



JD-Körperwerk

Informationen & Allgemeine Geschäftsbedingungen

Mentalcoaching | Ernährungsberatung | Spiroergometrie

JD-Körperwerk – Janina Deligiannis
Standorte Aarau | Solothurn | Basel
www.jd-körperwerk.ch | kontakt@jd-körperwerk.ch

Informationen & Allgemeine Geschäftsbedingungen

Mentalcoaching

Das Mentalcoaching wird als Paket mit 6 – 10 Trainingseinheiten vereinbart. Die tatsächliche Dauer wird im Erstgespräch gemeinsam auf der Grundlage Ihrer Ziele und Bedürfnisse festgelegt.

Das Erstgespräch (ca. 60 Minuten) beinhaltet eine Anamnese, in der wir Ihr aktuelles Thema, Ihre Belastungsfaktoren und Ihr Ziel definieren.

Ab dem zweiten Termin beginnt das eigentliche Coaching-Training.

Die Coachings finden in der Regel alle 10–14 Tage statt. Nach jeder Sitzung erhalten Sie gezielte Übungen oder Reflexionsaufgaben (ca. 10–20 Minuten pro Tag).

Ich mache darauf aufmerksam, dass das Mentalcoaching ein freier, aktiver Prozess ist und keine garantierten Erfolge versprochen werden können.

Ich begleite Sie als Coach, die eigentliche Veränderungsarbeit geschieht durch Sie selbst.

Ernährungsberatung

Ein **Ersttermin Ernährungsberatung** (ca. 90 Minuten) beinhaltet:

- Anamnese
- Fragebogen *Regeneration*
- Fragebogen *Bedürfnisse*
- Kalipermessung
- BIA
- Analyse der Ergebnisse
- Erstellung eines individuellen Ernährungsplans und Trainingsvorschlags

Informationen & Allgemeine Geschäftsbedingungen

Ernährungsberatung mit Spiroergometrie

Wenn ein Termin inklusive Spiroergometrie gebucht wird, dauert der Ersttermin ca. 120 Minuten.

Der Termin umfasst zusätzlich:

- Durchführung und Auswertung der Spiroergometrie
- Integration der Spirodaten in die Ernährungs- und Trainingsanalyse
- Besprechung der Ergebnisse sowie individuelle Trainings- und Ernährungsempfehlungen

Im Rahmen der Anamnese müssen relevante Gesundheitsinformationen angegeben werden, insbesondere bekannte Erkrankungen (z. B. Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Herzinsuffizienz, Atemwegserkrankungen, Stoffwechselstörungen, psychische Erkrankungen, hormonelle Dysbalancen oder chronische Schmerzen).

Diese Angaben dienen ausschliesslich der Sicherheit und Qualität der Beratung.

Die Vollständigkeit und Richtigkeit der mitgeteilten Gesundheitsinformationen liegt in der Verantwortung der Klientin / des Klienten.

Ich übernehme keine Haftung für Folgen, die aus unvollständigen oder unzutreffenden Angaben entstehen.

Die Teilnahme an der Ernährungsberatung erfolgt auf eigene Verantwortung.

Folgetermine beinhalten je nach gebuchtem Paket:

- Fragebogen *Regeneration*
- Kalipermessung
- BIA-Messung
- Analyse der Ergebnisse
- Anpassung des Ernährungsplans und Trainingsvorschlags
- Optional: Spiroergometrie

Die Anzahl der Folgetermine richtet sich nach Ziel, Umsetzung und individueller Entwicklung der Klientin / des Klienten.

Informationen & Allgemeine Geschäftsbedingungen

Haftung & Verantwortung

Eigenverantwortung

Die Klientin/der Klient ist sich bewusst, dass das Coaching/Die Ernährungsberatung ein aktiver Prozess ist und der Erfolg massgeblich von ihrer/seiner Mitarbeit und Umsetzung abhängt. Sie/Er trägt die volle Verantwortung für ihre/seine Entscheidungen und Handlungen sowie für die Einhaltung von Terminvereinbarungen. Es werden ausdrücklich keine Heilversprechen oder Garantien für bestimmte Ergebnisse gegeben.

