

## Trainingswochenende nur für Frauen „Ladies only“

Mal ein Trainingswochenende erleben ganz unter dem Motto: „Frauenpower“.  
Hier sollt ihr Frauen im Mittelpunkt stehen. Der Schwerpunkt liegt auf der Kraulschwimmtechnik.  
In 4 Schwimmeinheiten erlernt ihr die Anfänge des Kraulschwimmens oder entwickelt eure Technik weiter, bei Interesse mit Videoanalyse.  
Daneben bieten wir Athletik, entspanntes Joggen am See und einen Vortrag.



**Wer:** Frauen in 3 Trainingsgruppen  
„Anfängerinnen“ bis „Fortgeschrittene“  
Plätze für 22 Teilnehmerinnen

**Wo:** Sporthotel\*\*\* Lindow  
im Sport- und Bildungszentrum  
(Granseer Straße 10, 16835 Lindow)



**Wann:** Freitag, 15. November – Sonntag, 17. November 2024  
(Treff ca 16Uhr) (Abreise ca 14Uhr)

**Was:**

- 2 Übernachtungen (2-Bett-Zimmer) & Vollpension
- 4 Schwimmeinheiten mit individueller Anleitung und Techniktipp, Videoaufzeichnung & Auswertung
- Walking oder Jogging
- Athletik/Dehnung
- Zeit für Mittagsschlaf und Erholung
- Vortrag am Abend
- Optional: Sauna und Massage zum Relaxen und Entspannen



Der genaue Ablaufplan wird den Teilnehmerinnen per Mail zugeschickt.

**Betreuung:** Cosima Cawein (Trainerin B-Lizenz Triathlon)  
Kerstin Snigola (Trainerin B-Lizenz Triathlon)  
Lara Rodday (Trainerin C-Lizenz Triathlon)



**Kosten:** 325,00 € pro Teilnehmerin inkl.  
Übernachtung / Vollpension / Nutzung aller Sportstätten

Optional können wir euch eine Mitfahrgelegenheit aus Berlin vermitteln für eine Pauschale von 10,00 € (Hin- u. Rückfahrt), die an die Fahrerin zu entrichten ist.

### Anmeldung:

Nachfragen an [ks@berlin-triathlon.de](mailto:ks@berlin-triathlon.de)  
Meldung per [Onlinemeldeformular HIER direkt verlinkt](#)  
oder Berlin-Triathlon / in der Rubrik [Training](#)

## VERTRAGSBEDINGUNGEN

Lieber Gast, bitte beachten Sie die folgenden Vertragsbedingungen. Die regeln, in Ergänzung der gesetzlichen Vorschriften, das Vertragsverhältnis zwischen Ihnen, dem Veranstalter/ Nutzer und uns, dem Sport- und Bildungszentrum (nachfolgend SBL). Die Vertragsbedingungen sind Bestandteil des Buchungsvertrages.

