

7 Tage

YOGA - BIKEN - DOLCE VITA

im Campo al Monaco in der Toskana



2026 gibt's 2 Termine!

30. Mai bis 6. Juni
&
7. Juni bis 14. Juni



Herzlich Willkommen in Bella Italia

Eine Woche mit Yoga, Biken und Workouts

... auf einem traumhaften Anwesen in der Toskana.

Komm mit uns eine Woche in ein kleines Paradies in die Hügel der Toskana. Auf einem Landsitz mitten im Grünen kannst du in aller Ruhe yogieren, baden, entspannen und einfach eine gute Zeit haben. Mit deinem Bike im Gepäck ist Sassofortino der optimale Ausgangspunkt für Rennrad- oder Graveltouren und ein Paradies für Trail-Liebhaber.

Kurz gesagt, diese Woche vereint, was wir selbst lieben! Der Tag startet mit einer wundervollen Yoga- oder Sporteinheit, bevor du dir dein Frühstück schmecken lässt. Du entscheidest ganz tagesindividuell, ob du ein Fahrtechnik Training machen, auf eine Radltour starten oder einfach am Pool liegen möchtest.

Am späten Nachmittag gibt es dann mehrmals pro Woche eine sportliche oder regenerative Einheit. Alles perfekt abgestimmt auf die aktuelle körperliche Belastung. Als Schmankerl wird dich unser Küchenteam mit Pizza, Pasta und anderen italienischen Leckereien versorgen.

Wer ist KörperGfui?

Trainer – mit Knowhow, Herz und KörperGfui.



Benni

Tagsüber ist unser Bike Guide und Sportwissenschaftler Benni mit dir unterwegs. 2021 hat er die Toskana als Bikeparadies entdeckt und kann es kaum erwarten dir mit Tipps und Tricks zu deiner MTB-Technik den Trailspaß zu versüßen oder mit dem Rennrad durch die umliegenden Hügel und die Maremma zu düsen.



Lisa

Lisa sorgt mit ihren Yogaeinheiten für den perfekten Start in den Tag oder den entspannten Tagesabschluss. Als Physiotherapeutin und Sportwissenschaftlerin weiß sie genau, was dein Körper braucht und hat stets ein offenes Ohr für deine Wünsche.



Steffi

Unser Orga Köpfchen Steffi schafft eine Atmosphäre, die einfach schree ist! Nicht nur als Personal Trainerin, sondern auch als Gastgeberin weiß sie genau, was deinen Urlaub unvergesslich macht! Neben schweißtreibenden Einheiten wird sie auch als Yogalehrerin dafür sorgen, dass du im Campo al Monaco wirklich ankommst.

Unsere Unterkunft - das Campo al Monaco

Ein italienischer Traum

Mitten in den toskanischen Hügeln liegt das Campo al Monaco. Mit vier liebevoll restaurierten Häusern und zehn Hektar Land ein wahres Paradies. Der Landsitz bietet fast schon unzählige Rückzugsmöglichkeiten, eine Piazza mit Sitzgelegenheiten als Treffpunkt, einen Pool zur Abkühlung, eine Spielwiese mit ganz viel Platz, Grillplätze, einen kleinen Wald mit Bach, einen Pizzaofen und eine wunderschöne Open Air Yogaplattform mit Ausblick in die Maremma.

Der nächste Ort, das mittelalterliche und romantisch verschlafene Sassofortino ist in 10 Minuten zu Fuß zu erreichen.

Mehr Infos zu unserer Unterkunft findest du hier: www.campo-al-monaco.com



Das Programm

Yoga, Radeln, Dolce Vita

Entspannen, sporteln, ein Gläschen Aperol und das Ganze wieder von vorn... Unser Programm gibt dir jeden Tag die Möglichkeit, das zu tun, worauf du gerade Lust hast. Starte den Tag mit einer Sport- oder Yogaeinheit, bevor ein leckeres Frühstück auf dich wartet. Danach kannst du dich auf dein Radl schwingen und allein oder auf geführter Tour die toskanischen Hügel näher kennen lernen.

