

# SPORT+FIT



## Liebe Abteilungseiter/-innen und Trainer/-innen,

allen Mannschaften, die in den Abteilungen ein ergänzendes Fitnesstraining anbieten möchten, geben wir in unserem Fitness Studio die Möglichkeit, individuell und sicher Kraft, Stabilität, Beweglichkeit, Gleichgewicht und Ausdauer zu trainieren. Wir möchten mit diesem Angebot gezielt die Verbindung der einzelnen Abteilungen untereinander fördern und allen Sportler/innen die Möglichkeit geben, vom Studio zu profitieren. Hierfür haben wir folgende Rahmenbedingungen geschaffen:

## Gruppengröße

- ✓ **Die SPORT+FIT Mitgliedschaft** ist eine Studiomitgliedschaft für Gruppengrößen von 3 bis 8 Teilnehmer/innen. Die Belegung der Studios für Gruppengrößen über 8 Personen ist problematisch, da sie die Nutzung der anderen Mitglieder zu sehr einschränken. Dieses Zeitslots sind wie Trainingszeiten in der Halle fest belegt, d.h. Ihr könnt auf andere Tage nur in Absprache mit der Studioleitung wechseln, um Überbelegungen zu vermeiden.

## Zeitslots

- ✓ **Training ab 18.30.** Vor 18.30 Uhr sind viele Zeiten durch therapeutisches Training und Einzeltrainierende belegt. Ihr könnt daher das Studio erst ab 18.30 nutzen. In Begleitung eines verantwortlich/en Trainers/Trainerin könnt Ihr auch über die regulären Öffnungszeiten (bis 21 Uhr) bis maximal 22.30 trainieren.
- ✓ **Samstag, Sonntag.** Am Wochenende könnt Ihr in der Zeit von 8 bis 14 Uhr trainieren. In Begleitung eines verantwortlich/en Trainers/Trainerin mit „Schlüsselberechtigung“ (siehe unten) auch außerhalb dieser Zeiten.

## Schlüsselberechtigung

- ✓ **Verantwortlichkeit.** Sobald Ihr außerhalb der regulären Öffnungszeiten trainieren möchtet, benötigen wir einen Hauptverantwortlichen, der/die von uns eine Gebäudeeinweisung erhält und Schlüsselzugang bekommt. Diese Verantwortlichkeit ist durch die betreffende Person nicht übertragbar. Im Zweifelsfall können auch zwei Personen eingesetzt werden.

## Vertragskoordination

Die gesamte Kommunikation und Organisation im Zusammenhang mit der Nutzung des Fitnessstudios läuft **ausschließlich über den/die Trainer/in der jeweiligen Mannschaft, bzw. den Verantwortlichen.**

- ✓ **Information der Eltern bei Kindern (frühestens ab 14 Jahren).** Die Abteilungsleiter informieren die Eltern über das Angebot, die Rahmenbedingungen und die Voraussetzungen zur Nutzung des Fitnessstudios. Sie klären alle Vertragsdetails, wie monatliche Kosten, Einweisungsgebühren und Kündigungsfristen. Hierfür steht eine PDF zur Verfügung, die von den betreffenden Eltern ausgefüllt und unterzeichnet werden muss.
- ✓ **Zusatzvereinbarung.** Der Abschluss der Zusatzvereinbarung erfolgt über **den/die Trainer/in.** Diese übergeben die Auflistung der Sportler sowie die unterzeichneten Zusatzvereinbarungen zum

Quartalsbeginn an das Fitnessstudio. Dies kann händig oder per E-Mail erfolgen (team@studiotvjahn.de).

- ✓ **Terminvereinbarung mit dem Fitnessstudio.** Der/die Trainer/in nimmt per E-Mail Kontakt mit dem Fitnessstudio auf, um Termine für die Einweisung und die Erstellung der Trainingspläne zu vereinbaren.

## Erstellung des Trainingsplans

- ✓ **Individueller Trainingsplan** Für jedes Mitglied wird ein Trainingsplan erstellt, der auf die sportlichen Ziele abgestimmt ist.
- ✓ **Einweisung und Terminablauf** Die Einweisung und die Erstellung des Trainingsplans erfolgen in Kleingruppen von 3 bis 4 Sportlern (um den Zeitaufwand für den/die Trainer/in so klein wie möglich zu halten) in einem vorab vereinbarten Termin.

## Einweisung für AbteilungsTrainer/innen

Wir bieten alle Trainer/innen, die Ihre Mannschaft im Training begleiten eine Einweisung in das Fitnessstudio an. Die Kosten für diese Einweisung übernimmt der Hauptverein. Damit wird sichergestellt, dass die Trainer/innen bestens mit den Geräten und den Sicherheitsvorschriften vertraut sind.

## Preise und Konditionen

- ✓ **Monatlicher Beitrag: 13 €** pro Monat. Der Beitrag und anfallenden Trainingsplangebühren werden monatlich per SEPA-Lastschrift eingezogen.
- ✓ Die Kündigungsfrist beträgt **vierteljährlich mit Monatsfrist., d.h.**, dass ein Mitglied spätestens zum 28.02. gekündigt haben müsste, um zum 31.03., dem Quartalsende, die Zusatzvereinbarung SPARTE+FIT zu beenden.
- ✓ **Einmalige Gebühr für den Trainingsplan: 25 €** pro Person Diese Gebühr umfasst die Einweisung und die Erstellung eines Trainingsplans durch das Fitnessstudio.
- ✓ Im monatlichen Beitrag sind keine Getränke, Snacks oder Mahlzeiten enthalten. Diese können separat erworben werden.
- ✓ Die Mitgliedschaft hat eine vierteljährliche Kündigungsfrist.

## Gruppentraining

- ✓ Die Trainer der Leistungsgruppen können in Absprache mit den Verantwortlichen des Studios das Gebäude auch für Einzelveranstaltungen wie Spielanalysen, Besprechungen gerne das Studio Samstag und Sonntag von 13 bis 21 Uhr nutzen. Hierfür sind eine Schlüsselübergabe und eine Gebäudeeinweisung notwendig.

## Verantwortliche beim Studio TV Jahn:

- ✓ Ralf Freitag [info@studiotvjahn.de](mailto:info@studiotvjahn.de)

## Reguläre Öffnungszeiten

- ✓ Montag bis Freitag 7.30 bis 21 Uhr
- ✓ Samstag und Sonntag 8 bis 14 Uhr