Teilnahmeerklärung Selbstverteidigungskurs

Seiten 1–2 ausfüllen, unterschreiben und beim ersten Termin abgeben; Bedingungen und Datenschutz (ab Seite 3) zum Behalten.
Gilt für die Saison bis 31. August. Lieber online? fitnetz.at/teilnahmeerklaerung · Bei Teilnehmenden unter 18 füllt eine erziehungsberechtigte Person aus.

Wer füllt aus?

- ☐ Ich nehme selbst teil und bin mindestens 18 Jahre alt.
- ☐ Ich bin erziehungsberechtigt – für meine Tochter (14 bis 17 Jahre).

Kursdurchgang

- ☐ Herbst/Winter 2026/27 (8 Termine, Oktober bis März)
- ☐ nächster Durchgang (Termin folgt)

Teilnehmende Person

Vorname _____ Nachname _____

Geburtsdatum (TT.MM.JJJJ) _____

Geschlecht: ☐ weiblich ☐ männlich ☐ divers ☐ keine Angabe

Für anonyme Teilnehmerzahlen bei Förderanträgen.

E-Mail deiner Tochter (freiwillig) **nur bei Minderjährigen** _____

Telefon deiner Tochter (freiwillig) **nur bei Minderjährigen** _____

Zum Beispiel für Absagen oder die WhatsApp-Gruppe. Die Bestätigung geht immer an dich.

Erziehungsberechtigte Person **nur bei Minderjährigen**

Dein Name: Vorname _____ Nachname _____

☐ **Obsorge:** Ich bin obsorgeberechtigt; bei gemeinsamer Obsorge handle ich im Einvernehmen mit dem anderen Elternteil. **nur bei Minderjährigen**

Ab 14 Jahren **nur bei Minderjährigen**

☐ Ich habe die Erklärung mit meiner Tochter besprochen; sie ist mit der Teilnahme und den gewählten Foto-Einwilligungen einverstanden.

Pflicht, wenn deine Tochter 14 Jahre oder älter ist.

Kontakt

Deine E-Mail-Adresse _____

Deine Telefonnummer _____

Für kurzfristige Absagen und Notfälle.

Notfallkontakt (freiwillig) _____

Wen wir im Notfall verständigen dürfen – bitte informiere die Person.

Erklärungen

☐ **Bedingungen und Risiken:** Ich habe die Teilnahmebedingungen (Fassung November 2026) gelesen und erkenne sie an. Mir ist bewusst, dass beim Training mit Körperkontakt Verletzungen möglich sind. Die Techniken werden außerhalb des Kurses nur in Notwehr oder Nothilfe (§ 3 StGB) eingesetzt. Die Teilnahme erfolgt freiwillig und auf eigene Verantwortung – bei Minderjährigen erkläre ich das auch für mein Kind.

☐ **Gesundheit:** Die teilnehmende Person ist nach meinem Wissen gesund und ausreichend belastbar; im Zweifel wurde das ärztlich abgeklärt. Ich willige ausdrücklich ein, dass Fitnetz diese Bestätigung als Nachweis speichert (Art. 9 Abs. 2 lit. a DSGVO). Datenschutzinformation siehe unten.

Freiwillig

Fotos und Videos dürfen veröffentlicht werden

- ☐ auf den Kanälen von Fitnetz: Website, Drucksorten, Facebook, Instagram
- ☐ Weitergabe an Partner (ASVÖ Steiermark, Die Bewegungsrevolution, Bewegungsland Steiermark) und regionale Medien

Ohne Häkchen veröffentlichen wir keine Aufnahmen, auf denen die Person erkennbar ist. Für die interne Vereinsdokumentation können trotzdem Fotos entstehen – sie werden nicht oder nur unkenntlich veröffentlicht; Widerspruch jederzeit möglich. Namen nennen wir nur mit gesonderter Zustimmung.

Informationen von Fitnetz

- ☐ Termine, Absagen und Neuigkeiten per E-Mail
- ☐ Aufnahme in die WhatsApp-Gruppe des Angebots (Telefonnummer ist für die Gruppe sichtbar; Dienst von Meta)

Alle freiwilligen Angaben sind jederzeit für die Zukunft widerrufbar – an hallo@fitnetz.at.