Wir gestalten ein abwechslungsreiches und vielfältiges Programm. Für jedes Leistungslevel wird es ein Angebot geben, sowohl für Anfänger und Fortgeschrittene, als auch MTB-Cracks, Langstreckenfans und Fitnessfanatiker.

Bitte gib deshalb bei der Anmeldung deine Bike-Erfahrungen an, um sowohl die Gruppe, als auch jede/n Einzelne/n besser einschätzen zu können.

Beispieltag 1

08.00 Uhr Morgenmeditation
08.30 Uhr Yoga
ab 08.00 Uhr Frühstück
10.00 Uhr MTB Fahrtechniktraining
13.00 Uhr MTB Trailspaß am Monte Arsentì
13.00 Uhr kurzer Espresso-Ride mit Rennrad/Gravel (37km, 410hm)
17:00 Uhr Workout
19.30 Pizaabend auf der Campo-Terrasse

Beispieltag 2

08.00 Uhr Workout
ab 08.00 Uhr Frühstück
10.00 Uhr Rennradtour ans Meer (110km, 850hm)
10.00 Uhr Gravel-/MTB-Genusstour durch die toskanischen Weinberge (50km, 920hm)
17:00 Uhr Yoga
Abend zur freien Verfügung

Das Programm wird vor Ort an die Gruppe und an das Wetter angepasst.



Beispielbilder Häuser & Zimmer



Basic



Premium



Deluxe



Preise

Basic

Doppelzimmer mit geteiltem
Badezimmer und zus.
geteiltem Außenbad

1.099 Euro p.P.

keine Küche/Kühlschrank

Premium

Doppelzimmer mit geteiltem
Badezimmer und geteilter
Küche

1.459 Euro p.P.

3. Person auf der Schlafcouch 70%

Deluxe

Appartement mit
Doppelzimmer & Wohnzimmer
mit Schlafcouch, eigenes Bad
und eigene Küche

1.459 Euro p.P.

3. & 4. Person auf der Schlafcouch 70%

geeignet für Familien

Du reist alleine? Dann melde dich bei uns und wir versuchen einen Zimmer-Buddy für dich zu finden. Einzelzimmer gibt es nur auf Anfrage und gg. Aufpreis.

Kinder bis 6 Jahren reisen kostenlos mit, wenn sie mit euch im Doppelzimmer schlafen.

Für Kinder von 7 bis 17 Jahren gibt's einen günstigen Tarif (je nach Unterkunft & Alter), den ihr bei uns anfragen könnt.

Die Teilnahme am Programm ist ab 18 Jahren möglich.

Hunde sind herzlich willkommen (Kat. Premium & Deluxe), sofern sie mit anderen verträglich sind. Bitte vorher anmelden. Die Hunde-Reinigungspauschale beträgt 40 Euro.

Die Häuser und Zimmer des Campo sind alle individuell und ganz unterschiedlich. Wir beraten euch gerne.

Ihr möchtet mit einer ganzen Gruppe teilnehmen und ein komplettes Haus für euch alleine haben? Dann meldet euch bei uns.

Leistungsumfang der Reise

- täglich reichhaltiges und wechselndes Frühstücksbuffet
- 3 x Abendessen im Campo
- 1 x toskanischer Pasta-Abend im Restaurant Momo in Sassofortino
- täglicher kleiner Nachmittagsnack (kein Mittagessen)
- Kaffee, Tee und Wasser so viel du willst
- jeden Tag eine Yoga-Einheit
- 3 x geführte Morgenmeditation
- 3 x Functional Outdoor Training
- 2-stündiges MTB-Fahrtechniktraining
- jeweils mind. 2 geführte Rad-Touren für Rennrad, Gravel und MTB



Neben den geführten Touren werden wir euch zahlreiche wunderschöne und abwechslungsreiche Strecken in der Region empfehlen. Die Routen stellen wir euch via komoot zur Verfügung.

