



Allgemeine Geschäftsbedingungen  
der  
Wildner & Brummer IM.PULS GbR  
(nachfolgend bezeichnet als „IM.PULS“)

Die folgende Allgemeinen Geschäftsbedingung gelten für alle Privatkunden von IM.PULS. Mit Abschluss des Vertrags bzw. der Inanspruchnahme unserer Leistungen erklärst du Dein Einverständnis mit diesen Vertragsbedingungen. Sie regeln den Rechtsrahmen unseres Vertrags und räumen Dir als Athlet und uns als Trainer verschiedene Recht, Pflichten und Obliegenheiten ein.

---

## I. Unser Angebot

Unser Angebot für Dich als Privatkunde umfasst

- individualisierte Erstellung von Trainingsplänen und Betreuung des Trainings (Trainingsplanung),
- Gruppenkurse und
- Personal Training

in den Bereichen Laufen, Schwimmen und Radfahren sowie Athletik- und Krafttraining.

Du kannst die einzelnen Angebote unabhängig voneinander in Anspruch nehmen und beliebig kombinieren.

Solange im Folgenden nichts Spezielles ausgeführt ist, gelten die Regelungen und Bedingungen für sämtliche unserer Angebote und Leistungen.

---

## II. Deine Gesundheit

Unsere Gesundheit ist unser wichtigstes Gut. Der immens positive Effekt von richtig dosierter sportlicher Belastung auf unseren Körper ist dabei von zahllosen wissenschaftlichen Studien bewiesen. Bei Vorerkrankungen, Verletzungen oder anderweitigen gesundheitlichen Problemen kann körperliche Belastung jedoch auch negative Effekte nach sich ziehen und in Einzelfällen sogar zu dauerhaften Schäden oder zum Tod führen.

Voraussetzung für die Inanspruchnahme unserer Leistungen ist daher ein guter körperlicher Allgemeinzustand. Wir empfehlen Dir vor Beginn des Trainings mit IM.PULS eine ärztliche Untersuchung im Hinblick auf deine sportliche Belastbarkeit durchführen zu lassen und diese

in der weiteren Folge mindestens einmal jährlich zu wiederholen. Ebenso solltest du bei plötzlich auftretenden Beschwerden oder Schmerzen unverzüglich ärztlichen Rat einholen. Sollten dir in diesem Zuge oder auf anderem Wege Vorerkrankungen, Verletzungen oder anderweitige Beschwerden oder Einschränkungen bekannt werden oder dir solche bereits bekannt sein, bitten wir Dich, uns dies unverzüglich, in jedem Fall aber vor Beginn deiner nächsten Trainingseinheit mitzuteilen. Dies gilt insbesondere bei

- Herz-/Kreislaufkrankungen,
- Wirbelsäulen-/Gelenkbeschwerden,
- Lungen- oder Atemwegserkrankungen,
- neuromuskuläre Erkrankungen,
- akuten operativen Eingriffen und
- Schwangerschaften.

Wir werden dann gemeinsam mit Dir abstimmen, ob und in welchem Umfang ein weiteres Training mit IM.PULS möglich ist.

Auch bei Erkrankungen wie Erkältungen, Grippe oder Fieber solltest Du auf keinen Fall trainieren, sondern diese stets erst vollständig auskurieren.

Sollten während eines Trainings plötzlich Schmerzen auftreten oder Du dich ungewohnt schlecht fühlen (zum Beispiel: Übelkeit, Unwohlsein, Kurzatmigkeit, Schwindel), brich die Einheit bitte sofort ab, begib dich gegebenenfalls in ärztliche Behandlung und teile uns dies schnellstmöglich mit.

Solange wir von dir keine anderweitige Mitteilung erhalten, gehen wir davon aus, dass du körperlich voll belastbar bist und gestalten Dein Training dementsprechend aus.

Insbesondere beim Athletik- und Krafttraining ist darüber hinaus eine saubere Übungsausführung essentiell für deine Gesundheit. Bitte achte daher ganz besonderes hierauf. Es gilt stets: Technik vor Zeit!

