

Krijnen M&B

Afspraken voor Personal Training, lifestylecoaching en uitdrukkelijk overeengekomen Foundation-begeleiding.

Versie	1.0
Geldig vanaf	7 augustus 2026
KvK	93711077
Contact	info@krijnenmb.nl

Dwingende consumentenrechten blijven altijd gelden. Bewaar de versie die vóór of bij het sluiten van de overeenkomst is verstrekt.

1. Definities

Krijnen M&B	de eenmanszaak van Michael Krijnen, ingeschreven bij de Kamer van Koophandel onder nummer 93711077, die de commerciële dienstverlening aanbiedt.
cliënt	de natuurlijke persoon die als consument een overeenkomst met Krijnen M&B sluit.
deelnemer	de persoon die feitelijk aan een training, consult of begeleiding deelneemt. Dit kan de cliënt zijn of iemand voor wie de cliënt rechtsgeldig boekt.
overeenkomst	de afspraak tussen Krijnen M&B en de cliënt over een of meer diensten.
Personal Training	persoonlijke trainingsbegeleiding, afgestemd op onder meer doelen, niveau, belastbaarheid, techniek, trainingsprogressie en passende trainingsbelasting.
lifestylecoaching	niet-medische coaching en begeleiding bij leefstijl en gedrag, voor zover dit binnen de deskundigheid en de concreet afgesproken dienst valt.
sessie of consult	een gereserveerd tijdsblok voor Personal Training, lifestylecoaching of andere uitdrukkelijk overeengekomen begeleiding.
rittenkaart	een vooraf betaalde kaart voor het in de bevestiging genoemde aantal SOLO Personal Training-sessies. Een rittenkaart is geen abonnement en wordt niet automatisch verlengd.
duo of trio	Personal Training waaraan respectievelijk twee of drie deelnemers deelnemen en waarvoor de prijs per persoon geldt.
Foundation-begeleiding	begeleiding waarbij de M&B Lifestyle Foundation als competentiegestuurde werkwijze wordt gebruikt, uitsluitend wanneer dit uitdrukkelijk onderdeel is van de overeenkomst.
schriftelijk	op papier, per e-mail of via een andere elektronische manier waarmee de inhoud kan worden bewaard.

2. Identiteit en toepasselijkheid

Deze voorwaarden gelden voor aanbiedingen en overeenkomsten van Krijnen M&B voor Personal Training, lifestylecoaching en Foundation-begeleiding. Ze gelden alleen voor andere diensten wanneer dat uitdrukkelijk is afgesproken.

Krijnen M&B is bereikbaar via info@krijnenmb.nl. Het vestigings- en klachtenadres wordt vóór het sluiten van de overeenkomst vermeld in het aanbod, de bevestiging of de factuur. De trainingslocatie is niet automatisch het vestigingsadres.

Afwijkingen gelden alleen wanneer die schriftelijk zijn overeengekomen. Bij strijdigheid gaat een uitdrukkelijke individuele afspraak in het aanbod of de bevestiging vóór deze voorwaarden. Dwingend consumentenrecht gaat altijd voor.

De voorwaarden worden vóór of bij het sluiten van de overeenkomst beschikbaar gesteld. De cliënt moet ze kunnen lezen en bewaren.

3. Totstandkoming van de overeenkomst

Een overeenkomst ontstaat wanneer de cliënt een aanbod uitdrukkelijk accepteert en Krijnen M&B dit bevestigt, wanneer een online boeking rechtsgeldig wordt afgerond, of wanneer een rittenkaart wordt gekocht. Alleen een kennismakingsaanvraag, informatieverzoek of vrijblijvend gesprek vormt nog geen overeenkomst.

In het aanbod of de bevestiging staan in ieder geval de afgesproken dienst, duur of omvang, locatie, prijs, betaalwijze en andere individuele afspraken. Extra diensten of extra tijd worden alleen geleverd en berekend na instemming van de cliënt.

Wanneer een deelnemer niet zelfstandig een overeenkomst kan sluiten, wordt de overeenkomst gesloten met of met rechtsgeldige toestemming van diens wettelijke vertegenwoordiger.