Für alle, die gerne auf eigene Faust losziehen, bietet die Region um Sassofortino alles was das Herz begehrt, z.B.:

- ✿ Trailparadies Massa Marittima und Prata in weniger als 30 Minuten mit dem Auto erreichbar

- ✿ Zum Strand: 45km, ca. 35 Minuten mit dem Auto

Starte direkt von der Unterkunft mit dem Rad in die malerische

- ✿ Maremma oder in die Süd-Toskanischen Weinberge, egal ob eine lange Rennradtour oder eine Genussstour mit dem MTB oder Gravel

- ✿ Zahlreiche Weingüter sind schnell erreichbar

Kleine lobenswerte Ausflüge in die historischen, benachbarten

- ✿ Örtchen wie Roccatederighi, Ribolla oder Montemassi oder halbtägige Ausflüge in bekannte Orte wie Montepulciano, Sienna oder Montalcino.

Vor Ort werden wir dich mit vielen Infos, Ausflugszielen und Tour-Vorschlägen versorgen.



Verpflegung

Wir haben mit viel Liebe ein tolles, vegetarisches, italienisches Menü entwickelt. Da unser Herz nicht nur für Bewegung und Natur, sondern auch für's Kochen und Essen schlägt, werden wir dich mit unseren Lieblingsgerichten verwöhnen. Unser Küchenteam versorgt dich mit leckeren Gerichten aus der Region.

Falls du Allergien, Unverträglichkeiten oder sonstige Einschränkungen beim Essen hast, dann lass es uns bitte bereits bei deiner Buchung wissen, damit wir für eine entsprechende Alternative sorgen können.

Getränke (Bier, Wein und alkoholfreie Getränke) kannst du vor Ort kaufen.

Die Häuser der Kategorie Deluxe & Premium verfügen jeweils über eine Küche, in der du dir Snacks oder ein Mittagessen zubereiten kannst. Auch Grillplätze stehen zur Verfügung. Die Basic-Zimmer haben keine Küche oder einen Kühlschrank. Im fußläufigen Ort gibt es einen kleinen Coop-Supermarkt, einen Bäcker, ein Restaurant und eine Bar.

Packliste

- eigenes Fahrrad
- eigene Yogamatte
- Pool-Handtuch
- Fahrradzubehör (z.B. Ersatzschlauch, Werkzeug etc.)

Alles Weitere ist sehr individuell und wir denken, jede/r weiß selbst am Besten, was er/sie braucht.

Anreise

Vom Irschenberg aus gerechnet muss man 7-8h Fahrt einplanen.

Die Meilensteine sind:

Brenner – Bozen – Verona – Modena – Bologna

Die genaue Anreise-Route schicken wir dir vor der Reise per Email zu.

Du findest das Campo al Monaco auch auf google maps.



optionale Zusatzleistungen

Sport- und Wellnessmassage:
Transport vom Flughafen Pisa
Bike-Shuttle, ganzer Tag ab 4 Personen
Bike-Shuttle, halber Tag ab 5 Personen
weitere Bike-Shuttle Preise auf Anfrage
Personal Training

30min - 35 Euro / 60min - 70 Euro
150 Euro pro Fahrt
ca. 70 Euro p.P.
ca. 40 Euro p.P.

60min - 75 Euro

Alles kann, nix muss

Uns ist wichtig, dass du dir in dieser Woche genau das nimmst, was du brauchst. Wenn dir also eher danach ist, lieber mal ein Nickerchen zu machen oder am Pool zu chillen, als an einem unserer Programmpunkte teilzunehmen, dann ist das absolut in Ordnung. Gib uns einfach kurz Bescheid, damit wir dich nicht vermissen.



Yoga

Wir freuen uns, dir ein buntes und abwechslungsreiches Yoga-Programm anbieten zu können. Jedes Level ist willkommen.



Ich bin Lisa – Sportwissenschaftlerin, Physiotherapeutin und Yoga-Lehrerin.

Seit meiner Ausbildung 2019 auf Bali unterrichte ich mit viel Freude und Leidenschaft Vinyasa-Krama Yoga, d.h. alle Bewegungen werden Stück für Stück aufeinander aufgebaut, bevor wir dann ins Fließen kommen.

Für mich bedeutet Yoga alles „dürfen“ und nichts „müssen“. Die Bewegungen fließen mit deinem Atem. Du bist achtsam und nimmst wahr. Dabei gibt es kein schwarz oder weiß – sondern ganz viel grau mit ein bisschen Glitzer.

Vom schweißtreibenden Vinyasa Flow, über ruhiges Hatha-Yoga bis hin zu entspanntem Restorative Yoga – du sollst dich wohlfühlen in meinen Stunden und vor allem Spaß haben.