Solltest Du dir bei Trainingsplänen, welche wir für Dich erstellt haben, unsicher hinsichtlich der richtigen Bewegungsausführungen sein, nimm bitte Kontakt mit uns auf. Vor allem wenn Du deinen Fokus auf Athletik- und Krafttraining legst, empfehlen wir Dir – auch wenn Du vorwiegend mit unseren Trainingsplänen trainierst – immer wieder auch Personal-Training-Stunden in Anspruch nehmen, da wir im Zuge dieser ganz speziell an deiner Technik und der richtigen Bewegungsausführung arbeiten können.

Erfolgen insbesondere bei der Trainingsplanung keine Rückfragen deinerseits zu einer Bewegung oder Übung gehen wir davon aus, dass du die saubere und richtige Bewegungsausführung beherrscht.

Abschließend bleibt in diesem Kontext noch herauszustellen, dass die von uns angebotenen Leistungen und Angebote keinesfalls eine ärztliche Untersuchung oder ärztlichen Rat ersetzen können.

---

### **III. Sorgfalt und Verantwortlichkeit für Trainingsausstattung und im Straßenverkehr**

Gelegentlich schlagen wir bei unseren Trainingsplänen die Verwendung von Hilfsmitteln und Geräten wie beispielsweise Klimmzugstangen, Schlingen oder Gewichte vor. Für den einwandfreien Zustand deiner Ausstattung bist du hier selbst verantwortlich. Wir empfehlen dir diese vor jedem Training auf Verschleiß, ordnungsgemäße Montage und Beschädigung zu überprüfen. Dies gilt selbstverständlich auch und insbesondere für Fahrräder.

Ein ganz besonderes Anliegen ist uns in diesem Zusammenhang die Wahl deiner Schuhe. Vor allem beim Lauftraining kann unpassendes oder abgenutztes Schuhwerk zu Verletzungen oder starken Verschleißerscheinungen an Deinem Körper führen. Wir regen daher an, Deine Schuhe stets im Fachhandel und nach ausführlicher Beratung zu kaufen und regelmäßige zu wechseln. Für Lafschuhe gilt hier als Faustformel eine Haltbarkeitsdauer von 500 - 1000 Kilometern je nach Gewicht des Sportlers.

Bei Lauf- und Radeinheiten wirst Du vermutlich eine Großteil Deiner Trainingszeit im öffentlichen Straßenverkehr verbringen und auch bei unseren Gruppenkursen oder bei Personal-Trainings-Einheiten sind wir gelegentlich draußen unterwegs. Bitte sei dir hier bewusst, dass Du trotz allem Fokus auf Dein Training zwingend auch deine Umgebung im Auge haben und insbesondere die Straßenverkehrsregeln einhalten musst. Die Verantwortlichkeit für die Einhaltung dieser Regeln obliegt dir stets allein! Wenn du das Gefühl hast, vor Anstrengung deiner Umgebung nicht mehr genug Aufmerksamkeit widmen zu können, reduziere die Belastung umgehend!

---

#### IV. Kommunikation

Die Kommunikation mit unseren Athleten führen wir in erster Linie per WhatsApp, Telegram und E-Mail. Mit Vertragsschluss willigst du darin ein, dass wir deine personenbezogenen Daten über diese Kommunikationsmedien übermitteln dürfen. IM.PULS haftet dabei insbesondere nicht für jedwedes Verschulden oder jede Datenverarbeitung der Anbieter der Telekommunikationsdienste.

Für weitere Informationen hinsichtlich der Verarbeitung Deiner personenbezogenen Daten dürfen wir auf unsere Datenschutzhinweise verweisen.

---

#### V. Leistung

##### 1. Trainingsplanung

Im Rahmen der Trainingsplanung erhältst Du in den von dir gebuchten Sportarten im 4-Wochen-Rhythmus einen optimal auf Dich, Deine Lebensumstände und Deine Ziele abgestimmten Trainingsplan. Der Trainingsplan wird dabei kundenfreundlich per WhatsApp an Dich geschickt. Du hast sodann die Möglichkeit, nicht jedoch die Pflicht, uns Informationen zu Deinen einzelnen Trainingseinheiten auf eben diesem Weg zu übermitteln. Beispielsweise kannst du uns Fotos der Zusammenfassung deiner Puls-Uhr oder eine Beschreibung deines subjektiven Belastungsempfindens während der Übung übermitteln. Wir werden diese Informationen stets auswerten, sie in jedem Fall bei der Erstellung deines neuen Monatsplans einbeziehen und - wenn dies aus unserer Sicht erforderlich erscheint - auch Deinen aktuellen Plan anpassen.

Darüber hinaus werden wir gegen Ende deines 4-Wochen-Plans telefonisch oder persönlich Kontakt mit dir aufnehmen, um in diesem Zuge Deinen Plan für die nächsten 4 Wochen auf Deine Bedürfnisse abzustimmen. Sollte sich nicht anderweitig ein Termin ergeben, werden wir Dir hier drei verschiedene Termine zur Wahl stellen. Solltest du hierauf nicht reagieren oder zum vereinbarten Zeitpunkt nicht erreichbar sein, verlierst Du Deinen Anspruch auf das Telefonat für diesen Zeitraum. Wir werden Deinen Trainingsplan für die nächsten 4 Wochen dann nach bestem Wissen und Gewissen anhand der uns zur Verfügung stehenden Informationen erstellen.

## 2. Personal-Training

Beim Personal-Training legen wir vorher gemeinsam fest, wann und wo wir uns treffen, was Ziele und Schwerpunkte der Einheit sein sollen und wie lange diese dauern soll. Dein Personal-Trainer plant diese sodann für Dich, begleitet dein Training vom Aufwärmen bis zum Cool-Down, feilt an Deiner Technik, pusht Dich zu Höchstleistungen und gibt Dir wertvolle Tipps, welche Dir helfen, deine sportlichen Ziele zu erreichen.

Das vereinbarte Entgelt umfasst dabei die Trainingsplanung, -betreuung und -begleitung. Soweit nichts anderes vereinbart ist, hast Du das Equipment, welches Du für das Training brachst, selbst mitzubringen.

## 3. Gruppenkurse

Gruppenkurse bieten wir in zwei verschiedenen Varianten an.

Bei unseren regulär und regelmäßig angebotenen Kursen, kannst du Ort, Zeit, Dauer und Inhalt der Einheit dem jeweiligen Angebot oder der Leistungsbeschreibung entnehmen. Diese Kurse finden in Kleingruppen von maximal neun Personen statt. Deinem Trainer ist es so möglich, bei Bedarf auch speziell auf Dich einzugehen und Dir kurze Tipps zur richtigen Bewegungs- und Übungsausführung an die Hand zu geben. Die individuelle Betreuung kann dabei aber selbstverständlich nicht die Intensität und Qualität eine Personal-Training-Einheit erreichen.

Soweit nichts anderes vereinbart ist, hast Du das Equipment, welches Du für das Training brachst, selbst mitzubringen.

Bei Bedarf kannst Du dich gerne auch mit Freunden, Kollegen, Vereinskameraden oder anderen Gleichgesinnten zusammentun und gemeinsam eine Trainerstunde speziell für Euch bei IM.PULS buchen. Die oben getätigten Ausführungen zum „Personal-Training“ (Punkt V. 2.) gelten hier entsprechend.

## **V. Vertragsschluss**

Bei allen unseren Angeboten kann der Vertragsschluss konkludent (beispielsweise durch faktische Teilnahme an Gruppenkursen), mündlich oder in Textform (zum Beispiel via WhatsApp, über unser Kontaktformular oder per E-Mail) erfolgen.

---

## **VI. Laufzeit, Kündigung und Nichtteilnahme und Absage von Trainingseinheiten**

### 1. Trainingsplanung

Den Vertrag über die individualisierte Erstellung von Trainingsplänen und Monitoring dieses Trainings kannst Du jederzeit zum Ende des darauffolgenden 4-Wochen-Zeitraums kündigen. Die Kündigung Bedarf der Textform – schreib uns also bitte in diesem Fall zum Beispiel ein E-Mail oder WhatsApp.

Wenn Du die Einheiten, welche wir für Dich geplant haben nicht (alle) absolvierst, hat dies selbstverständlich keine Folgen.

### 2. Personal-Training

Beim Personal-Training buchst Du jeweils nur einzelne Einheiten. Selbstverständlich können wir auch gleichzeitig mehrere Einheiten vereinbaren – über die individuell abgesprochenen Termine hinaus, bist Du aber in keiner Weise gebunden.

Solltest Du einen bereits vereinbarten Termin doch nicht wahrnehmen können, hast Du bis 48 Stunden vor dem geplanten Beginn der Einheit die Möglichkeit, diese kostenfrei abzusagen. Nach diesem Zeitpunkt bitte wir um Dein Verständnis, dass wir das vereinbarte Entgelt in Rechnung stellen, es sei denn, Du weist mit einem ärztlichen Attest nach, dass Dir aus gesundheitlichen Gründen die Teilnahme am Training nicht möglich war oder ist. Solltest Du ohne jegliche Absage zum vereinbarten Training nicht erscheinen, ist das vereinbarte Entgelt ebenfalls ohne Gegenleistung zu entrichten. Dies gilt nicht, wenn Du die unterbliebene Absage nicht zu vertreten hast.

### 3. Gruppenkurse

Für die Teilnahme an den regulär angebotenen IM.PULS Gruppenkurse kannst Du entweder einzeln direkt vor Ort bezahlen oder eine vergünstigte Zehnerkarte erwerben. Eine Verpflichtung zur Teilnahme an bestimmten Veranstaltungen besteht nicht. Du bist also völlig flexibel und kannst frei wählen, wann du Zeit hast, unsere Trainingseinheiten zu besuchen.

Gleichwohl die regulär angebotenen IM.PULS-Gruppenkurse in der Regel ganzjährig angeboten werden, kann es sein, dass einzelne Veranstaltungen abgesagt werden. Gründe hierfür können beispielsweise sein, dass die üblicherweise genutzten Räume in den Ferienzeiten nicht zur Verfügung stehen, der Trainer im Einzelfall aus persönlichen Gründen verhindert ist oder die voraussichtliche Teilnehmerzahl weniger als drei Personen beträgt. Wir bitten Dich daher, Dein Kommen rechtzeitig vor der geplanten Trainingseinheit anzukündigen. Diese Anmeldung ist unverbindlich, kann jederzeit wieder storniert werden und führt auch im Falle eines Nicht-Erscheinens zu keinen Konsequenzen.

Bedeutung erlangt Deine Anmeldung jedoch im Falle einer Absage einer Trainingseinheit. Dann werden sämtliche Personen, welche zuvor ihr Kommen angekündigt haben, rechtzeitig über der Absage der Einheit informiert. Zwar kannst Du auch ohne Voranmeldung unproblematisch an unseren Gruppenkursen teilnehmen, sollten diese jedoch abgesagt werden, kann es aber sein, dass Du dies nicht mitbekommst. In diesem Fall stehen Dir dann keinesfalls Ansprüche gegen IM.PULS zu.

Für individuell vereinbarte Gruppenkurse gelten die oben getätigten Ausführungen zum Personal-Training für jeden einzelnen Athleten entsprechend. Wir behalten uns hier zudem vor, insbesondere bei Absagen einzelner Teilnehmer, den gesamten Kurs abzusagen.

---

## VI. Haftung

IM.PULS haftet, gleich aus welchem Rechtsgrund nur nach Maßgabe der nachfolgenden Regelungen. Ausgeschlossen von den nachfolgenden Regelungen sind vorsätzliche und grob fahrlässige Handlungen, sowie Schädigungen von Leben, Körper oder Gesundheit und Haftung nach dem Produkthaftungsgesetz.