Ort, Datum	Unterschrift (teilnehmende Person bzw. erziehungsberechtigte Person)
Bei Jugendlichen ab 14: Unterschrift der teilnehmenden Person	Vom Verein auszufüllen: erhalten am / von

Das Wichtigste in Kürze

- Training mit Körperkontakt, Griffen, Fall- und Partnerübungen – Prellungen oder Zerrungen sind trotz Sorgfalt möglich.
- Techniken nur kontrolliert üben und außerhalb des Kurses nur in Notwehr oder Nothilfe einsetzen.
- Jede Übung darf ausgelassen werden, Pausen jederzeit und ohne Begründung.
- Fitnetz haftet voll für Personenschäden und grobe Fahrlässigkeit, nicht für leicht fahrlässige Sachschäden.
- Unter 18 füllt eine erziehungsberechtigte Person aus.

Teilnahmebedingungen (Fassung November 2026)

Geltungsbereich

Für den Selbstverteidigungskurs für Frauen und Mädchen ab 14 Jahren von Fitnetz. Termine, Ort, Leitung und Kursbeitrag stehen in der Kursausschreibung auf der Kursseite.

Teilnahme und Risiken

Die Teilnahme ist freiwillig. Wir üben mit Partnerinnen und Körperkontakt: Befreiung aus Griffen, Hebel, Schläge und Tritte auf Pratzen, Fallen, Bodenarbeit und Abwehr mit Alltagsgegenständen. Trotz sorgfältiger Anleitung sind Prellungen, Zerrungen, Verstauchungen oder Kratzer möglich, selten auch schwerere Verletzungen; diese Risiken nimmst du bewusst in Kauf.

Regeln vor Ort

- Die Anweisungen der Trainer:innen und Leiter:innen gelten; sie können dich aus Sicherheitsgründen von Übungen oder Einheiten ausschließen.
- Wir trainieren rücksichtsvoll und kontrolliert, ohne übertriebene Härte. Wer „Stopp“ sagt oder abklopft, wird sofort losgelassen.
- Es gilt die Hausordnung des Trainingsorts. Indoor mit sauberen Hallenschuhen (helle Sohle) oder barfuß; Schmuck und Uhren ablegen; keine Glasflaschen im Trainingsbereich.
- Diskriminierung, Belästigung und Gewalt haben bei uns keinen Platz. Bei Verstößen kann Fitnetz die Teilnahme beenden oder ablehnen.
- Techniken nur kontrolliert und wie angeleitet üben; Alltagsgegenstände nur nach Anleitung, keine echten Waffen.
- Kurze Fingernägel, bequeme Kleidung; Brille, Piercings und Schmuck ablegen oder abkleben.

Umgang mit den Techniken

Die Techniken können ernsthafte Verletzungen verursachen. Außerhalb des Kurses setzt du sie nur ein, wenn es zur Abwehr eines gegenwärtigen oder unmittelbar drohenden rechtswidrigen Angriffs auf dich oder andere notwendig ist (Notwehr und Nothilfe, § 3 StGB) – und nur so stark wie nötig.

Achtsamkeit

Themen wie Gewalt und Bedrohung können belastend sein. Du kannst jede Übung auslassen, jederzeit Pause machen oder den Raum verlassen – ohne Begründung. Was wir wissen sollten, kannst du der Kursleitung unter vier Augen sagen.

Gesundheit

Mach nur mit, wenn du dich gesund und belastbar fühlst. Bei Unsicherheit – etwa bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen, hohem Blutdruck, Gelenk- oder Rückenproblemen, nach Verletzungen oder Operationen, in der Schwangerschaft oder nach längerer Pause – lass vorher ärztlich abklären, ob und wie du trainieren kannst. Bei Schmerzen, Schwindel, Atemnot oder Unwohlsein hörst du sofort auf und sagst Bescheid. Mit Fieber oder einer ansteckenden Krankheit bleibst du zu Hause; unter Einfluss von Alkohol, Drogen oder beeinträchtigenden Medikamenten ist die Teilnahme ausgeschlossen. Einschränkungen, die für die Anleitung wichtig sind, kannst du der Leitung persönlich sagen – im Formular fragen wir bewusst keine Diagnosen ab.

Jugendliche von 14 bis 17 Jahren

Für Teilnehmende unter 18 Jahren füllt eine erziehungsberechtigte Person die Erklärung aus und bestätigt, dass sie obsorgeberechtigt ist und bei gemeinsamer Obsorge im Einvernehmen mit dem anderen Elternteil handelt. Jugendliche ab 14 Jahren lesen die Erklärung mit ihren Eltern; ihr Einverständnis wird zusätzlich bestätigt.