In der Toskana unterstützt mich zusätzlich mind. eine weitere Yoga-Lehrerin. Damit garantieren wir dir Abwechslung durch verschiedene Yoga-Stile und höchste Professionalität durch Lehrer:innen mit fundierten Ausbildungen.



Unser **Outdoor Yoga-Spot** im Campo al Monaco:

Wenn der neue Tag mit Yoga-Zauber in der toskanischen Morgenluft beginnt, kann alles nur gut werden. Zwei uralte Eichen rahmen die Yoga-Plattform ein und geben allem einen natürlichen Halt. Wenn der Wind sanft durch die Eichenblätter weht oder die Sonne durch die Äste spitzt - ein magischer Yoga-Ort, der das Erlebnis ganz einmalig macht. Der perfekter Ort, um Kraft zu tanken.



Das sagen unsere Teilnehmer:innen



Fabian aus München

Eine Woche Toskana voll mit tollen Radtouren, Wanderungen, Yoga-Sessions, Workouts, Aperol und bestem Essen. Die Location sowie die Organisation sind kaum zu übertreffen. Jeden Tag konnten wir aus einem individuell zusammengestellten Programm auswählen oder die Zeit frei gestalten. Kein Wunsch blieb unerfüllt. Die Woche wurde durch das netteste Team und alle Mitreisenden zum absoluten Highlight.



Max aus Traunstein

Ich war bereits zum zweiten Mal mit in der Toskana dabei und selten hat mich etwas so sehr auf allen Ebenen begeistert. Jedes noch so kleine Detail ist mit Liebe und Herz geplant und man fühlt sich zu jeder Zeit mehr als pudelwohl. Bei KörperGfui haben sich Drei gefunden, die mit Hausverstand und Herzblut für das brennen, was sie machen: Mehr als nur eine von vielen Sportreisen zu organisieren, sondern eine Atmosphäre zu schaffen, die in allen Bereichen professionell gestaltet ist und einem das Gefühl gibt „dahoam“ zu sein. Alle Jahre wieder und eine klare Empfehlung für alle Yogis, Sportfans und Bike Fans im Herzen der Toskana!



Andrea aus Rosenheim

Ich habe dieses Jahr zum ersten Mal überhaupt an einer organisierten Sportreise teilgenommen – und ich bin absolut begeistert! Der gesamte Aufenthalt in der Toskana war mit so viel Herz und Liebe zum Detail vom ganzen Team organisiert. Man wurde vom ersten Moment an von allen herzlich aufgenommen und die Atmosphäre war unglaublich freundlich und familiär. Die Kombination aus Yoga, Radeln, Workouts und gemeinsamer Zeit war einfach perfekt. Alles war super strukturiert, durchdacht und man hat sich in allem gut aufgehoben gefühlt! Das Anwesen, die Unterkunft und die umliegende Umgebung waren wunderschön! Die Verpflegung war super gut und es wurde auf individuelle Bedürfnisse (Unverträglichkeiten) geachtet. Für alle, die Lust auf eine aktive Auszeit in der wunderschönen Toskana haben: absolute Empfehlung!!!



Gabi und Axel aus München

Es war eine unvergessliche Woche in der Toskana. Durch die Herzlichkeit mit der ihr Drei uns empfangen habt, haben wir uns vom ersten Moment an pudelwohl und willkommen gefühlt. Für Axel war es der erste Kontakt mit Yoga - er war von Anfang an begeistert, dank der tollen Stunden auf der phantastischen Yogaplattform unter riesigen Bäumen und dem weiten Blick in die toskanische Landschaft – richtig zum Runterkommen. Hier und auch bei den Workouts fühlt sich wirklich jeder willkommen. Durch die MTB-Trainings habe ich es geschafft, meine Abfahrtsängste bei Schotter zu verbessern und habe um einiges mehr Sicherheit bekommen. Das gesamte Programm ist eine perfekte Mischung und durch euer Motto „Alles kann, nix muss“ ist einfach für jeden das Richtige dabei. So ein Team und Programm gibt es nicht nochmals.





per Email an:
servus@koerpergfui-rosenheim.de

KÖRPER Gfui
Dolce Vita 2026

Teilnahmehinweise

... bitte durchlesen.