4. Inhoud en uitvoering van de dienstverlening

Krijnen M&B voert de afgesproken dienstverlening zorgvuldig en naar beste professionele inzicht uit. De inhoud wordt afgestemd op het afgesproken doel en op de informatie die op dat moment redelijkerwijs beschikbaar is.

Personal Training is trainingsbegeleiding. Uitgebreide lifestylecoaching maakt daar niet automatisch deel van uit en wordt alleen geleverd wanneer die afzonderlijk is afgesproken.

Een wezenlijke wijziging van dienst, locatie of gereserveerd tijdsblok vindt in overleg plaats. Kan Krijnen M&B de afgesproken dienst niet passend uitvoeren, dan wordt een redelijk alternatief, verplaatsing of terugbetaling voor het niet-uitgevoerde deel aangeboden.

5. Tarieven en betaling

Voor consumenten gelden de prijzen die bij het sluiten van de overeenkomst in het aanbod of de bevestiging staan. Deze consumentenprijzen zijn inclusief btw. Eventuele bijkomende kosten worden vóór de overeenkomst afzonderlijk en duidelijk vermeld.

Een rittenkaart wordt volledig vooruitbetaald en moet vóór de eerste training zijn voldaan. Voor losse sessies en consulten geldt de betaalwijze uit de boekingsbevestiging of factuur. Wanneer geen andere termijn is vermeld, bedraagt de betaaltermijn 14 kalenderdagen na de factuurdatum.

Prijswijzigingen gelden alleen voor toekomstige aankopen, verlengingen of nieuwe overeenkomsten. Een al betaalde sessie of rittenkaart wordt niet achteraf duurder. Voor een bestaande overeenkomst wijzigt de prijs alleen wanneer dat rechtsgeldig en schriftelijk is overeengekomen of uit de wet volgt.

Bij te late betaling ontvangt een consument eerst een kosteloze betalingsherinnering met de wettelijk vereiste termijn om alsnog te betalen. Pas daarna kunnen wettelijke rente en buitengerechtelijke incassokosten verschuldigd zijn, voor zover de wet dit toestaat. Krijnen M&B mag toekomstige dienstverlening na schriftelijke waarschuwing tijdelijk opschorten zolang een opeisbare betaling uitblijft.

6. Overeenkomsten op afstand en bedenktijd

Wordt een overeenkomst op afstand of buiten de verkoopprijsruimte gesloten, dan geldt het wettelijke herroepingsrecht wanneer de wet dat bepaalt. De consument ontvangt vóór de overeenkomst afzonderlijke informatie over de bedenktijd en eventuele wettelijke uitzonderingen. Krijnen M&B bedenkt geen eigen uitzonderingen op dit recht.

Wanneer het herroepingsrecht geldt, kan de consument de overeenkomst in beginsel binnen 14 dagen na het sluiten daarvan zonder opgave van reden herroepen. Herroepen kan via info@krijnenmb.nl, het wettelijke modelformulier of een andere daarvoor aangeboden wettelijke route.

Begint de dienstverlening op uitdrukkelijk verzoek van de consument binnen de bedenktijd, dan kan bij herroeping een evenredig bedrag verschuldigd zijn voor het al uitgevoerde deel. Het herroepingsrecht vervalt na volledige uitvoering binnen de bedenktijd alleen wanneer aan alle wettelijke informatie- en toestemmingsvereisten is voldaan.

De kennismakingsaanvraag op de website is vrijblijvend en is geen online aankoop of overeenkomst. Als Krijnen M&B later rechtstreeks online verkoopt, worden ook de dan wettelijk vereiste herroepingsinformatie, het modelformulier en de online ontbindingsfunctie aangeboden.

7. SOLO-rittenkaarten

- Een rittenkaart geldt uitsluitend voor SOLO Personal Training en voor het aantal en type sessies in de aankoopbevestiging.
- De rittenkaart is zes maanden geldig vanaf de aankoopdatum.
- De rittenkaart is persoonlijk en niet overdraagbaar. Krijnen M&B kan vooraf schriftelijk een redelijke uitzondering toestaan.
- De rittenkaart is geen abonnement, wordt niet automatisch verlengd en geeft geen recht op vaste tijden buiten afzonderlijk bevestigde boekingen.
- Een tijdig geannuleerde sessie wordt niet afgeschreven. Bij te late annulering of een no-show geldt artikel 8.
- Na de geldigheidsduur vervallen ongebruikte sessies zonder automatische restitutie, behalve wanneer een schriftelijke opschorting of verlenging geldt, Krijnen M&B de sessies niet kan leveren, de wet anders bepaalt of strikte toepassing in de omstandigheden onredelijk zou zijn.