Die Aufsicht liegt nur während der angeleiteten Einheit bei der Leitung – nicht auf dem Hin- und Rückweg und nicht in Wartezeiten davor und danach.

Haftung

Fitnetz haftet nach den gesetzlichen Bestimmungen – für Personenschäden (Verletzungen von Leben, Körper oder Gesundheit) sowie für Vorsatz und grobe Fahrlässigkeit uneingeschränkt. Für leicht fahrlässig verursachte Sachschäden ist die Haftung ausgeschlossen, etwa an mitgebrachter Kleidung, Handys oder Wertsachen; eine Garderobe oder Verwahrung gibt es nicht.

Für Schäden, die du anderen oder an Räumen und Geräten zufügst, haftest du selbst nach den gesetzlichen Bestimmungen. Freizeitunfälle sind in Österreich nicht über die gesetzliche Unfallversicherung abgedeckt – wir empfehlen eine private Unfall- und Haftpflichtversicherung.

Gültigkeit und Schlussbestimmungen

Die Erklärung gilt für die laufende Saison (1. September bis 31. August). Online wird sie über den Link in der E-Mail bestätigt, auf Papier mit Unterschrift. Ist eine Bestimmung unwirksam, bleiben die übrigen wirksam; an ihre Stelle tritt die gesetzliche Regelung. Es gilt österreichisches Recht; zwingende Verbraucherschutzbestimmungen bleiben unberührt.

Datenschutzinformation

Verantwortlich: Verein Fitnetz, Kaindorf 353/2, 8224 Kaindorf, ZVR 1380532170, hallo@fitnetz.at

- **Teilnahme und Nachweis:** Name der teilnehmenden Person, bei Minderjährigen ihr Geburtsdatum und der Name der erziehungsberechtigten Person, E-Mail, Telefon sowie deine Bestätigungen mit Zeitpunkt und Fassung – damit du teilnehmen kannst, wir dich bei Absagen oder im Notfall erreichen und die Erklärung nachweisen können (Art. 6 Abs. 1 lit. b und f DSGVO). Diese Pflichtangaben brauchen wir; ohne sie ist keine Teilnahme möglich.
- **Geschlecht:** für anonyme Teilnehmerstatistiken bei Förderanträgen (Art. 6 Abs. 1 lit. f DSGVO, berechtigtes Interesse an der Vereinsförderung); an Fördergeber geben wir nur Gesamtzahlen weiter. „Keine Angabe" ist jederzeit möglich.
- **Gesundheitsbestätigung:** nur als Ja-Erklärung ohne Diagnosen, mit deiner ausdrücklichen Einwilligung (Art. 9 Abs. 2 lit. a DSGVO).
- **Notfallkontakt:** freiwillig; nur für Notfälle (Art. 6 Abs. 1 lit. d und f DSGVO) – bitte informiere die Person darüber.
- **Freiwillige Angaben und Einwilligungen:** Kontakt des Kindes, Fotos und Videos, E-Mail-Infos, WhatsApp-Gruppe – nur wenn du sie angibst oder ankreuzt (Art. 6 Abs. 1 lit. a DSGVO).
- **Fotos für die interne Vereinsdokumentation:** auf Grundlage unseres berechtigten Interesses (Art. 6 Abs. 1 lit. f DSGVO). Ohne Einwilligung veröffentlichen wir sie nicht oder nur so, dass niemand erkennbar ist. Du kannst jederzeit widersprechen.

Empfänger: nur zuständige Vereinsfunktionär:innen und Trainer:innen. Fotos an Partner und Medien nur mit Einwilligung. WhatsApp ist ein Dienst von Meta (Irland); Übermittlungen in die USA sind möglich (EU-US Data Privacy Framework).

Speicherdauer: Erklärungen bis drei Jahre nach Saisonende (Verjährungsfrist, § 1489 ABGB), dann wird das Blatt vernichtet. Einwilligungen bis zum Widerruf.

Deine Rechte: Auskunft, Berichtigung, Löschung, Einschränkung, Datenübertragbarkeit, Widerspruch und Widerruf von Einwilligungen für die Zukunft – an hallo@fitnetz.at. Beschwerde bei der Datenschutzbehörde (dsb.gv.at). Mehr in unserer Datenschutzerklärung.