

VERTRAG

RAHMENVERTRAG ÜBER DIENSTLEISTUNGEN

KRAFT- UND KONDITIONSPROGRAMM

01

DER AUFTRAGNEHMER

IRONLINE PERFORMANCE TRAINING

6300 Cedar Springs Rd, Dallas, TX 75235,
United States

02

DER KUNDE

**WESTBROOK HIGH
SCHOOL ATHLETICS**

4700 Westbrook Ave, Dallas, TX 75220,
United States

Dieser Vertrag wird zwischen den nachstehend genannten Parteien geschlossen und tritt zum angegebenen Wirksamkeitsdatum in Kraft. Er ersetzt alle vorherigen Besprechungen zum selben Gegenstand.

VERTRAG NR. CTR-2026-0233	DATUM DES INKRAFTTRETENS 9. Februar 2026	LAUFZEIT 12 Monate	ANWENDBARES RECHT Bundesstaat Texas, USA
AUFTRAG Kraft- und Konditionsprogramm	STATUS Zur Unterzeichnung		

IRONLINE PERFORMANCE
TRAINING LLC

VERTRAULICH — ERSTELLT FÜR
WESTBROOK HIGH SCHOOL
ATHLETICS. NICHT ZUR
WEITERGABE ÜBER DIE GENANNTEN
PARTEIEN HINAUS.

INHALT

01	VERTRAG	1
02	DIE PARTEIEN	3
03	KOMMERZIELLE BEDINGUNGEN	3
04	AUFTRAGSÜBERSICHT	5
05	HINTERGRUND	5
06	LEISTUNGSUMFANG & LIEFERGEGENSTÄNDE	6
07	LEISTUNGSBESCHREIBUNG	6
08	PROJEKTZEITPLAN	7
09	HONORARPLAN	8
10	HONORARÜBERSICHT	8
11	ZAHLUNGSPLAN	9
12	STATUS & VERSICHERUNGSSCHUTZ	9
13	ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN	10
14	UNTERZEICHNUNG	14

01 DER AUFTRAGNEHMER

IRONLINE PERFORMANCE TRAINING

IRONLINE PERFORMANCE TRAINING
LLC · EIN 75-1847302

6300 Cedar Springs Rd, Dallas, TX 75235,
United States

coach@ironlineperformance.com · +1 214 555
0158 · ironlineperformance.com

02 DER KUNDE

WESTBROOK HIGH SCHOOL ATHLETICS

WESTBROOK INDEPENDENT SCHOOL
DISTRICT – SPORTABTEILUNG

4700 Westbrook Ave, Dallas, TX 75220,
United States

athletics@westbrookisd.org · +1 214 555 0339



KOMMERZIELLE BEDINGUNGEN

DIE BEDINGUNGEN, DIE DIESEN VERTRAG REGELN

9. Februar 2026

Das Datum, an dem die
Verpflichtungen beginnen

02

ANFÄNGLICHE LAUFZEIT

12 Monate

Verlängert sich nur durch
schriftliche Vereinbarung

03

GESAMTHONORAR

\$38,500

\$38,500 zzgl. Umsatzsteuer
(befreit – Vertrag mit einem
öffentlichen Schulbezirk Texas)

04

ZAHLUNGSBEDINGUNGEN

Netto 30 Tage

Ab dem Datum jeder
gültigen Rechnung

05

ANWENDBARES RECHT

Bundesstaat Texas, USA

Dallas County, Texas



01

AUFTRAGSÜBERSICHT

Ein vierzehnwöchiges Kraft- und Konditionsprogramm für die Football-Varsity-Mannschaft der Westbrook High School außerhalb der Saison, das periodisiertes Krafttraining, Schnelligkeitsentwicklung und Verletzungspräventions-Screening kombiniert.

»» HINTERGRUND

Das Varsity-Football-Team der Westbrook High School beendete die letzte Saison mit 6-5 und verlor in der Schlussphase drei Stammspieler durch Weichteilverletzungen ohne Fremdeinwirkung – Oberschenkel- und Knöchelverletzungen, die laut Forschung zum Konditionstraining in der spielfreien Saison größtenteils vermeidbar sind. Das Team führt derzeit informelle Krafttrainingseinheiten durch, die von Co-Trainern beaufsichtigt werden, ohne periodisiertes Programm oder Verletzungs-Screening-Basiswert.

