



KONTRAINDIKATIONEN FÜR DIE TEILNAHME AM ONLINE-KURS

Wenn eine dieser Ausschlusskriterien bei Ihnen aktuell zutrifft, ist es nicht möglich am Online-Kurs teilzunehmen bzw. besteht erweiterte Abklärung mit einem entsprechenden Arzt.

- Akute Erkrankungen, bakterielle Infektionen und entzündliche Prozesse
- Kürzlich vorgenommene Operationen
- Arteriosklerose, arterielle Durchblutungsstörungen
- Stents und Bypässe, die weniger als sechs Monate aktiv sind
- Unbehandelter Bluthochdruck
- Diabetes mellitus
- Schwangerschaft
- Elektrische Implantate, Herzschrittmacher
- Herz-Rhythmus-Störungen
- Tumor- und Krebserkrankungen
- Blutungsstörungen, Blutungsneigung (Hämophilie)
- Neuronale Erkrankungen, Epilepsie, schwere Sensitivitätsstörungen
- Bauchwand- und Leistenhernien
- Akuter Einfluss von Alkohol, Drogen oder Rauschmittel



Nutzungsbedingungen

Ihre Teilnahme an Kursen bei anastasios-fitness.de

Die Teilnahme an Kursen bei anastasios-fitness.de unterliegt den folgenden Nutzungsbedingungen. Bitte lesen sie diese aufmerksam durch, bevor sie das Kursangebot nutzen. Mit der Zustimmung zu den Nutzungsbedingungen erklären Sie sich mit diesen einverstanden. Bei Fragen zum Datenschutz lesen Sie bitte unsere Datenschutzerklärung. Anastasios-fitness.de haftet nicht für Folgen jedweder Art, die durch die Nutzung der Online-Kurse resultieren. Die Nutzung der Online-Kurse erfolgt auf eigene Gefahr.

Die Online-Kurse haben die Funktion das Auftreten und die Auswirkungen von Risikofaktoren zu minimieren. Hierbei handelt es sich nicht um Therapien, Behandlungen oder Diagnostiken, die online durchgeführt werden. Das bedeutet ferner, dass das Online-Kursangebot keine ärztliche Behandlung oder Diagnostik darstellt oder eine solche ersetzt. Hinweise oder optionale Test zur Erfassung des Fitnesslevels oder Begehrlichkeiten (o.Ä.) im Rahmen der Online-Kurse haben nur orientierenden, unverbindlichen Charakter und dürfen ebenfalls nicht als therapeutische oder trainingswissenschaftliche Empfehlungen verstanden werden. Auch hier ersetzen diese eine fachliche, persönliche Diagnostik durch eine ausgebildete Person nicht.

Inhalt des Onlineangebots

Die Online-Kurse auf anastasios-fitness.de haben das Ziel, die Teilnehmer bei Reduzierung von Bewegungsmangel und beim Aufbau von physisch-mentaler Gesundheit zu unterstützen. Durch die kostenlose Registrierung auf anastasios-fitness.de erhält der Teilnehmer einen eigenen Zugang, der mit einem selbstgewählten Nutzernamen (oder auch eMail) und Passwort individualisiert ist. Dann ist es möglich einen 8-wöchigen Online-Kurs (Trainingsprogramm) zu nutzen, die im Bereich Gesundheit & Fitness aus unterschiedlichen Themengebieten zur Reduktion von Bewegungsmangel bestehen. Ist eine Kurseinheit erfolgreich absolviert worden, wird die darauffolgende Kurseinheit freigeschaltet - pro Woche gilt eine Kurseinheit. Erfolgreich absolviert bedeutet neben der Teilnahme am Trainingsprogramm auch einem Wissensteil und eine Lernerfolgskontrolle. Darüber hinaus besteht für die Teilnehmer die Möglichkeit der Kontaktaufnahme zwecks Rück- und Verständnisfragen.

Technische Voraussetzungen

Die Teilnahme an Online-Kursen auf anastasios-fitness.de erfordert eine Breitband-Internetverbindung, die über einen Laptop oder PC genutzt wird. Der Teilnehmer hat vor der Entrichtung der Gebühr und Durchführung der Anmeldung zu prüfen, ob er technischen Voraussetzungen erfüllt. Er trägt ebenfalls die Verantwortung für die eingesetzte Hardware, Software und die Kosten, welche in diesem Rahmen entstehen. Es besteht keine Gewährleistung, dass ein Online-Kurs ohne Störung funktioniert, da zu viele Einflussfaktoren hier eine Rolle spielen, die nicht im Einflussbereich von anastasios-fitness.de liegen.

Teilnahmeberechtigte

Die Zielgruppe der Online-Kurse besteht aus weiblichen und männlichen Erwachsenen (ab 18 J.) in erster Linie aus dem privatem Lebensbereich. Für die Teilnahme an den Online-Kursen muss der Teilnehmer bei keiner bestimmter Krankenkasse versichert sein.

Beginn der Teilnahme

Die Teilnahme beginnt mit der vollständigen Registrierung und der Entrichtung der Kursgebühr des Online-Kurses auf anastasios-fitness.de. Pro Person kann nur eine Registrierung und eine Teilnahme gleichzeitig erfolgen.



Beendigung der Teilnahme

Der Zugang zum Online-Kurs und der damit geschlossene Vertrag enden nach Ablauf der Kursdauer i.d.R. von 8 Wochen. Anastasios-fitness.de behält sich das Recht zur außerordentlichen Kündigung aus wichtigem Grund vor. Ein wichtiger Grund liegt insbesondere dann vor, wenn der Teilnehmer bei Vertragsanbahnung falsche Angaben zu seiner Identität oder sonstigen Daten macht. Die Teilnahme kann von Ihnen jederzeit durch eine schriftliche Mitteilung von der registrierten Emailadresse beendet werden.

