

Teilnahmebedingungen

Gratis-Schnuppertraining Muay Thai für Anfänger · Asia Budo Center, Limmattalstrasse 170, 8049 Zürich-Höngg

Wir wollen, dass dein erstes Training sicher und entspannt ist. Mit deiner Teilnahme akzeptierst du diese Bedingungen.

1. Angebot

- Das Schnuppertraining ist **kostenlos und unverbindlich**, einmal pro Person.
- Es richtet sich an Einsteiger:innen ohne Vorerfahrung, **ab 16 Jahren**. Unter 18 Jahren nur mit Einverständnis einer erziehungsberechtigten Person.
- Veranstalter: Felix Zbinden, Zürich (felixzbindencoaching.ch). Trainer: Felix Zbinden und René.

2. Durchführung

- Der Veranstalter behält sich vor, ein Training **jederzeit abzusagen oder zu verschieben**. Du wirst so früh wie möglich informiert. Da das Training gratis ist, besteht kein Anspruch auf Ersatz.
- Im Schnuppertraining gibt es **kein Sparring mit Vollkontakt**. Wir arbeiten an Technik, an den Pads und an der Kondition.

3. Gesundheit

- Du nimmst nur teil, wenn du dich gesund und belastbar fühlst.
- Hast du Herz-Kreislauf-Probleme, frische Verletzungen, Operationen oder bist du schwanger? Dann kläre die Teilnahme vorher mit deiner Ärztin oder deinem Arzt.
- **Informiere den Trainer vor dem Training** über Beschwerden oder Einschränkungen.
- Du darfst jederzeit Pause machen oder aufhören. Bei Schmerz, Schwindel oder Unwohlsein sagst du es bitte sofort.

4. Haftung und Versicherung

- Die Teilnahme erfolgt **auf eigene Verantwortung**. Kampfsport ist Bewegung mit Körperkontakt, kleine Blessuren lassen sich nie ganz ausschliessen.
- **Die Unfall- und Haftpflichtversicherung ist Sache der Teilnehmenden.**
- Für leichte Fahrlässigkeit haften wir nicht, soweit das Gesetz das erlaubt.
- Für Wertsachen, Kleider und Garderobe übernehmen wir keine Haftung.

5. Im Training

- Respekt und Kontrolle gehen vor. Bei Partnerübungen achten wir aufeinander.
- Folge den Anweisungen der Trainer.
- Schmuck und Uhren ziehst du vor dem Training aus. Halte die Fingernägel kurz und bring saubere Sportkleidung mit.
- Nimm Wasser und ein Handtuch mit. Wenn du keine Handschuhe hast, sag es uns vorher.

6. Fotos und Videos

Im Training entstehen manchmal Fotos oder kurze Videos für unsere Website und unser Instagram. **Wenn du nicht darauf sein willst, sag es uns einfach vor dem Training.** Das respektieren wir selbstverständlich. Du kannst auch später jederzeit verlangen, dass wir ein Bild von dir entfernen.

7. Deine Daten

Deine Kontaktdaten brauchen wir nur für die Organisation des Trainings. Danach informieren wir dich höchstens einmal über unser weiteres Angebot. Wir geben deine Daten nicht an Dritte weiter. Du kannst jederzeit verlangen, dass wir sie löschen.

8. Und danach?

Kein Abo-Zwang, keine Verpflichtung. Wenn es dir gefällt, kannst du einfach weitermachen: **Einzeltraining CHF 25** oder **Monats-Abo CHF 120** für alle Trainings (Mi 18:30 · Fr 19:00 · So 10:30). Das Abo verlängert sich nicht automatisch.