

# COLSMANN COACHING

Fitness · Ernährung · Massage

Name des Klienten: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

## RISIKOAUFKLÄRUNG ERNÄHRUNGSBERATUNG – COLSMANN COACHING

### 1. Zweck und Grenzen der Ernährungsberatung

Die Ernährungsberatung dient der Verbesserung der allgemeinen Gesundheit, der Optimierung des Ernährungsverhaltens, der Leistungssteigerung, der Gewichtsregulation sowie der Prävention ernährungsbedingter Beschwerden. Es werden keine Diagnosen gestellt und keine Krankheiten behandelt, geheilt oder gelindert. Die Beratung ersetzt keine ärztliche Untersuchung oder Therapie.

### 2. Wissenschaftliche Grundlagen und individuelle Abweichungen

Die Beratung basiert auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen der Ernährungswissenschaft, Präventionsmedizin und orthomolekularen Ansätzen. Individuelle Reaktionen können abweichen. Ein Erfolg kann nicht garantiert werden.

### 3. Risiken und mögliche Nebenwirkungen

Ernährungsumstellungen können Verdauungsbeschwerden, Müdigkeit, Kopfschmerzen, Unverträglichkeiten und Energieschwankungen hervorrufen. Supplemente können Wechselwirkungen, Überdosierungen oder Unverträglichkeiten verursachen. Trainingsempfehlungen können zu Überlastungen führen, wenn Anweisungen nicht befolgt werden.

### 4. Pflichten des Klienten

Alle Angaben zu Gesundheit, Medikamenten und Beschwerden müssen vollständig und wahrheitsgemäß erfolgen. Änderungen sind unverzüglich mitzuteilen. Die Umsetzung erfolgt eigenverantwortlich.

### 5. Haftungsbegrenzung

Keine Haftung für Komplikationen durch unvollständige Angaben, eigenmächtige Änderungen oder Einnahme nicht empfohlener Supplemente. Haftung nur bei grober Fahrlässigkeit oder Vorsatz.

### 6. Selbstverantwortung

Alle Maßnahmen erfolgen freiwillig und eigenverantwortlich. Bei Beschwerden ist ärztlicher Rat einzuholen.

### 7. Datenschutz

Alle Daten werden gemäß DSGVO vertraulich behandelt.

Bestätigung des Klienten: \_\_\_\_\_

Ich bestätige, dass ich umfassend aufgeklärt wurde und die Inhalte verstanden habe.

[www.colsmann-coaching.de](http://www.colsmann-coaching.de)  
[info@colsmann-coaching.de](mailto:info@colsmann-coaching.de)