wirksamkeit der übrigen Bestimmungen dieses Vertrages unberührt. Dies gilt auch in dem Fall, dass sich der Vertrag als lückenhaft herausstellen sollte. Änderungen oder Ergänzungen des Vertrages dürfen nur schriftlich erfolgen. Es gilt deutsches Recht. Gerichtsstand ist Köln