



# Verzichtserklärung & Haftungs- entbindung

zwischen feal fit GmbH

- vertreten durch die Geschäftsführer Felix & Alisa Fecher –
- nachfolgend feal fit genannt –

und

**Name**

**Geburtsdatum**

**Adresse**

**Telefon**

**E-Mail**

**Notfallkontakt**

## 1. Teilnahme auf eigene Verantwortung

Hiermit bestätige ich, dass ich auf eigene Verantwortung an Kursen, Personal Training und sämtlichen sonstigen Aktivitäten bei feal fit teilnehme.

Mir ist bewusst, dass bei jeglicher Art von körperlichem Training Risiken bestehen, die unter anderem, aber nicht ausschließlich, zu folgenden Verletzungen führen können:

- Stürze mit leichten bis schwerwiegenden Verletzungen, einschließlich Todesfolge.
- Verletzungen durch Missachtung eigener Grenzen, Trainingspartner oder anderer Personen.
- Verletzungen durch unsachgemäße Nutzung von Trainingsequipment.

Ich nehme zur Kenntnis, dass alle genannten Risiken ernsthafte gesundheitliche Folgen haben können – bis hin zum Tod.

## **2. Besondere Risiken bei intensivem Training**

Mir ist bewusst, dass bei Trainingsformen wie Functional Fitness, HIIT oder anderen intensiven körperlichen Aktivitäten das Risiko einer Rhabdomyolyse (Auflösung quergestreifter Muskelfasern) besteht.

Ich weiß außerdem, dass dieses Risiko durch Faktoren wie übermäßigen Alkoholkonsum oder die Einnahme bestimmter Medikamente (z. B. Lovastatin oder Fibrate) erhöht wird.

## **3. Gesundheitszustand**

Ich bestätige, dass ich keine gesundheitlichen Einschränkungen habe, die mich selbst oder andere gefährden könnten.

Insbesondere erkläre ich:

- Ich befinde mich nicht in ärztlicher oder physiotherapeutischer Behandlung aufgrund einer Verletzung oder Erkrankung.
- Es besteht kein ärztliches Verbot für Laufen, schweres Heben, Kniebeugen oder vergleichbare körperliche Aktivitäten.
- Ich bin nicht schwanger. Nach einer Geburt wurde mir sportliche Aktivität von meinem Arzt wieder erlaubt.

## **4. Übernahme der Risiken**

Ich übernehme die volle Verantwortung für alle Risiken, die mit meiner Teilnahme an Kursen, Programmen oder Personal Training bei feal fit verbunden sind. Ich akzeptiere die volle Verantwortung für alle Verletzungen, temporär oder dauerhaft, bis hin zum Tod, die aus meiner Teilnahme resultieren können.

Mir ist bewusst, dass beim Training körperliche Reaktionen wie abnormaler Blutdruck, Ohnmacht oder Herzrhythmusstörungen auftreten können. In seltenen Fällen können Vorerkrankungen schwerwiegende Ereignisse wie Schlaganfall, Herzinfarkt oder Tod begünstigen. Ich habe diese Hinweise verstanden.

## **5. Verzichtserklärung**

In Kenntnis der genannten Risiken und in freiwilliger Teilnahme an den Aktivitäten bei feal fit verzichte ich hiermit auf jegliche Ansprüche gegen feal fit, deren Vertreter, Angestellte oder ehrenamtliche Helfer – es sei denn, es liegt vorsätzliches oder grob fahrlässiges Verhalten vor.

Ich verzichte insbesondere auf Ansprüche im Zusammenhang mit angeblich fahrlässigem Verhalten oder Versäumnissen.

## 6. Foto- und Videoaufnahmen

Ich erteile feal fit das Recht, während des Trainings entstandene Aufnahmen (Ton, Bild, Video) für eigene Werbe- und Informationsmaßnahmen zu verwenden. Dies umfasst Print- und Digitalmedien

Die Aufnahmen werden nicht an Dritte weitergegeben und bleiben Eigentum von feal fit.

## 7. Schlussbestimmungen

Diese Vereinbarung ist bindend. Sollte eine einzelne Bestimmung unwirksam sein, bleibt die Wirksamkeit der übrigen Bestimmungen unberührt.

Ort, Datum, Unterschrift: \_\_\_\_\_

**Bei Minderjährigen zusätzlich:**

Ort, Datum, Unterschrift Erziehungsberechtigte/r: \_\_\_\_\_

# feal fit

feal fit GmbH  
Friedberger Gäßchen 5  
63755 Alzenau

+49 (0) 172 - 155 60 24  
hello@fealfit.de  
www.fealfit.de