Ironline Performance Training schlägt ein vierzehnwöchiges Programm für die spielfreie Saison vor: ein Basis-Bewegungsscreening für alle 62 Kaderathleten, einen periodisierten Kraft- und Schnelligkeitsentwicklungsblock, der dreimal wöchentlich durchgeführt wird, sowie ein Return-to-Play-Protokoll für Athleten, die nach einer Verletzung zurückkehren. Die folgenden Abschnitte beschreiben den Ansatz, den Leistungsumfang, den Zeitplan und die Investition.

LEISTUNGSUMFANG & LIEFERGEGENSTÄNDE

01

BEWERTUNG

BASIS-BEWEGUNGSSCREENING

Ein funktionelles Bewegungs-Screening für alle 62 Kader-Athleten, das Asymmetrien und Verletzungsrisiken vor Trainingsbeginn identifiziert.

02

PROGRAMM

PERIODISIERTES KRAFTPROGRAMM

Ein vierzehnwöchiges periodisiertes Krafttrainingsprogramm, abgestimmt auf Westbrooks Trainings- und Spielplan.

03

PROGRAMM

SCHELLIGKEITS- UND BEWEGLICHKEITSENTWICKLUNG

Sprintmechanik, Richtungswechsel und Beschleunigungstraining, zweimal wöchentlich integriert.

04

ERHOLUNG

RETURN-TO-PLAY-PROTOKOLL

Ein dokumentiertes Protokoll für Athleten, die nach einer Verletzung zurückkehren, parallel zum Teamprogramm durchgeführt.

05

ERFASSUNG

INDIVIDUELLE TRAININGSLAST-ERFASSUNG

Individualisierte Erfassung von Trainingslast und Fortschritt über den gesamten Kader, wöchentlich überprüft.

>>> NICHT IM LEISTUNGSUMFANG ENTHALTEN

- Ernährungsberatung oder Essensplanung
- Externes oder individuelles Training außerhalb der geplanten Team-Einheiten
- Ausrüstungskauf (bestehende Kraftraum-Ausrüstung wird wie vorhanden genutzt)

>>>

LEISTUNGSBESCHREIBUNG

REF.	POSITION	SPEZIFIKATION	AUFWAND	VORLAUFZEIT	EINZELPREIS
SPC-01	Basis-Bewegungsscreening	Funktionsscreening für alle 62 Kaderathleten	1	12. Juni 2026	\$4,200
SPC-02	Kraftblock I (Grundlage)	Periodisiertes Trainingsprogramm für die Wochen 3–6	4	4 Wo.	\$1,450 / wk
SPC-03	Kraftblock II & Schnelligkeitstraining	Training der Wochen 7–10 zuzüglich Sprinttechnik	4	4 Wo.	\$1,650 / wk
SPC-04	Kraftblock III & Return-to-Play	Höchstleistungsblock der Wochen 11–13 zuzüglich RTP-Integration	3	3 Wo.	\$1,700 / wk
SPC-05	Belastungsverfolgung pro Athlet & wöchentliche Auswertung	Verfolgung des gesamten Kaders, wöchentlich mit dem Trainerstab ausgewertet	14	14 Wochen	\$650 / wk

Die Spezifikationen werden mit der Abnahme festgelegt; jede Änderung wird über das in diesem Dokument beschriebene Änderungsverfahren abgewickelt.



WOCHEN 1–2 · BASIS-BEWEGUNGSSCREENING

Funktionsscreening für alle 62 Kaderathleten, Verletzungsrisiken werden markiert.



WOCHEN 3–6 · KRAFTBLOCK I (GRUNDLAGE)

Periodisiertes Krafttraining der Grundlagenphase, dreimal wöchentlich.

3

WOCHEN 7–10 · KRAFTBLOCK II & SCHNELLIGKEITSTRaining

Krafttraining der Entwicklungsphase zuzüglich Sprinttechnik und Agilitätstraining.

4

WOCHEN 11–13 · KRAFTBLOCK III & RETURN-TO-PLAY

Krafttraining der Höchstleistungsphase, integriert mit dem Return-to-Play-Protokoll.