1. Anmeldung/ Vertragsabschluss
  - a. Buchungen können mündlich, schriftlich, fernmündlich oder auf elektronischem Wege (e-Mail Internet) erfolgen. Wir empfehlen die Buchung über unser Anmeldeportal im Internet.
  - b. Der Veranstalter/ Nutzer hat dem SBL bis 4 Wochen vor Anreise eine genaue Aufteilung der Personenzahl, unterschieden nach weiblichen und männlichen Personen zu übermitteln. Auf Basis dieser Aufteilung erfolgt die Vergabe der Zimmer durch das SBL.
2. Zahlungsbedingungen
  - a. Nach Vertragsabschluss ist eine Anzahlung von 20% des Gesamtpreises bis 8 Wochen vor Anreise zu leisten.
  - b. Der vertraglich vereinbarte Gesamtpreis ist bis 33 Tage vor Anreise fällig.
3. Leistungen
  - a. Die Leistungen ergeben sich aus den vertraglichen Vereinbarungen. Nebenabreden oder sonstige Vereinbarungen, die den Umfang der vertraglichen Leistungen verändern, bedürfen einer Vertragsergänzung. Diese kann z.B. in Form einer e-Mail erfolgen und bedarf der Bestätigung des Vertragspartners.
  - b. Das SBL ist kein Pauschalanbieter im Sinne des Reiserechtes.
4. Rücktritt/Stornierung
  - a. Die Vertragspartner können jederzeit vom Vertrag zurücktreten. Der Rücktritt ist aus Beweissicherungsgründen schriftlich zu erklären und wird erst zum Zeitpunkt des Einganges gültig.
  - b. Wir empfehlen Ihnen den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung. Entsprechende Formulare können von unserer Internetseite herunter geladen werden.
  - c. Der Rücktritt einzelner Personen kann fernmündlich vereinbart werden.
  - d. Das SBL ist berechtigt vom Vertrag zurückzutreten, falls:
    - angeforderte Zahlungen nicht zeitgerecht eingehen,
    - ein Gast oder eine Gruppe trotz Abmahnung wiederholt gegen die im Haus geltenden Regeln verstößt. Dies bedeutet die sofortige Abreise auf Kosten des Veranstalters.
    - höhere Gewalt, Naturereignisse oder andere nicht zu vertretende Umstände, die die Vertragserfüllung unmöglich machen. Es entsteht dabei kein Anspruch des Gastes auf Schadenersatz.
5. Vertragsstornierung/Rücktritt einzelner Personen
  - a. Der Vertrag kann bis 12 Wochen vor Beginn der Maßnahme kostenlos storniert werden.
  - b. Erfolgt ein späterer Rücktritt, werden zum Aufwendersersatz folgende Kosten erhoben. Diese Regelung gilt sowohl für Vertragsstornierungen als auch für den Rücktritt einzelner Personen.
 

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| Kosten bei Vertragsstornierungen: | - bis sechs Wochen vor Beginn der Belegung 30%,                                 |
|                                   | - bis drei Wochen vor Beginn der Belegung 60%,                                  |
|                                   | - bei jedem späteren Rücktritt 80% des vertraglich vereinbarten Gesamtbetrages. |
  - c. Kosten bei Rücktritt einzelner Teilnehmer:
 

|  |   |
|--|---|
|  | - ab 21 Tage vor Belegungsbeginn 30%, ab 14 Tage vor Belegungsbeginn 60%,     |
|  | ab 7 Tage vor Belegungsbeginn 80% des vertraglich vereinbarten Einzelpreises. |
  - d. Bei vorzeitiger Beendigung des Aufenthaltes, ist der vertraglich vereinbarte Gesamtbetrag in vollem Umfang zu zahlen. Dies gilt auch für die vorzeitige Abreise einzelner Personen.
  - e. Die Pflicht zur Schadensminderung gemäß §254 ff BGB bleibt hiervon unberührt.
  - f. Der Veranstalter/Nutzer hat die Möglichkeit dem SBL nachzuweisen, dass die geltend gemachten Stornokosten nicht oder in der geltend gemachten Höhe Bestand haben.
6. Kautions
 