Teilnahmehinweise der Urban, Mittermayr & Sipitzki KÖRPERGFUI GbR

Mit der Anmeldung und/oder Teilnahme an einem Training, einer Yoga-Einheit, einem Fahrtechniktraining und/oder einer geführten Fahrradtour der Urban, Mittermayr & Sipitzki KÖRPERGFUI GbR erklärt der/die Teilnehmer/in, dass er/sie die nachfolgenden Teilnahmehinweise gelesen hat und damit einverstanden ist:

§ 1 Begriffsbestimmungen

(1) Die Urban, Mittermayr & Sipitzki KÖRPERGFUI GbR veranstaltet Trainings, Yoga-Einheiten, Fahrtechniktrainings und geführte Fahrradtouren - im Weiteren als Training & Touren bezeichnet. Der individuelle Leiter dieser Trainings & Touren wird im Weiteren als Guide bezeichnet.

§ 2 Verfügbarkeit der Teilnahmehinweise für Fahrtechniktrainings

Die Teilnahmehinweise werden bei jeder Anmeldung für Trainings & Touren der Urban, Mittermayr & Sipitzki KÖRPERGFUI GbR verschickt.

§ 3 Absage oder Abbruch von Fahrtechniktrainings

Es besteht kein Rechtsanspruch auf Teilnahme oder Durchführung an einem Training, Tour oder anderen Programmpunkten der Veranstaltung. Die Urban, Mittermayr & Sipitzki KÖRPERGFUI GbR und / oder der Guide sind jederzeit - auch kurzfristig - berechtigt, das Training oder die Tour ohne Angabe von Gründen abzusagen oder abubrechen sowie Teilnehmer von der Teilnahme an einem Training oder einer Tour auszuschließen.

§ 4 Teilnahmevoraussetzungen

(1) Die Urban, Mittermayr & Sipitzki KÖRPERGFUI GbR und / oder der Guide sind berechtigt, die Teilnahme an einem Training oder einer Tour von der Erfüllung besonderer Bedingungen (wie beispielsweise das Vorliegen bestimmter fahrtechnischer Fähigkeiten) abhängig zu machen. Hierauf wird im Einzelnen in der Ausschreibung zu einem Training oder einer Tour hingewiesen. Mit der Anmeldung und Teilnahme an dem Training oder der Tour bestätigt der Teilnehmer, dass er diese Bedingungen erfüllt. Teilnehmer, die das 18. Lebensjahr noch nicht vollendet haben, müssen eine schriftliche Einverständniserklärung ihrer Erziehungsberechtigten vorlegen.

(2) Voraussetzung für die Teilnahme an einem Training oder einer Tour sind, sofern nichts anderes angegeben ist, ein technisch einwandfreies Fahrrad sowie eine ausreichende Pannenausrüstung (u. a. Ersatzschlauch, Flickzeug, Luftpumpe, Werkzeug, etc.). Es ist nicht Verpflichtung des Guides, dem Teilnehmer im Pannenfall technische Unterstützung zu gewähren. Kann das Training oder die Tour aufgrund einer Panne nicht zu Ende gebracht werden, so ist ein eventuell erforderlicher Rücktransport auf eigene Gefahr und Kosten des Teilnehmers durchzuführen.

(3) Alle Teilnehmer*innen haben für eine ausreichende Schutz- und Sicherheitsausrüstung zu sorgen. Hierzu gehören insbesondere eine den Witterungsbedingungen entsprechende Kleidung sowie bei Touren eine angemessene Schutzausrüstung (z. B. lange Handschuhe, Protektoren). Die Teilnehmer sind verpflichtet, einen Helm zu tragen, der den aktuellen und einschlägigen Sicherheitsvorschriften entspricht. Alle Teilnehmer haben selbst für eine ausreichende Verpflegung und Getränke während der Touren und Trainings zu sorgen.