ARBEITSBEREICH	WOCHEN	SATZ	BETRAG
Basis-Bewegungsscreening Funktionsscreening für alle 62 Kaderathleten	1	\$4,200	\$4,200
Kraftblock I (Grundlage) Periodisiertes Trainingsprogramm für die Wochen 3–6	4	\$1,450 / wk	\$5,800
Kraftblock II & Schnelligkeitstraining Training der Wochen 7–10 zuzüglich Sprinttechnik	4	\$1,650 / wk	\$6,600
Kraftblock III & Return-to-Play Höchstleistungsblock der Wochen 11–13 zuzüglich RTP-Integration	3	\$1,700 / wk	\$5,100
Belastungsverfolgung pro Athlet & wöchentliche Auswertung Verfolgung des gesamten Kaders, wöchentlich mit dem Trainerstab ausgewertet	14	\$650 / wk	\$9,100
Gesamthonorar			\$38,500



Honorare für professionelle Dienstleistungen **\$38,500**

Umsatzsteuer (befreit – Vertrag mit öffentlichem Schulbezirk in Texas) **\$0**

Maximaler Vertragswert **\$38,500**

>>> MAXIMALER
VERTRAGSWERT

\$38,500

Alle Beträge verstehen sich in USD zzgl. anwendbarer Steuern zum jeweils geltenden Satz. Honorare werden monatlich nachträglich nach Projektfortschritt in Rechnung gestellt und sind innerhalb von 30 Tagen ab Rechnungsdatum zahlbar. Spesen werden nach vorheriger schriftlicher Zustimmung zu Selbstkosten abgerechnet.

>>>

FÄLLIGKEIT DER EINZELNEN RATEN

NR.	MEILENSTEIN	AUSLÖSER	ANTEIL	BETRAG
01	Wochen 1-2 · Basis- Bewegungsscreening	9. Februar 2026	30%	\$11,550
02	Wochen 3-6 · Kraftblock I (Grundlage)	Bei Lieferbeginn	30%	\$11,550
03	Wochen 7-10 · Kraftblock II & Schnelligkeitstraining	Bei Abnahme des Meilensteins	20%	\$7,700
04	Wochen 11-13 · Kraftblock III & Return-to-Play	Bei der endgültigen Übergabe	20%	\$7,700
Gesamt (netto)			100%	\$38,500

Die Raten werden auf Grundlage der oben genannten Meilensteine in Rechnung gestellt und sind innerhalb von 30 Tagen nach Rechnungsdatum zahlbar. Alle Beträge verstehen sich in USD zzgl. Umsatzsteuer (befreit – Vertrag mit einem öffentlichen Schulbezirk texas).

>>>

REGISTRIERUNGEN, VERSICHERUNGSSCH UTZ UND NACHWEISE

NACHWEIS	AUSSTELLENDE STELLE	REFERENZ	UMFANG	STATUS
Eingetragene Gesellschaft	Handelsregister, Vereinigte Staaten	Ironline Performance Training LLC	Handelsname und Rechtsform	Aktiv
Steuerliche Registrierung	Finanzbehörde, Vereinigte Staaten	EIN 75- 1847302	Alle in Rechnung gestellten Leistungen	Aktiv
Berufshaftpflichtversi cherung	Gewerblicher Versicherer	Auf Anfrage erhältlich	Kraft- und Konditionsprog ramm	Wird jährlich erneuert
Betriebshaftpflichtve rsicherung	Gewerblicher Versicherer	Auf Anfrage erhältlich	Arbeiten vor Ort und in den Räumlichkeiten des Kunden	Wird jährlich erneuert
Mitgliedschaft in einem Branchenverband	Branchenverband , Vereinigte Staaten	Auf Anfrage erhältlich	Verhaltenskod ex und Beschwerdeve rfahren	In gutem Rechtsstand

Zertifikate und Versicherungsscheine werden auf Anfrage zur Verfügung gestellt und werden Westbrook High School Athletics auf Anfrage jederzeit während des Auftrags erneut ausgestellt.

ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

01

1. LAUFZEIT & KÜNDIGUNG

Dieser Vertrag tritt am oben genannten Datum des Inkrafttretens in Kraft und läuft für die oben angegebene anfängliche Laufzeit weiter, sofern er nicht gemäß dieser Klausel vorzeitig gekündigt wird. Jede Partei kann den Auftrag oder ein Statement of Work mit

einer
Frist von
30
Tagen
schriftlich
kündigen.
Jede
Partei
kann
fristlos
schriftlich
kündigen,
wenn
die
andere
Partei
eine
wesentliche
Vertragsverletzung
begeht,
die nicht
innerhalb
von 15
Werktagen
nach
entsprechender
Mitteilung
behooben
wird,
oder
wenn
sie
zahlungsunfähig
wird. Bei
Kündigung
hat der
Kunde
alle
ordnungsgemäß
erbrachten
Leistungen
und

ordnungsgemäß
entstandenen
Auslagen
bis zum
Zeitpunkt
der
Kündigung
zu
bezahlen.