Bij aantoonbare langdurige medische verhindering of een andere objectief zwaarwegende reden kan de cliënt zo snel mogelijk om tijdelijke opschorting vragen. Krijnen M&B vraagt daarbij niet meer gezondheidsinformatie dan redelijkerwijs nodig is. De duur en nieuwe einddatum worden schriftelijk bevestigd.

Is gebruik ook na een redelijke opschorting blijvend niet mogelijk, dan kunnen partijen de rittenkaart voor het ongebruikte deel beëindigen. Het resterende aankoopbedrag wordt dan naar verhouding van de ongebruikte sessies terugbetaald. Hetzelfde geldt wanneer Krijnen M&B de resterende sessies definitief niet kan leveren en geen passend alternatief wordt aanvaard.

Wanneer de cliënt om een andere reden zelf stopt, ontstaat niet automatisch recht op restitutie van ongebruikte sessies. Wettelijke beëindigings- en herroepingsrechten blijven volledig van toepassing.

8. Annuleren, verplaatsen en no-show

Een sessie of consult kan tot 24 uur vóór de afgesproken starttijd kosteloos worden geannuleerd of verplaatst, mits Krijnen M&B de melding tijdig heeft ontvangen. Een rittenkaartsessie wordt dan niet afgeschreven. Een nieuwe afspraak is pas definitief na bevestiging.

Bij annulering binnen 24 uur vóór de starttijd of bij niet verschijnen blijft de volledige prijs verschuldigd. Bij een rittenkaart wordt één sessie afgeschreven.

Bij een aantoonbare acute uitzonderlijke omstandigheid neemt de cliënt zo snel mogelijk contact op. Krijnen M&B beoordeelt redelijk of afwijken van de annuleringsregel passend is en licht een afwijzing op verzoek toe. Een uitzondering is niet automatisch.

Annuleert Krijnen M&B, dan zijn geen kosten verschuldigd en wordt geen rit afgeschreven. Partijen plannen een vervangend moment of de vooruitbetaling voor de betreffende niet-uitgevoerde sessie wordt terugbetaald.

9. Te laat komen en uitloop

Een te late aankomst van de cliënt verlengt de gereserveerde eindtijd in beginsel niet. De volledige prijs kan verschuldigd blijven. Krijnen M&B beoordeelt of het resterende tijdsblok nog veilig en zinvol kan worden gebruikt.

Begint Krijnen M&B te laat, dan wordt waar mogelijk alsnog de volledige afgesproken tijd geboden. Is dat niet mogelijk, dan wordt in overleg een passende verlenging, vervangend moment of evenredige correctie aangeboden.

Sessies en consulten worden verkocht als gereserveerde tijdsblokken. Een beperkte uitloop vanuit Krijnen M&B is service en leidt niet automatisch tot extra kosten. Is substantieel meer tijd nodig, dan wordt een nieuwe afspraak of een expliciete verlenging met eventuele meerprijs overeengekomen voordat die extra tijd wordt geleverd.

10. DUO en TRIO

Bij DUO en TRIO geldt de bevestigde prijs per persoon. De boekingsbevestiging vermeldt wie de betaling verricht. De training wordt afgestemd op alle deelnemers. Voor de beste begeleiding werken deelnemers bij voorkeur met redelijk vergelijkbare doelen en trainingsbehoeften.

Zegt één deelnemer af, dan gaat de sessie voor de aanwezige deelnemer of deelnemers in beginsel door tegen hun oorspronkelijke prijs per persoon. Hun prijs wordt niet automatisch verhoogd. Voor de afwezige deelnemer geldt de annuleringsregel van artikel 8.

Wanneer doorgaan door het gewijzigde aantal deelnemers redelijkerwijs niet veilig of inhoudelijk passend is, kan Krijnen M&B de sessie zonder extra kosten verplaatsen. In overleg verplaatsen mag altijd wanneer de planning dat toelaat.