§ 5 Gefährdung

(1) Dem/der Teilnehmer*in an einem Training oder einer Tour der Urban, Mittermayr & Sipitzki KÖRPERGFUI GbR ist bekannt, dass die Benutzung eines Mountain- oder Gravelbikes sowohl auf als auch abseits befestigter Straßen und insbesondere im Rahmen eines Fahrtechniktrainings oder einer Tour besondere körperliche Anforderungen stellt und mit spezifischen Gefahren verbunden ist.

(2) Die Teilnahme an einem Training oder an einer Tour erfolgt deshalb grundsätzlich auf eigene Gefahr und auf eigenes Risiko. Touren führen sowohl über öffentliche Straßen und Wege als auch über befestigte und unbefestigte Wege und Pfade. Angaben über den geplanten Wegverlauf, die Länge und Dauer sowie den konditionellen und/oder fahrtechnischen Schwierigkeitsgrad einer Tour sind unverbindlich und dienen ausschließlich dazu, den Teilnehmern einen groben Eindruck von den sie erwartenden Anforderungen zu geben. Angaben zum fahrtechnischen Schwierigkeitsgrad einer Tour beziehen sich auf die sog. Singletrailskala, die unter www.singletail-trail-skala.de nachzulesen ist. Die Teilnehmer*innen müssen selbst und in eigener Verantwortung beurteilen und entscheiden, ob sie diesen Anforderungen entsprechen. Fehleinschätzungen in diesem Zusammenhang liegen ausschließlich im Verantwortungsbereich des/r Teilnehmers*in.

§ 6 Verhalten der Teilnehmer*innen

(1) Die Teilnehmer*innen sind dazu verpflichtet, sich jederzeit so zu verhalten, dass sie sich und andere Teilnehmer nicht gefährden und auf diese Rücksicht zu nehmen. Hierzu gehören insbesondere ein ausreichender Sicherheitsabstand und eine den Weg- und Sichtverhältnissen sowie dem persönlichen Können angepasste Geschwindigkeit und Fahrweise.

(2) Die Teilnehmer*innen sind insbesondere verpflichtet, die im Rahmen des Trainings oder der Tour gestellten und aufeinander aufbauenden praktischen Übungsaufgaben zu absolvieren und auf Aufforderung des Guides zur Erlangung größtmöglicher Sicherheit zu wiederholen. Den Anweisungen des Guides zur Durchführung einzelner Übungen, insbesondere seinen Sicherheitshinweisen, ist jederzeit zu folgen.

(3) Alle Teilnehmer*innen haben ihre - vor allem konditionellen und fahrtechnischen - Fähigkeiten selbst einzuschätzen und ihre Fahrweise daran auszurichten. Die Teilnehmer*innen müssen insbesondere selbst beurteilen, ob sie einen Wegabschnitt sicher und ohne sich oder andere zu gefährden mit dem Mountainbike fahren können; im Zweifelsfall ist ein Wegabschnitt vorher zu besichtigen und/oder das Fahrrad zu schieben oder zu tragen.

(4) Alle Teilnehmer*innen haben auf öffentlichen Straßen und Wegen die Bestimmungen der Straßenverkehrsordnung in eigener Verantwortung einzuhalten. Darüber hinaus sind die DIMB Trail Rules einzuhalten; die DIMB Trail Rules können unter www.dimb.de/fachberatung/trail-rules/ nachgelesen werden.

(5) Die Teilnehmer*innen sind sich darüber im Klaren, dass Fahrtechniktrainings oder Fahrradtouren mit gewissen Risiken und Gefahren verbunden sind und nehmen diese Risiken und Gefahren bewusst und mit vollem Einverständnis in Kauf. Die Teilnehmer*innen sind sich dabei insbesondere darüber bewusst und nehmen es in Kauf, dass es zu Stürzen und daraus resultierenden - auch schweren - Sach-, Personen- oder Vermögensschäden kommen kann. Gefahren und Risiken können sich insbesondere, aber nicht nur, aus den - häufig auch wechselnden - Witterungs- und Wegebedingungen sowie dem eigenen und dem Verhalten Dritter ergeben. Auch eine nicht ausreichende gesundheitliche Verfassung, mangelnde Kondition sowie Selbstüberschätzung oder unzureichende und nicht den für das Fahrtechniktraining oder eine bestimmte Übung vorausgesetzten fahrtechnische Fähigkeiten der Teilnehmer*innen können zu einer Gefährdung der eigenen Person oder Anderen führen. Weder die Urban, Mittermayr & Sipitzki KÖRPERGFUI GbR noch der Guide sind verpflichtet, für eine Absicherung der Strecke zu sorgen oder auf Gefahren hinzuweisen.

