

Liebe Läuferin, lieber Läufer,

im Vorfeld zu Deinem nächsten RunSmart-Kurs möchte ich Dir die weiteren Infos zu unserem Training senden. Die Anmeldung erfolgt einfach online auf:

<https://gaitview.de/anmeldung-runsmart-kurse/> Zur Anmeldung gehört auch der kleine Fragebogen - so kann ich mir einen Überblick über die Aktivitäten und Ziele machen um das Programm möglichst zielgerichtet für Euch zu gestalten.

**Organisatorisches:** Was machen wir bei **schlechtem Wetter**? Als Outdoorsportart sind wir leider vom Wetter abhängig. Auch beim Kurs „Krafttraining“ sind wir im Freien. Bei Nieselregen können wir trainieren, regnet es stärker, kühlen wir leicht aus – dann haben wir keinen Gewinn vom Training. **In diesem Fall muss ich das Training leider kurzfristig absagen. Die Einheit verschiebt sich dann um eine Woche, bzw. auf einen Termin, den wir vereinbaren, nach hinten.** Es hat sich in diesem Fall die Kommunikation via whatsapp als praktikabel erwiesen – bitte setze in der Anmeldung explizit ein Häkchen, wenn Du NICHT in die Kurs-whatsapp-Gruppe möchtest.

**Bitte zu Deinem Kurs mitbringen:**

- ✓ Handtuch als Unterlage für die Rasenfläche
- ✓ Für den Kurs Krafttraining: bringe bitte zusätzlich eine Gymnastikmatte mit
- ✓ Getränk/Wasser

**Unsere Treffpunkte & Parken:**

An der öffentlichen Laufbahn in DA gibt es leider keine Umkleiden oder Duschmöglichkeit. Parkmöglichkeiten gibt es ausreichend vor dem Nordbad.

Kurse im Darmstädter Bürgerpark: Weg zur Laufbahn vom Parkplatz Nordbad: einfach rechts am Nordbad vorbeigehen (man passiert linker Hand das Freibad); automatisch stößt man auf die Laufbahn – hier nach rechts gehen, nach ca. 60m Treppe links hoch - Treffpunkt: an den Betontribünen.

**Kosten:** Die Kosten für Deinen Kurs kannst Du in den jeweiligen Infos auf der Homepage, im jeweiligen Kurs-Info-PDF sowie bei der Online-Anmeldung sehen. Überweise bitte zeitnah zur Anmeldung die Kursgebühr, damit der Platz gesichert werden kann.

Gesetzliche Kassen beteiligen sich an den Kosten des Präventionskurses, sofern der Kurs regelmäßig (80%) belegt wurde. Bitte bei der jeweiligen Kasse im Vorfeld die genaue Erstattungshöhe erfragen! Private Kassen beteiligen sich ebenfalls vereinzelt an Präventivmaßnahmen.

Bitte beachte: Die Zahlungssumme enthält eine Kurssicherungsgebühr von 35,- Euro. Bei kurzfristigen Absagen 1 Woche vor Kursstart (ab vorherigem Di/Do) kann die Kurssicherungsgebühr nicht mehr zurückgezahlt werden! Bei Absage/Krankheit nach Start des Kurses kann leider keine Rückerstattung der Kursgebühr erfolgen.

**Bankverbindung:** Michael Schneider, Consorsbank BNP Paribas  
IBAN DE30 7012 0400 8454 4510 09, BIC DABBDEMMXXX

Du erhältst eine Quittung sowie die Teilnahmebescheinigung am Ende des Kurses.

Infos und Teilnahmebedingungen für Kursteilnehmer

**Anmeldung:** Alle bereits per Mail eingegangenen Anmeldungen sind registriert. Die Anmeldung ist durch Rücksenden der **Online-Anmeldung** und Überweisen der Kursgebühr komplett.

**Teilnahmebedingungen:** Jede(r) Teilnehmer(in) nimmt auf eigene Verantwortung am Kurs teil. Jede(r) Teilnehmer(in) erklärt mit der Anmeldung verbindlich, dass er/sie aus sportärztlicher Sicht in der Lage ist, Lauftraining zu absolvieren. Bei Anzeichen gesundheitlicher Beeinträchtigung (Infekt, Fieber etc.) darf kein Training absolviert werden.

Infos zu den Kursen auch auf:

<https://gaitview.de/runsmart-der-lauftechnikkurs/>

<https://gaitview.de/runsmart-kraft-und-adaptionstraining/>