Iedere deelnemer blijft zelf verantwoordelijk voor juiste en actuele informatie over de eigen gezondheid en belastbaarheid. Een deelnemer kan die verantwoordelijkheid niet namens een ander overnemen.

11. Gezondheid, veiligheid en eigen verantwoordelijkheid

De cliënt en deelnemer melden vóór aanvang, via de daarvoor afgesproken veilige route, informatie over gezondheid, blessures, beperkingen of medicatie die redelijkerwijs relevant kan zijn voor veilige begeleiding. Veranderingen worden zo snel mogelijk gemeld.

Een deelnemer volgt redelijke veiligheidsinstructies, gebruikt materiaal zorgvuldig en stopt bij pijn, duizeligheid, benauwdheid, plotselinge zwakte of andere ongebruikelijke klachten. Zulke klachten worden direct gemeld.

Krijnen M&B is geen medische zorgverlener. Bij twijfel over medische geschiktheid kan Krijnen M&B de begeleiding onderbreken, aanpassen of uitstellen en adviseren eerst een arts of andere bevoegde zorgverlener te raadplegen. Dit beperkt de professionele zorgplicht van Krijnen M&B niet.

12. Lifestylecoaching

Lifestylecoaching bestaat uit begeleiding en coaching binnen de afgesproken hulpvraag en de deskundigheid van Krijnen M&B. Het is geen medische behandeling, psychotherapie of diagnostiek en vervangt geen zorg van een arts, psycholoog, diëtist of andere bevoegde zorgverlener.

Wanneer de hulpvraag buiten deze grenzen valt of medische of psychische beoordeling nodig lijkt, kan Krijnen M&B adviseren passende professionele hulp te zoeken of de begeleiding niet te starten of te beëindigen.

Deze voorwaarden leggen geen lifestylepakket, vaste trajectduur of trajectprijs vast. Alleen de afzonderlijk bevestigde consulten of later uitdrukkelijk overeengekomen diensten gelden. Lifestylecoaching is niet standaard inbegrepen bij Personal Training.

13. Resultaten en verwachtingen

Resultaten verschillen per persoon en hangen onder meer af van inzet, gedrag, gezondheid, herstel, omstandigheden en de tijd die beschikbaar is. Krijnen M&B garandeert geen specifiek fysiek, medisch, gewichts- of prestatieresultaat.

Het ontbreken van een resultaatgarantie ontslaat Krijnen M&B niet van de verplichting om de afgesproken begeleiding zorgvuldig en professioneel uit te voeren.

14. M&B Lifestyle Foundation

De M&B Lifestyle Foundation is een competentiegestuurde werkwijze. Foundation-begeleiding maakt alleen deel uit van de overeenkomst wanneer dit uitdrukkelijk is afgesproken.

Ontwikkeling binnen de methodiek en een eventuele overgang naar een andere fase zijn afhankelijk van aangetoonde competentie. Er vindt geen automatische overgang plaats na een bepaald aantal weken, betalingen of gevolgde sessies en zelfstandigheid op een vaste datum wordt niet gegarandeerd.

Commerciële afspraken over prijs, betaling, duur of beëindiging van een overeenkomst staan los van de methodologische beoordeling. Een betaalperiode of contractduur bepaalt dus niet de inhoudelijke Foundation-fase.

15. Verplichtingen van Krijnen M&B

- de afgesproken dienst zorgvuldig, professioneel en binnen de eigen deskundigheid uitvoeren;
- sessies en consulten passend voorbereiden;
- rekening houden met bekende doelen, belastbaarheid en relevante beperkingen;
- vertrouwelijk omgaan met informatie, behalve wanneer de wet of noodzakelijke veiligheid anders verlangt;
- tijdig melden wanneer een afspraak niet kan doorgaan;
- belangrijke wijzigingen, kosten en grenzen van de dienstverlening duidelijk bespreken.