§ 7 Haftung der Urban, Mittermayr & Sipitzki KÖRPERGFUI GbR

Soweit die Urban, Mittermayr & Sipitzki KÖRPERGFUI GbR für rechtswidrig verursachte Schäden haftet, gilt Folgendes:

Für Schäden aus der Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit haftet die Urban, Mittermayr & Sipitzki KÖRPERGFUI GbR unbeschränkt, soweit diese auf einem vorsätzlichen oder fahrlässigen Verhalten (Tun oder Unterlassen) ihrer gesetzlichen Vertreter oder Erfüllungsgehilfen beruhen.

Für sonstige Schäden haftet die Urban, Mittermayr & Sipitzki KÖRPERGFUI GbR unbeschränkt, soweit diese auf einem vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Verhalten (Tun oder Unterlassen) ihrer gesetzlichen Vertreter oder Erfüllungsgehilfen beruhen.

Im Übrigen ist die Haftung der Urban, Mittermayr & Sipitzki KÖRPERGFUI GbR ausgeschlossen.

Soweit die Haftung der Urban, Mittermayr & Sipitzki KÖRPERGFUI GbR ausgeschlossen ist, gilt dies auch für ihre gesetzlichen Vertreter und Erfüllungsgehilfen.

Im Falle eines Schadens ist, soweit möglich, der Guide unverzüglich vor Ort unter Angabe von Namen und Wohnanschrift zu informieren. Darüber hinaus ist ein Unfall unverzüglich der Urban, Mittermayr & Sipitzki KÖRPERGFUI GbR unter servus@koerpergfui-rosenheim.de zu melden. Die Meldung hat schriftlich zu erfolgen.



per Email an:
servus@koerpergfui-rosenheim.de

KÖRPER *Gfui*
Dolce Vita ²⁰²⁶

Dein Einverständnis

... danke für deine Unterstützung!

Verarbeitung von Bild- und Filmmaterial

Wir fertigen bei der Veranstaltung ggf. Fotos und Videos an. Das Bildmaterial wird den Teilnehmer:innen als Erinnerung zur Verfügung gestellt und wird zur Darstellung unserer Aktivitäten auf der Website, auf den Social-Media-Kanälen und in Printmedien veröffentlicht. Mit der Anmeldung wird den Veranstalter:innen die Erlaubnis erteilt, während der Veranstaltung Foto- und Filmaufnahmen zu machen und diese im Zusammenhang mit der Veranstaltung für die Öffentlichkeitsarbeit und die Dokumentation analog und digital zu verwenden.

Ich bin damit einverstanden, dass während der Veranstaltung Fotos und Videos gemacht werden, auf denen ich zu sehen bin, die unter den Teilnehmer:innen als Erinnerung geteilt und zu Marketingzwecken benutzt werden dürfen.

☐

ja

☐

nein

Haftungsausschluss

Ich versichere, dass ich alle Fragen über meinen Gesundheitszustand wahrheitsgemäß und vollständig beantwortet habe. Beschwerden jedweder Art oder Unwohlsein teile ich den Trainer:innen unverzüglich mit. Ich erkläre, dass ich mich zum Zeitpunkt der Veranstaltung körperlich, geistig und seelisch sportgesund fühle, und dass ich freiwillig, auf eigene Verantwortung und auf eigenes Risiko teilnehme.

Mir ist bewusst, dass das falsche oder unachtsame Ausführen von Übungen gravierende Auswirkungen auf die Gesundheit haben kann.

Falls trotz fachkundiger Anleitung Folgeschäden auftreten, die darauf zurückzuführen sind, dass ich Ausschlussgründe verschwiegen habe, sind die Veranstalter:innen von jeder Haftung freigestellt.

Dies gilt auch für Schäden, die dadurch entstehen, weil ein Ausschlussgrund dem bzw. der Teilnehmer:in selbst nicht bekannt und für die Trainer:innen nicht erkennbar war.

