

Kältekammer – Kundeninformation & Einverständniserklärung

1. Allgemeine Informationen

Die Kältekammer-Anwendung (Ganzkörper-Kältebehandlung) ist eine moderne Methode zur Unterstützung von Regeneration, Leistungssteigerung und allgemeinem Wohlbefinden.

Durch die kurze Kälteeinwirkung (ca. $-110\text{ }^{\circ}\text{C}$) können Stoffwechsel, Durchblutung und Muskulatur positiv beeinflusst werden.

2. Mögliche positive Effekte

- Schnellere Erholung nach Training oder Belastung
 - Reduzierung von Muskelkater und Verspannungen
 - Unterstützung bei Muskel- und Gelenkschmerzen
 - Steigerung des Energielevels und der Konzentration
 - Verbesserung des Hautbilds und des allgemeinen Wohlbefindens
-

3. Ablauf der Anwendung

1. Vorbereitung:
 - Schmuck, Brillen, Piercings und Metallteile ablegen
 - Schutzkleidung anlegen: Handschuhe, Socken, Mund- und Ohrenschutz
 - Unterwäsche oder Badebekleidung ohne Metallbestandteile tragen
 - Vor der Anwendung nicht rasieren oder eincremen
 2. Durchführung:
 - Anwendung in der Kammer ($-110\text{ }^{\circ}\text{C}$) für 2–4 Minuten
 - Ruhig atmen, keine schnellen Bewegungen, im Kreis drehen erlaubt.
 - Bei Unwohlsein sofort abbrechen oder der Aufsicht Bescheid geben
 3. Nach der Anwendung:
 - Langsam aufwärmen, z. B. durch Bewegung oder warme Kleidung
-

4. Sicherheit & Vorsichtsmaßnahmen

Die Anwendung erfolgt immer unter Aufsicht unseres geschulten Personals.

Nicht teilnehmen sollten Personen mit:

- Akuten Infekten, Fieber oder Erkältung
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Bluthochdruck

- Offenen Wunden oder Hautentzündungen
- Schwangerschaft
- Bekannter Kälteunverträglichkeit oder Kreislaufproblemen

Wenn Sie sich unsicher sind, sprechen Sie bitte vorab mit Ihrem Arzt.

5. Mögliche Reaktionen

In seltenen Fällen kann es kurzzeitig zu Hautrötungen, leichtem Brennen oder Schwindel kommen.

Diese Reaktionen sind in der Regel harmlos und klingen schnell ab.

6. Einverständniserklärung

Ich bestätige, dass ich über den Ablauf, die Wirkungen und mögliche Risiken der Kältekammer-Anwendung informiert wurde.

Ich fühle mich gesund und nehme freiwillig an der Anwendung teil.

7. Haftungsausschluss

Ich nehme die Kältekammer-Anwendung auf eigene Verantwortung in Anspruch. Das Studio sowie dessen Mitarbeitende übernehmen keine Haftung für gesundheitliche Schäden, die durch die Anwendung entstehen könnten, sofern diese nicht auf grobe Fahrlässigkeit oder Vorsatz zurückzuführen sind.

Mir ist bewusst, dass die Kältekammer kein Ersatz für eine ärztliche oder therapeutische Behandlung ist. Die Kältekammer ersetzt keine ärztliche Behandlung. Bei bestehenden gesundheitlichen Problemen wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt oder Ärztin.

Name:	_____
Geburtsdatum:	_____
Unterschrift Kunde / Kundin:	_____
Datum und Unterschrift Studio-Mitarbeiter/in:	_____