16. Verplichtingen van cliënt en deelnemer

- juiste en voor de begeleiding relevante informatie verstrekken en wijzigingen melden;
- afspraken en redelijke veiligheidsinstructies naleven;
- op tijd aanwezig zijn en verhindering zo snel mogelijk doorgeven;
- verschuldigde bedragen op tijd betalen;
- respectvol omgaan met Krijnen M&B, andere deelnemers, medewerkers, de locatie en materialen;
- schema's en materialen alleen gebruiken binnen de persoonlijke gebruiksrechten uit artikel 22.

17. Opschorting en beëindiging

De cliënt kan de begeleiding schriftelijk beëindigen met inachtneming van de concrete overeenkomst en de wettelijke rechten. Uitgevoerde sessies, rechtsgeldig te laat geannuleerde sessies en openstaande facturen blijven verschuldigd. Voor vooruitbetaalde ongebruikte diensten gelden artikel 7, het herroepingsrecht en dwingend consumentenrecht.

Krijnen M&B kan de dienstverlening na een duidelijke waarschuwing opschorten of beëindigen bij een betalingsachterstand, herhaald niet nakomen van afspraken, onveilig gedrag, agressie, intimidatie of een andere ernstige tekortkoming. Een hersteltermijn wordt geboden wanneer dat redelijk en veilig mogelijk is.

Onmiddellijke beëindiging is mogelijk wanneer voortzetting redelijkerwijs niet kan worden verlangd, bijvoorbeeld bij acute onveiligheid of ernstig grensoverschrijdend gedrag. Kan begeleiding om gezondheids- of deskundigheidsredenen niet verantwoord worden voortgezet, dan bespreekt Krijnen M&B dit zorgvuldig en wordt het ongebruikte vooruitbetaalde deel naar verhouding terugbetaald.

Beëindigt Krijnen M&B de dienstverlening zonder tekortkoming van de cliënt en zonder passend alternatief, dan wordt het niet-uitgevoerde vooruitbetaalde deel naar verhouding terugbetaald.

18. Aansprakelijkheid

Krijnen M&B is aansprakelijk voor schade die het gevolg is van een toerekenbare tekortkoming of onrechtmatige daad, voor zover die aansprakelijkheid uit de wet volgt. Er geldt geen algemene uitsluiting van aansprakelijkheid.

Krijnen M&B is niet aansprakelijk voor schade die niet aan Krijnen M&B kan worden toegerekend, bijvoorbeeld wanneer relevante informatie ondanks een passende vraag niet is gedeeld, redelijke

veiligheidsinstructies bewust niet zijn gevolgd of materiaal buiten de afgesproken begeleiding onjuist is gebruikt. Daarbij blijft steeds van belang welke zorg redelijkerwijs van Krijnen M&B mocht worden verwacht.

Aansprakelijkheid voor indirecte schade wordt alleen beperkt voor zover dat volgens dwingend consumentenrecht is toegestaan en in de omstandigheden redelijk is. Geen beperking geldt waar de wet die verbiedt, waaronder bij opzet of bewuste roekeloosheid van Krijnen M&B.

De cliënt meldt schade zo snel als redelijkerwijs mogelijk, zodat de oorzaak kan worden onderzocht en verdere schade waar mogelijk kan worden beperkt. Deze meldplicht verkort geen wettelijke verjarings- of klachttermijn.

Voor verlies of beschadiging van persoonlijke eigendommen is Krijnen M&B alleen aansprakelijk wanneer dit aan Krijnen M&B kan worden toegerekend.

19. Overmacht

Overmacht is een omstandigheid buiten de redelijke invloed van een partij waardoor nakoming tijdelijk of blijvend onmogelijk is. Voorbeelden kunnen zijn plotselinge ziekte, een niet-toegankelijke locatie, een ernstige technische storing, extreem weer, overheidsmaatregelen of een andere onverwachte externe gebeurtenis.

De getroffen partij meldt dit zo snel mogelijk. Een afspraak wordt waar redelijk verplaatst en een rittenkaart wordt zo nodig schriftelijk verlengd. Zolang nakoming tijdelijk onmogelijk is, worden de betreffende verplichtingen opgeschort zonder dat de niet-getroffen partij voor de niet-geleverde dienst hoeft te betalen.

Duurt de overmacht zo lang dat voortzetting redelijkerwijs niet meer kan worden verlangd, dan mag ieder de nog niet uitgevoerde dienstverlening beëindigen. Vooruitbetaalde bedragen voor het definitief niet-uitgevoerde deel worden terugbetaald, tenzij een passend alternatief schriftelijk wordt aanvaard.