Sperrung

Anastasios-fitness.de ist dazu berechtigt, alle oder bestimmte Daten eines Nutzers ohne vorherigen Hinweis oder ohne Verwarnung zu sperren, teilweise oder komplett zu entfernen oder die vom Nutzer zum Hochladen bereitgestellten Daten nicht zu speichern, sofern bei anastasios-fitness.de die berechnigte Annahme besteht, dass sie

- eine Verleumdung oder Ehrverletzung für andere natürliche oder juristische Personen darstellen,
- gegen geschützte Rechte wie Urheber- und Leistungsschutzrechte, Marken- und sonstige Kennzeichnungsrechte, Patentrechte, Geschäftsgeheimnisse oder Vertraulichkeitsvereinbarungen verstoßen,
- Personen oder Sachen Schäden zufügen oder Personen auf andere Weise belästigen,
- die Rechte anderer Personen - wie den Schutz der Privatsphäre oder das allgemeine Persönlichkeitsrecht - verletzen,
- pornographische, obszöne, sonst wie unsittliche und anstößige sowie illegale Inhalte/ Daten/ Verweise enthalten,
- zu Gesetzes- und verfassungswidrigen Handlungen auffordern oder diese fördern
- gemäß geltendem Recht straf- oder zivilrechtlich verfolgt werden können
- und/ oder wenn die berechnigte Annahme besteht, dass der Nutzer gegen diese Teilnahmebedingungen verstößt.

Widerrufsrecht

Der Teilnehmer hat das gesetzlich verankerte Recht seinen Vertragsabschluss bzw. seine Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Schriftform (Brief oder eMail) zu widerrufen. Damit der Widerruf wirksam wird, muss der Teilnehmer seinen Benutzernamen, seine hinterlegte eMail Adresse, seine Adresse, sein Geburtsdatum und die Bezeichnung des zu kündigenden Online-Kurs mit angeben. Zur Wahrung der Widerrufsfristen genügt die rechtzeitige Absendung einer Widerrufserklärung an folgende Adresse:

anastasios-fitness.de
Baumstr. 5
80469 München
eMail: anastasios@almassidis.de



Registrierung

Die während der Registrierung einzugebenden Daten müssen vor allem in den mit * gekennzeichneten Feldern vollständig, korrekt und unter Zustimmung der Nutzungsrechte und der Datenschutzerklärung eingetragen werden. Die Registrierung erfolgt online auf anastasios-fitness.de. Nach erfolgreicher Registrierung wird unter Berücksichtigung des Gesundheitsformulars eine Antwort eMail an die vom Teilnehmer angegebene eMail versendet.

Legitimationsverfahren

Die Registrierung und Anmeldung auf anastasios-fitness.de erfolgt mit Ihrer E-Mail-Adresse und Ihrem persönlichen Passwort. Ihr persönliches Passwort muss folgenden Mindestanforderungen entsprechen: Mindestens 8 Zeichen.

Sorgfalts- und Mitwirkungspflichten

Bitte beachten Sie die Hinweise und die Benutzerführung auf dem Bildschirm. überprüfen Sie die von Ihnen eingegebenen Daten auf ihre Richtigkeit und Vollständigkeit. Der Nutzer ist verpflichtet, bestimmte Sicherungsmaßnahmen vorzunehmen. Eine wichtige Sicherungsmaßnahme ist das sichere Verwahren des persönlichen Passworts. Nur der jeweilige Nutzer hat mit seinem Passwort die Zugangsberechtigung zum Online-Kurs. Um einen Zugriff Dritter auf Ihre Daten zu vermeiden, loggen sie sich auf anastasios-fitness.de stets mit dem Abmelden/Logout-Button. Der Teilnehmer ist verpflichtet, dafür zu sorgen, dass kein Dritter in den Besitz des Passwortes gelangt.

Haftung

anastasios-fitness.de übernimmt keine Haftung für Schäden, die durch die Verletzung der Sorgfaltspflicht entstehen, wie zum Beispiel den Besitz des Passworts von einem Dritten. Die Teilnahme an den Online-Kursen geschieht ausdrücklich auf eigene Gefahr. Der Experte (Kursleiter) und anastasios-fitness.de übernehmen keine Haftung für jegliche auftretenden Verletzungen und (Personen-, Sach-) Schäden, welche vor, während oder nach der Teilnahme am Online-Kurs auftreten. Anastasios-fitness.de übernimmt keine Gewähr für Erreichbarkeit, technische Verwertbarkeit und Virenfreiheit der Internetseiten bzw. übermittelter Dateien.

Urheberrechtsschutz

Die auf den Online-Plattformen angebotenen Inhalte wie beispielsweise Texte, Zeichnungen, Bilder, Dokumentationen, Videos, Audio-Daten, Software usw. sind urheberrechtlich geschützt. Ihre Nutzung unterliegt den jeweils geltenden Urheberrechten. Die Inhalte dürfen ausschließlich zu privaten und nicht-kommerziellen Zwecken genutzt werden. Eine gewerbliche Vervielfältigung der urheberrechtlich geschützten Inhalte oder eine gewerbliche Weitergabe an Dritte ist unzulässig und wird mit rechtlichen Schritten verfolgt.

Änderungen der Teilnahmebedingungen

anastasios-fitness.de kann diese Nutzungsbedingungen (Teilnahmebedingungen) jederzeit aktualisieren oder ändern. Die Teilnahmebedingungen sind in ihrer jeweiligen Fassung bindend.