02

2. HONORARE & ZAHLUNG

Der Kunde zahlt die im Honorarplan festgelegten Gebühren zuzüglich anfallender Steuern. Ironline Performance Training stellt monatlich nachträglich nach Fortschritt Rechnung; jede Rechnung ist innerhalb von 30 Tagen ab Rechnungsdatum zahlbar. Vorab genehmigte Auslagen werden zum Selbstkostenpreis weiterberechnet und dürfen die vereinbarte Obergrenze ohne vorherige schriftliche Zustimmung des Kunden nicht überschreiten. Ironline Performance Training kann auf überfällige Beträge Zinsen zum gesetzlich zulässigen Höchstsatz erheben, die täglich anfallen.

03

3. GEISTIGES EIGENTUM

Jede Partei behält das Eigentum an geistigem Eigentum, das sie vor der Beauftragung besaß oder unabhängig davon entwickelt. Nach vollständiger Zahlung der jeweiligen Gebühren überträgt Ironline Performance Training dem Kunden sämtliche Rechte am geistigen Eigentum an den speziell für den Kunden im Rahmen dieser Vereinbarung erstellten, maßgeschneiderten Leistungen. Ironline Performance Training behält das Eigentum an seinen Methoden, Frameworks, Werkzeugen und Know-how und gewährt dem Kunden eine unbefristete, nicht-exklusive Lizenz zur Nutzung dieser, soweit sie in die Leistungen eingebettet sind, für seine internen Geschäftszwecke.

04

4. VERTRAULICHKEIT

Jede Partei hält alle nicht öffentlichen Informationen, die die andere Partei im Zusammenhang mit diesem Vertrag offenlegt, vertraulich, verwendet sie nur zur Erfüllung ihrer Pflichten und schützt sie mit mindestens der Sorgfalt, die sie auf ihre eigenen vertraulichen Informationen anwendet. Diese Pflichten gelten nicht für Informationen, die öffentlich sind oder ohne Verschulden der empfangenden Partei öffentlich werden, die vor der Offenlegung bereits rechtmäßig bekannt waren oder deren Offenlegung gesetzlich oder behördlich vorgeschrieben ist. Diese Klausel gilt nach Beendigung des Vertrags für einen Zeitraum von fünf Jahren fort.

indirekte
oder
Folgeschäden
oder für
entgangenen
Gewinn,
Umsatz
oder
erwartete
Einsparungen.
Die
Gesamthaftung
von
Ironline
Performance
Training
aus oder
im
Zusammenhang
mit
dieser
Vereinbarung
ist auf
die im
Rahmen
der
jeweiligen
Leistungsbeschreibung
in den 12
Monaten
vor dem
anspruchsbegründenden
Ereignis
gezahlten
Gesamtgebühren
begrenzt.
Ironline
Performance
Training
unterhält
eine
Berufshaftpflichtversicherung

in
wirtschaftlich
angemessener
Höhe.

06

6. ANWENDBARES RECHT & STREITIGKEITEN

Diese Vereinbarung und jede daraus oder in Verbindung damit entstehende Streitigkeit unterliegen den Gesetzen des Bundesstaates Texas, USA. Die Parteien werden zunächst versuchen, jede Streitigkeit in gutem Glauben durch Eskalation an ihre jeweiligen leitenden Ansprechpartner beizulegen. Wird die Streitigkeit nicht innerhalb von 30 Tagen beigelegt, haben die Gerichte von Dallas County, Texas die ausschließliche Zuständigkeit, wobei jede Partei einstweiligen Rechtsschutz bei jedem zuständigen Gericht beantragen kann.



ANWENDBARES RECHT

Bundesstaat Texas, USA

GERICHTSSTAND

Dallas County, Texas

Dieser Vertrag wird von den ordnungsgemäß bevollmächtigten Vertretern der Parteien unterzeichnet und tritt am oben genannten Datum des Inkrafttretens in Kraft.

**FÜR UND IM NAMEN VON WESTBROOK
HIGH SCHOOL ATHLETICS**

[Signature]

MARCUS WEBB

SPORTDIREKTOR

Datum

**FÜR UND IM NAMEN VON IRONLINE
PERFORMANCE TRAINING**

[Signature]

IRONLINE PERFORMANCE TRAINING

BEVOLLMÄCHTIGTER UNTERZEICHNER

Datum

»»» IRONLINE PERFORMANCE TRAINING



6300 Cedar Springs Rd, Dallas, TX 75235, Vereinigte Staaten

coach@ironlineperformance.com · +1 214 555 0158 ·

ironlineperformance.com

Ironline Performance Training LLC · EIN 75-1847302