Es besteht kein Haftungsanspruch gegenüber den Veranstalter:innen. Im Zweifelsfall sind Indikationen durch einen Arzt oder eine Ärztin abzuklären.

Weder Veranstalter:in noch Trainer:innen können im Falle von Schäden und Verletzungen haftbar gemacht werden.

AGBs & Stornobedingungen

Im Anschluss an deine Anmeldung prüfen wir die Verfügbarkeit. Dann bekommst du von uns eine Rechnung, die du bequem überweisen kannst. Der Zahlungseingang gilt als Buchungsbestätigung.

Falls eine Teilnahme nicht möglich ist, fallen unabhängig von der Art der Bezahlung und dem Anlass folgende Stornierungsgebühren an:

- bei Abmeldung bis zu 61 Tage vor Veranstaltungsbeginn: 30 € Bearbeitungsgebühr
- bei Abmeldung zwischen 60 und 21 Tagen vor Veranstaltungsbeginn: 50% der Kosten
- bei Abmeldung ab 20 Tagen vor Veranstaltungsbeginn oder bei Abwesenheit werden die gesamten Kosten in Rechnung gestellt.

Die Abmeldung muss schriftlich per Post oder an servus@koerpergfui-rosenheim.de erfolgen.

Eine Rückvergütung oder Minderung für vereinbarte, aber nicht in Anspruch genommene Leistungen von Unterricht und Verpflegung ist ausgeschlossen. Falls vom Kunden:in eine passende Ersatzperson für die Teilnahme gefunden wird, entfällt die Stornogebühr und es fällt lediglich eine Bearbeitungsgebühr von 30 € an.

Falls die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird oder der Kurs aus anderen Gründen nicht stattfindet (z.B. höhere Gewalt), ist die Abmeldung hinfällig.



per Email an:
servus@koerpergfui-rosenheim.de

KÖRPER *Gfui*
meets
Dolce Vita 2026

Kontakt & Infos

... damit wir uns optimal auf dich einstellen können.

Name, Vorname Geburtsdatum:

Straße: PLZ, Ort:

Handynummer: Email:

Wie bist du auf uns aufmerksam geworden?

Hast du körperliche Einschränkungen? ☐ nein Wenn ja, welche?
☐ ja

Nimmst du aktuell Medikamente? ☐ nein Wenn ja, welche?
☐ ja

Bist du schwanger? ☐ nein Wenn ja, wann ist ET?
☐ ja Bei einer Schwangerschaft ist die Teilnahme an den Programmpunkten aus gesundheitlichen Gründen nur eingeschränkt möglich.

Hast du eine Allergie oder Lebensmittelunverträglichkeit? ☐ nein Wenn ja, welche?
☐ ja

Notfallkontakt: Ich teile mir das Zimmer mit:

Mitreisende Kinder (Namen&Alter): Hund (Name, Größe):
.....

Ich bin interessiert an: ☐ Yoga ☐ Workouts ☐ geführten Bike-Touren

Ich reise mit folgendem Bike(s) an und bin: ☐ Rennrad ☐ Gravel ☐ MTB
☐ Anfänger/in ☐ Anfänger/in ☐ Anfänger/in
☐ Fortgeschrittene/r ☐ Fortgeschrittene/r ☐ Fortgeschrittene/r
☐ Profi ☐ Profi ☐ Profi

Als MTBer bin ich interessiert an: ☐ Touren ☐ Trails

☐ Hiermit melde ich mich verbindlich zur Veranstaltung KörperGfui meets Dolce Vita an.

☐ 30.5.-6.6.2026 (Sa-Sa) ☐ 7.6.-14.6.2026 (So-So)

☐ Basic ☐ Premium ☐ Deluxe

☐ Ich habe alle 3 Seiten gelesen, verstanden und stimme diesen zu.

Du möchtest uns noch etwas zu deiner Buchung sagen?

Ort, Datum

Unterschrift

Bitte pro erwachsener Person eine Anmeldung ausfüllen.

Die Angaben werden streng vertraulich behandelt und werden nicht an Dritte weitergegeben.

Teilnahme an den Programmpunkten ab 18 Jahren.

Wir empfehlen dir den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung.