



# VEREINBARUNG ZUR ZUSAMMENARBEIT

---

## 1. Grundlegendes zur Zusammenarbeit

Die Zusammenarbeit zwischen Trainerin mit Herz und der/dem Kund:in basiert auf Vertrauen, Transparenz und Eigenverantwortung.

Meine Angebote umfassen **ganzheitliches Coaching, Sport & spezifische Bewegung, Ernährung, Stress- & Erschöpfungsmanagement** sowie begleitende Unterstützung in besonderen gesundheitlichen Lebenssituationen (z. B. Schilddrüsenthematiken, Krebsbelastung, Schmerzen). Es handelt sich *nicht* um medizinische Behandlung.

## 2. Angebote & Leistungen

Die Inhalte werden individuell abgestimmt. Dazu können gehören:

- Personal Training / funktionelles Training
- Outdoor-Training
- Ernährungsberatung
- Live-Trainings (Online)
- Stressreduktion & Resilienz
- Begleitung bei Schilddrüsenentfernung, Hashimoto oder nicht funktionierender Schilddrüse
- Schmerzreduktion durch Bewegung
- Unterstützung während oder nach einer Krebstherapie

## 3. Preise & Modalitäten

### *Einzelstunden:*

- 80 € pro 60 Minuten
- Je nach Thema können Zusatzaufwände vorab vereinbart werden (z. B. Analyse, Pläne) und ein Gesamtbetrag festgelegt werden

### *3-Monatsbegleitungen*

(Schilddrüsenbalance, Schmerzbegleitung, weitere Themen gerne nach Rücksprache)  
Die Begleitung umfasst unterschiedliche Elemente (z.B. Labor, Training, Ernährung, Vitalstoffe, Stressreduktion), die im Detail den Angeboten auf der Webseite zu entnehmen sind.

Da jede Begleitung unterschiedlich intensiv ist, gelten folgende Preisrahmen:

- Monatlich: 300 € – 650 €
- Für 3 Monate: 900 € – 1950 €

Der endgültige Preis wird nach einem **kostenlosen Erstgespräch transparent festgelegt und schriftlich bestätigt**.



Enthalten können sein:

- Coaching- & Trainingssessions
- Pläne / Auswertungen
- Feedback & Check-ins
- individuelle Inhalte je nach Thema

### *Live-Trainings (Online)*

- 69 € pro Monat
- Laufzeit von 3 Monaten. Danach besteht die Option einer Verlängerung.
- Beinhaltet Teilnahme an allen Live-Trainings im jeweiligen Monat
- Nicht genutzte Sessions verfallen nach Ablauf des Monats und sind nicht übertragbar.
- Die Zahlung erfolgt vorab. Ein späterer Einstieg innerhalb des Monats wird anteilig berechnet.
- Kündigung nach Ablauf von 3 Monaten zum Monatsende möglich

### *Outdoor-Training – Gültigkeit*

Outdoor-Trainings finden regelmäßig statt (gemäß Kalender).

Gültigkeit von Karten / Pässen:

- 5er - Karten: 5 Wochen
- 8er - Karten: 8 Wochen
- 10er - Karten: 10 Wochen

Nicht genutzte Einheiten verfallen nach Ablauf der Gültigkeit

## **4. Zahlungsweise**

- Zahlung per Überweisung, PayPal oder bar
- Rechnungen sind binnen 14 Tagen zu begleichen
- Bei Paketen ist eine Ratenzahlung möglich (monatlich)
- Termine gelten erst nach Zahlungseingang (mind. 50% des Gesamtbetrages) als bestätigt

## **5. Terminregelung**

- Absagen bis **24 Stunden** vorher sind kostenfrei
- Spätere Absagen werden voll berechnet
- Outdoor-Training findet bei jedem Wetter statt – außer bei Sturm/Unwetter, dann wird die Gültigkeit um den Ausfall verlängert

## **6. Verantwortung & Haftung**

Ich arbeite coachend, begleitend und beratend.

Die Umsetzung erfolgt eigenverantwortlich.

Der/die Kundin verpflichtet sich, gesundheitliche Hintergründe, Einschränkungen oder ärztliche Diagnosen vorab mitzuteilen.

Stand 01.12.2025



## **7. Datenschutz**

Alle persönlichen Daten werden streng vertraulich behandelt und nicht an Dritte weitergegeben.

## **8. Beendigung der Zusammenarbeit**

Die Zusammenarbeit kann jederzeit aus wichtigen Gründen beendet werden.  
Bereits erbrachte Leistungen werden abgerechnet.

## **9. Anerkennung der Vereinbarung**

Mit Buchung eines Coachings oder Trainings erklärt der/die Kund:in, diese Vereinbarung gelesen zu haben und ihr zuzustimmen.