20. Privacy, persoonsgegevens en vertrouwelijkheid

Krijnen M&B verwerkt persoonsgegevens volgens de privacyverklaring en de toepasselijke privacywetgeving. Gegevens over gezondheid, lichaamssamenstelling, training, voeding of lifestyle worden alleen verwerkt wanneer dat noodzakelijk en rechtmatig is en via een passende route. Acceptatie van deze voorwaarden is geen algemene toestemming voor ieder gebruik van gezondheidsgegevens.

Informatie uit de begeleiding wordt vertrouwelijk behandeld. Delen met derden gebeurt alleen met een geldige grondslag, met toestemming wanneer die vereist is, of wanneer een wettelijke verplichting of acute veiligheid dit noodzakelijk maakt.

De actuele privacyverklaring staat op www.krijnenmb.nl/privacy/.

21. Foto's en beeldmateriaal

Deelname geeft Krijnen M&B niet automatisch toestemming om foto's, video of ander herkenbaar beeldmateriaal voor marketing of publicatie te gebruiken. Daarvoor wordt vooraf afzonderlijke, specifieke en vrijwillige toestemming gevraagd.

Weigeren van toestemming heeft geen negatieve invloed op de dienstverlening. Een gegeven toestemming kan voor toekomstig gebruik worden ingetrokken voor zover de wet dat toestaat.

22. Intellectueel eigendom en gebruik van materialen

Auteursrechten en andere intellectuele eigendomsrechten op trainingsschema's, documenten, werkboeken, Foundation-materialen, recepten, formats en digitale content van Krijnen M&B blijven bij Krijnen M&B of de oorspronkelijke rechthebbende.

De cliënt krijgt een persoonlijk, niet-exclusief gebruiksrecht voor de eigen begeleiding. Zonder voorafgaande schriftelijke toestemming mogen materialen niet commercieel worden gebruikt, verkocht, openbaar verspreid of structureel voor anderen worden gekopieerd. Normaal persoonlijk gebruik en een eigen reservekopie blijven toegestaan.

Materiaal dat de cliënt zelf rechtmatig aanlevert blijft van de cliënt of de oorspronkelijke rechthebbende. De cliënt staat ervoor in dat dit materiaal voor de afgesproken begeleiding mag worden gebruikt.

23. Klachten

Een klacht kan zo snel mogelijk en bij voorkeur schriftelijk worden gemeld via info@krijnenmb.nl, met voldoende informatie om de klacht te begrijpen en onderzoeken.

Krijnen M&B bevestigt de ontvangst en reageert inhoudelijk binnen 14 kalenderdagen. Is meer tijd nodig, dan wordt binnen die termijn uitgelegd waarom en wanneer een inhoudelijke reactie volgt. Partijen proberen eerst samen tot een redelijke oplossing te komen. Dit beperkt de wettelijke rechten van de consument niet.

24. Wijziging en versie van de voorwaarden

Een nieuwe versie geldt voor overeenkomsten die daarna worden gesloten. Voor een bestaande overeenkomst blijft de bij het sluiten verstrekte versie gelden, tenzij een wijziging rechtsgeldig schriftelijk wordt overeengekomen of uit dwingend recht volgt. Een reeds betaalde dienst wordt niet door een latere voorwaardenwijziging verslechterd.

Nieuwe versies worden gedateerd en bewaarbaar aangeboden. Als een bepaling ongeldig of niet-afdwingbaar blijkt, blijven de overige bepalingen gelden. Partijen vervangen de betreffende bepaling zo nodig door een redelijke bepaling die binnen de wet zo dicht mogelijk bij het doel aansluit.

25. Toepasselijk recht en geschillen

Op de overeenkomst is Nederlands recht van toepassing. Dwingende consumentenbescherming die op de cliënt van toepassing is, blijft onverkort gelden.

Als overleg een geschil niet oplost, kan het geschil worden voorgelegd aan de volgens de wet bevoegde rechter. Deze voorwaarden leggen een consument geen exclusieve of wettelijk ongeldige forumkeuze op.