Haftungs- und Teilnahmeerklärung

Stand: 01. Oktober 2026

für die Kleingruppenkurse der Brain Based Movement GmbH

Die vorstehende Erklärung begründet keine über die gesetzlichen Bestimmungen und die vereinbarten AGB hinausgehende Haftungsbeschränkung. Die Teilnahme an den Kleingruppenkursen der Brain Based Movement GmbH erfolgt eigenverantwortlich.

1. Eigenverantwortliche Teilnahme

Ich bestätige, dass ich grundsätzlich in der Lage bin, an einem allgemeinen körperlichen Training teilzunehmen.

Mir ist bewusst, dass körperliche Belastung – abhängig von Trainingszustand, individueller Belastbarkeit und persönlichen Voraussetzungen – mit körperlichen Reaktionen und Risiken verbunden sein kann.

Ich verpflichte mich, meine persönliche Belastbarkeit realistisch einzuschätzen und Übungen nur im Rahmen meiner individuellen Möglichkeiten durchzuführen.

2. Gesundheitliche Einschränkungen

Ich informiere die Trainer vor Beginn des Trainings über mir bekannte gesundheitliche Einschränkungen, Verletzungen oder sonstige Umstände, die für die sichere Durchführung des Trainings relevant sein können.

Bei Unsicherheit über meine körperliche Belastbarkeit werde ich vor der Teilnahme gegebenenfalls ärztlichen Rat einholen.

Die Trainer können Übungen verändern, vereinfachen, ersetzen oder die Teilnahme an einzelnen Übungen ablehnen, wenn dies aus fachlicher oder sicherheitsbezogener Sicht angezeigt erscheint.

3. Beschwerden während des Trainings

Treten während des Trainings Schmerzen, Schwindel, Übelkeit, Atemnot, Unwohlsein oder andere ungewöhnliche Beschwerden auf, werde ich dies unverzüglich der Trainerperson mitteilen und das Training gegebenenfalls unterbrechen oder beenden.

4. Individuelle Grenzen

Mir ist bewusst, dass ein Kleingruppenkurs trotz individueller Anpassungen keine vollständige individuelle Betreuung wie ein Personal Training darstellt.

Die Übungen und Trainingsbelastungen werden innerhalb der Möglichkeiten einer Kleingruppe angeleitet und können bei Bedarf individuell angepasst werden.

Ich werde meine persönlichen Grenzen beachten und keine Übung gegen erhebliche Schmerzen oder deutliche Warnsignale des eigenen Körpers durchführen.

5. Haftung

Die Haftung der Brain Based Movement GmbH richtet sich nach den gesetzlichen Bestimmungen und den vereinbarten Allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Insbesondere bleiben gesetzliche Ansprüche wegen einer Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit sowie Ansprüche aufgrund vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Verhaltens unberührt.

Diese Erklärung stellt keinen vollständigen Ausschluss gesetzlicher Haftungsansprüche dar.

6. Kenntnisnahme

Mit meiner Buchung bzw. Teilnahme bestätige ich, dass ich die vorstehenden Hinweise gelesen und zur Kenntnis genommen habe.

Ich nehme an den Kleingruppenkursen eigenverantwortlich teil und werde relevante gesundheitliche Einschränkungen oder Veränderungen vor bzw. während des Trainings mitteilen.