Das SBL ist berechtigt, mit Fälligkeit des Gesamtpreises, eine Kautions zu verlangen. Diese kann bis zu 10% des Gesamtpreises betragen. Die Kautions wird bei Nichtanspruchnahme bis 7 Tage nach Abreise zurück überwiesen.
7. Zimmerbelegung
  - a. Die Unterbringung im SBL kann wahlweise im Hotel, den Jugend- oder Gästehäusern erfolgen. Grundlage für die Belegung ist die vertragliche Vereinbarung. Die Zuteilung der Zimmer erfolgt durch das SBL. Einzelzimmer können gesondert, gegen einen Aufpreis gebucht werden.
  - b. Am Anreisetag können die Zimmer frühestens ab 15:00 Uhr bezogen werden. Am Abreisetag sind die Zimmer bis 10:00 Uhr zu räumen, der Schlüssel ist an der Rezeption abzugeben. Das SBL behält sich bei fehlendem Zimmerfreizug eine Aufwandsentschädigung von 20 € pro Zimmer vor. Weiterhin werden eventuell anfallende Folgekosten dem Lehrgang in Rechnung gestellt.
  - c. Es kann sich erforderlich machen, dass die Unterbringung von Teilnehmern außerhalb des SBL in gleich- oder höherwertigen Unterkünften erfolgt.
8. Sportstätten- und Seminarraumwünsche
  - a. Die Nutzung der Sportstätten und Seminarräume im Rahmen der Lehrgangskosten ist ab 16:00 Uhr am Anreisetag und bis 16:00 Uhr am Abreisetag möglich. Abweichungen dazu obliegen einer gegenseitigen Absprache und sind kostenpflichtig.
  - b. Grundlage der Vertragserstellung sind die im Rahmen der Buchungsanfrage genannten Nutzungswünsche an Sportstätten und Seminarräume. Sie werden in Abstimmung mit den anderen Gästegruppen in unserem Hause geplant.
9. Aufenthalt
  - a. Mit rechtsverbindlicher Unterzeichnung des Vertrages ist der Veranstalter verpflichtet, die im SBL geltende Hausordnung einzuhalten. Diese erhält der Veranstalter/Nutzer bei Anreise. Sie ist darüber hinaus im Eingangsbereich des SBL und unserer Internetseite veröffentlicht.
  - b. Bei Gruppenveranstaltungen ist ein Verantwortlicher (Lehrgangsleiter) zu benennen. Dieser hat die Gruppe über die Hausordnung des SBL zu belehren. Er ist Ansprechpartner für das SBL in allen, den Lehrgang betreffenden Angelegenheiten.
  - c. Finden im Rahmen des Aufenthaltes im SBL Veranstaltungen mit öffentlichem Charakter statt, sind vom Veranstalter/ Nutzer alle gesetzlich notwendigen Genehmigungen einzuholen. Werden Besucher erwartet, sind vom Veranstalter Ordner zu benennen, die für die Einhaltung der Hausordnung verantwortlich sind.
  - d. Aufwendungen durch Verstöße gegen die Hausordnung werden dem Verursacher in Rechnung gestellt.
  - e. Soweit durch schuldhaft oder unsachgemäße Nutzung unseres Gebäudes nebst Inventar erhöhte Aufwendungen entstehen, kann das SBL diese in Rechnung stellen.
  - f. Fallen im Rahmen einer Veranstaltung GEMA Kosten an, hat diese der Veranstalter zu tragen.
  - g. Zurückgelassene Sachen, werden dem Gast auf Wunsch auf dessen Kosten und Risiko nachgesandt. Die Aufbewahrungsfrist beträgt vier Wochen.
10. Datenschutz sowie Bild und Tonaufnahmen aller Art
 

Das SBL hat, soweit der Veranstalter nicht ausdrücklich widerspricht, das Recht, Bild- und Tonaufnahmen von Veranstaltungen zum Zwecke der Eigenveröffentlichung und Werbung anzufertigen oder anfertigen zu lassen. Dies gilt auch für die Aufnahme von Personen. Der Umgang mit persönlichen Daten des einzelnen Gastes erfolgt nach der gültigen Datenschutzverordnung. Der Datenschutzbeauftragte ist Herr Peter Becher. Kontaktanfragen bitte über die Rezeption oder auf der Internetseite [www.sb-lindow.com](http://www.sb-lindow.com). Unser Gelände bzw. die Gebäude werden Video überwacht. Dies dient zur Verbesserung der Sicherheit für unsere Gäste und unser Personal. Die Videos werden nur bei Straftaten an die zuständigen Behörden weiter gegeben.
11. Tagesgäste / Gastmannschaften
 

Zur Absicherung eines geregelten Ablaufes sind Tagesgäste und Gastmannschaften vom Veranstalter anzumelden. Die Anmeldung muss durch das SBL bestätigt werden. Der Veranstalter verpflichtet sich, die Gäste über die Regelungen des SBL zu belehren. Er haftet für die Einhaltung. Anfallende Mehrkosten, sind durch den Veranstalter auszugleichen.
12. Haftungsausschluss
 

Das SBL haftet nicht für Verlust oder Beschädigung der vom Nutzer eingebrachten Sachen sowie dem persönlichen Eigentum des Gastes. Dies bezieht sich auch auf Kraftfahrzeuge (einschließlich Inhalt) und Fahrräder, die auf dem Gelände des SBL abgestellt werden. Die Haftung tritt nur bei vorsätzlicher oder grob fahrlässiger Pflichtverletzung des Hauses ein.
13. Änderungen
 

Änderungen, die den Vertragsinhalt berühren, bedürfen der Schriftform. Es gilt deutsches Recht. Bei Streitigkeiten aus diesen Vertragsregeln gilt der Gerichtsstand Neuruppin.