Auf unsere Empfehlungen und Deine Verpflichtungen, die oben unter dem Punkt II ‚Deine Gesundheit‘ beschrieben wurden, weisen wir an dieser Stelle nochmals ausdrücklich hin. Insbesondere möchten wir hier nochmals folgende Punkte herausstellen:

- **Regelmäßige ärztliche Untersuchungen im Hinblick auf Deine körperliche Belastungsfähigkeit empfehlen wir dringend.**

- Solange Du uns nichts Gegenteiliges mitteilst, gehen wir davon aus, dass du körperlich voll belastbar bist und keine gesundheitlichen Einschränkungen bestehen und stimmen Dein Training dementsprechend ab.
- Treten während einer Einheit gesundheitliche Probleme bei Dir auf, fühlst du Dich ungewöhnlich schlecht oder verspürst Schmerzen, brich die Einheit sofort ab und teile uns dies unverzüglich, in jedem Fall aber rechtzeitig vor Beginn der nächsten Einheit mit.
- Die richtige Technik und Bewegungsausführung ist essentiell, um Verletzungen und Verschleißerscheinung vorzubeugen. Wenn Du dir hier bei Übungen oder Bewegungen unsicher bist, teile uns dies mit und buche am besten eine Personal-Training-Stunde, damit wir an Deiner Technik arbeiten können. Erfolge insbesondere bei der Trainingsplanung keine Rückfragen Deinerseits zu einer Bewegung oder Übung gehen wir davon aus, dass Du die saubere und richtige Bewegungsausführung beherrscht. In jedem Fall gilt: Achte auf eine saubere Technik - und „Technik vor Zeit“!
- Für den ordnungsgemäßen Zustand Deiner Sportausrüstung bist du selbst verantwortlich. Prüfe diesen regelmäßig.
- Du bist selbst für die Einhaltung der Straßenverkehrsregeln und sonstiger, allgemein gültiger Verhaltensregeln, Normen und Gesetzen verantwortlich. Sollte eine Trainingseinheit zu intensiv sein, als dass Du Deiner Umgebung noch genügend Aufmerksamkeit widmen kannst um diesen Verpflichtungen nachzukommen, reduziere die Intensität soweit, bis dies wieder möglich ist.

Bei leichter Fahrlässigkeit haftet IM.PULS nur bei Verletzung einer vertraglichen Kardinalpflicht, begrenzt auf die Höhe des vorhersehbaren, vertragstypischen Schadens. In allen übrigen Fällen ist die Haftung gänzlich ausgeschlossen.

## VII. Einwilligung in die Fertigung und Veröffentlichung von Photographien

Mit Inanspruchnahme unserer Leistungen willigst du darin ein, dass wir während einzelner Trainingseinheiten Fotos fertigen, auf denen Du abgebildet sein kannst und diese insbesondere auch auf unserer Homepage, in sozialen Medien und in Flyern zu Werbezwecken veröffentlichen.

Wir werden Dich jedoch in diesem Falle stets ausdrücklich darauf hinweisen, dass Fotos gefertigt werden und diese veröffentlicht werden sollen. Du hast sodann in jedem Einzelfall die Möglichkeit, dem ohne Angabe von Gründen und ohne negative Folgen für Dich zu widersprechen (Widerruf der Einwilligung). In diesem Fall werden wir von der Fertigung der Fotos absehen oder bereits aufgenommene Bilder ohne Veröffentlichung wieder löschen. Sollte der Widerruf erst nach einer weiteren Verwendung der Fotos durch uns erfolgen, werden wir die zumutbaren Schritte unternehmen, um eine weitere Verbreitung des Bildmaterials zu verhindern. Wir weisen in diesem Kontext jedoch auf mögliche Schadensersatzansprüche unsererseits hin.

Für weitere Details zu dieser Datenverarbeitung und insbesondere zu deinen diesbezüglichen Rechten dürfen wir hier auf unsere Datenschutzhinweise hinweisen.

## **VIII. Anwendbares Recht**

Zwischen IM.PULS und Dir findet ausschließlich deutsches Recht Anwendung.

---

## **IX. Gerichtsstand**

Gerichtsstand für sämtliche Streitigkeit aus diesem Vertrag ist unser Geschäftssitz.

## **X. Salvatorische Klausel**

Sollten einzelne Bestimmungen dieser Geschäftsbedingungen ganz oder teilweise unwirksam sein, so berührt dies nicht die Gültigkeit der übrigen Regelungen.