Ich arbeite im Rahmen meiner Kompetenzen als Mental Coach / Ernährungs- & Psychophysiologische Diagnostikerin und übe keine ärztliche oder therapeutische Tätigkeit im Sinne des Schweizer Heilmittelgesetzes oder Psychologieberufegesetzes (PsyG) aus.

Es werden keine Diagnosen erstellt und keine medizinischen Ursachen abgeklärt.

Sollten Sie sich in ärztlicher oder psychologischer Behandlung befinden, kann eine Zusammenarbeit – mit Ihrem Einverständnis – in Absprache mit der behandelnden Fachperson erfolgen.

Die Haftung für Schäden jeglicher Art wird, soweit gesetzlich zulässig, ausgeschlossen. Ausgenommen von diesem Haftungsausschluss sind Vorsatz und grobe Fahrlässigkeit. Die Teilnahme an Coachings, Trainings, Beratungen oder diagnostischen Verfahren erfolgt auf eigene Verantwortung.

Zahlung & Termine

Die Bezahlung erfolgt direkt am Termin in bar oder per Twint.

Mit der Terminvereinbarung anerkennen Sie diese AGB.

Bei Nichterscheinen oder Absage weniger als 24 Stunden vor dem Termin wird der volle Betrag in Rechnung gestellt.

Informationen & Allgemeine Geschäftsbedingungen

Preise

Die jeweils gültigen Preise sind auf der Website www.jd-körperwerk.ch ersichtlich. Preisänderungen sind jederzeit möglich und werden auf der Website aktualisiert. Massgebend ist der zum Zeitpunkt der Buchung oder Terminvereinbarung kommunizierte Preis.

Alle Preise verstehen sich in Schweizer Franken (CHF).

Ausschlussgründe

Coachings können nicht durchgeführt werden, wenn durch Medikamente, Drogen- oder übermässigen Alkoholkonsum das Bewusstsein oder die Wahrnehmung beeinflusst sind.

Versicherung & Haftungsausschluss

Versicherung (Unfall, Krankheit, Diebstahl etc.) ist Sache der Teilnehmenden. Eine Haftung der Veranstalterin ist ausgeschlossen.

Kann ein Termin aus Gründen, auf die ich keinen Einfluss habe (z. B. Unfall, Krankheit, Ausfall von Transportmitteln), nicht stattfinden, wird dieser zum nächstmöglichen Zeitpunkt nachgeholt. Schadenersatzansprüche sind ausgeschlossen.

Datenschutz

Personendaten werden gemäss dem Schweizer Datenschutzgesetz (revDSG) vertraulich behandelt und ausschliesslich im Rahmen der vereinbarten Zusammenarbeit verwendet.

Es erfolgt keine Weitergabe an Dritte ohne ausdrückliche Einwilligung der betroffenen Person.

Gesundheitsbezogene Angaben werden nur erhoben, soweit sie für die sichere und qualitätsgerechte Durchführung des Coachings oder der Ernährungsberatung erforderlich sind.

Informationen & Allgemeine Geschäftsbedingungen

Vertragsdauer & Kündigung

Die Zusammenarbeit wird für die vereinbarte Dauer (z.B. Paket) eingegangen. Sie kann von jeder Partei mit einer Frist von 14 Tagen zum nächsten vereinbarten Termin schriftlich gekündigt werden. Im Falle einer vorzeitigen Kündigung durch die Klientin/den Klienten werden bereits erbrachte Leistungen anteilig in Rechnung gestellt. Ein Anspruch auf Abschluss der vereinbarten Gesamtleistung besteht nicht.

Rechtsgrundlage

Es gilt ausschliesslich Schweizer Recht.
Gerichtsstand ist der Sitz von JD-Körperwerk (Kanton Aargau).

Ich habe die Informationen und AGB gelesen und verstanden:

Ort, Datum: _____

Name Klient: in: _____

Unterschrift Kunde: _____

Ort, Datum: _____

**Unterschrift Mentaltrainerin / Ernährungs- & Psychophysiologische Diagnostikerin:
Janina Deligiannis**
