



EINVERSTÄNDNISERKLÄRUNG & HAFTUNGSENTBINDUNG

- Hiermit bestätige ich, dass ich auf eigene Verantwortung an den Kursen und jeglichen sonstigen Aktivitäten bei CrossFit Rodgau teilnehme.
- Mir ist das Risiko bewusst, dass bei jeglicher Art von physischem Training besteht. Dieses Risiko beinhaltet unter anderem, aber nicht ausschließlich:
 - Stürze, die zu leichten bis schwerwiegende Verletzungen führen können bis hin zum Tode.
 - Verletzungen, vorübergehender oder dauerhafter Art, die durch nicht beachten der eigenen Grenzen, des Trainingspartners oder anderer Personen in meiner Umgebung herrühren können.
 - Verletzungen, vorübergehender oder dauerhafter Art, bis hin zum Tod, verursacht durch unsachgemäßen Gebrauch des Equipments.
- Mir ist bewusst, dass durch CrossFit, genau wie durch andere extreme körperliche Aktivitäten, das Risiko besteht, eine Rhabdomyolyse (Auflösung quer-gestreifter Muskelfasern) zu entwickeln.
- Weiterhin ist mir bewusst, dass durch Drogen und übermäßigen Alkoholkonsum und die Einnahme von Cholesterin senkenden Medikamenten, wie z.B. Lovastatin oder Fibraten das Rhabdomyolyse Risiko erhöht wird. Hiermit übernehme ich die volle Verantwortung für das Risiko, dem ich mich selbst aussetze.
- Ich akzeptiere die volle Verantwortung für mein Handeln und eventuellen Verletzungen, die während allen Kursen bei CrossFit Rodgau auftreten können.
- Ich bestätige hiermit, dass ich keine körperlichen Beeinträchtigungen oder Erkrankungen habe, die mich selber oder andere in Gefahr bringen könnten.
- Ich bestätige, dass ich mich nicht in ärztlicher oder physiotherapeutischer Behandlung, aufgrund einer physischen Verletzung oder Erkrankung befinde, dass ich Verletzungen oder Erkrankungen dem CrossFit Rodgau angehörigen Trainern umgehend melde um eine Verschlimmerung der Situation vorzubeugen.
- Ich bestätige, dass mir aus medizinischer Sicht nicht das Laufen, schweres Heben, Kniebeuge oder andere physische Aktivitäten untersagt sind.

- Ich bestätige nicht schwanger zu sein, bzw. dies beim Trainer mitzuteilen.
- Nach der Geburt ist mir von meinem Arzt sportliche Aktivität erlaubt.
- Ich übernehme die volle Verantwortung für jegliche und alle Risiken, denen ich mich aussetze und akzeptiere volle Verantwortung für jegliche Verletzung, vorübergehend oder dauerhaft bis hin zum Tod, die durch Teilnahme an jeglichen Aktivitäten, Kursen, physischen Fitness Programmen oder Personal Training resultieren können.
- CrossFit Rodgau hat mich darüber informiert, dass die Möglichkeit von ungünstigen physischen Veränderungen während eines Workouts oder einer Übung besteht und ich verstehe dies vollständig.
- CrossFit Rodgau hat mich darüber informiert, dass diese Veränderungen abnormalen Blutdruck, Ohnmacht, Herzrhythmusstörungen beinhalten können. In seltenen Fällen, können bei körperlichen Vorschäden wie Schlaganfall, Herzinfarkt und Tod begünstigt werden. Ich verstehe diese Aussage vollständig.
- Ich habe die oben genannten Informationen verstanden und stimme zu, die volle Verantwortung, alle und jegliche Risiken die mit den Aktivitäten bei CrossFit Rodgau verbunden sind z.B. Fitness Programmen / Kursen innerhalb sowie außerhalb der Box, zu übernehmen.
- Diese Vereinbarung ist bindend. Für den Fall, dass ein Teil der Vereinbarung rechtsungültig sein sollte, stimme ich zu, dass der Rest der Vereinbarung um vollen Maße rechtswirksam bleibt.

Name in Druckbuchstaben:

(Vorname, Nachname)

Datum und Unterschrift:



Verzichtserklärung

1. In Anbetracht der oben erwähnten Risiken und Gefahren und in Anbetracht der Tatsache, dass ich freiwillig an den angebotenen Aktivitäten von CrossFit Rodgau teilnehme, verzichte ich hiermit gegenüber CrossFit Rodgau, deren Vertreter, Angestellten, und freiwilligen Helfern auf jegliche Haftung, Ansprüche, Forderungen, Aktionen und Rechte.
2. Ich verzichte ferner auf Aktionen, die auf irgendeine Art mit der Teilnahme bei CrossFit Rodgau verbunden sind, einschließlich derer, die angeblichen nachlässigem Verhalten zugeschrieben werden oder Versäumnis der oben genannten Parteien.
3. Ich erteile CrossFit Rodgau das Recht, Aufnahmen (Tob/Video/Bild) die während des Trainings entstanden sind, für Werbe- und Informationsmaßnahmen zu veröffentlichen.
 - a. Dies kann Print, aber auch digitale Maßnahmen beinhalten. Aufnahmen und Informationen werden von CrossFit Rodgau nicht an Dritte weitergegeben und verbleiben Eigentum von CrossFit Rodgau.
4. Diese Vereinbarung ist bindend. Für den Fall, dass ein Teil der Vereinbarung rechtsungültig sein sollte, stimme in zu, dass der Rest der Vereinbarung um vollen Maße rechtswirksam bleibt.

Name in Druckbuchstaben:

(Vorname, Nachname)

Datum und Unterschrift:
