

# Lange Laufzeit im Gym? So schützen Sie sich vor Verlängerung

Gute Vorsätze für 2026 gefasst? Gerade zum Jahresbeginn locken Fitnessstudios immer mal wieder mit günstigen Angeboten. Wer sich für ein solches entscheidet, bindet sich nicht selten gleich für zwei Jahre. Wird die rechtzeitige Kündigung versäumt, dehnt sich das Vertragsverhältnis sogar weiter aus. Denn die Verträge verlängern sich dann oft automatisch, bis zu zwölf Monate mehr sind möglich.

Um nicht in diese Verlängerungsfalle zu tappen, wird im c't-

Verbraucherschutzpodcast „Vorsicht, Kunde!“ dazu geraten, den Vertrag möglichst unmittelbar nach der Vertragsunterzeichnung wieder zu kündigen. Die Kündigung wird dann zum Ende der vereinbarten Laufzeit wirksam und verhindert, dass Vertragsinhaber sie schlicht vergessen. Wer das nicht möchte, sollte sich alternativ zumindest den letztmöglichen Kündigungstermin im Kalender notieren und sich einige Tage vorher daran erinnern lassen.

Die Kündigung selbst sollten Verbraucherinnen und Verbraucher möglichst per E-Mail aufsetzen, weil sich deren fristgerechte Zustellung so besonders gut nachweisen lässt. „Das dokumentiert im „Gesendet“-Ordner den Versandzeitpunkt. Und eine Bounce-Mail weist darauf hin, falls die Nachricht nicht angekommen ist“, erklärt Rechtsanwalt Niklas Mühleis in dem Podcast. Mitunter lässt sich der Vertrag auch direkt auf der Webseite des Anbieters kündigen.

Übrigens: Unternehmen sind dem Experten zufolge nicht dazu verpflichtet, den Erhalt der Kündigung zu bestätigen. Seriöse Anbieter täten das in der Regel aber trotzdem. (DPA)



Achtung, Verlängerungsfalle: Wird die rechtzeitige Kündigung versäumt, dehnt sich das Vertragsverhältnis weiter aus.

FOTO: KLAUS-DIETMAR GABBERT/DPA-MAG

SONDERVERÖFFENTLICHUNG

## ZEUGNISSORGEN

# Halbjahreszeugnisse

Sechs Tipps, wie Eltern richtig reagieren und das zweite Schuljahr erfolgreich wird

Die Vergabe der Halbjahreszeugnisse ist in vielen Familien ein kritischer Termin. Zwar haben die Klassenarbeiten im ersten Halbjahr schon deutlich gemacht, wie sich die Leistungen des Kindes entwickeln. Dennoch sind manche Eltern ratlos, wie es angesichts der schlechten Noten weitergehen kann, damit das Kind die Versetzung schafft oder den Übertritt in die gewünschte weiterführende Schule. Daher hat der VNN Bundesverband Nachhilfe- und Nachmittagschulen e.V. sechs Tipps zusammengestellt, wie Eltern am besten mit enttäuschten Erwartungen und schlechten Noten umgehen.

### Nicht schimpfen

Auch Kinder sind enttäuscht oder niedergeschlagen, wenn das Zeugnis schlecht ausfällt. Daher sollten Eltern nicht schimpfen oder ihrem Kind Vorwürfe machen. Wichtig ist es, ihm deutlich zu machen, dass ein schlechtes Zeugnis nichts an ihrem Gefühl für das Kind und dem Eltern-Kind-Verhältnis ändert.

### Ursachen und Lösungswege ermitteln

In einer ruhigen Atmosphäre sollten die Eltern mit dem Kind über mögliche Gründe für die schlechten Noten sprechen: Liegt es am Stoff, am Tempo, an fehlender Motivation oder an äußeren Faktoren? Eltern sollten zuhören, nachfragen und das Kind einbeziehen in die Entscheidung über künftige Lernwege.

### Rücksprache halten

Ein Gespräch mit der Klassenlehrerin oder dem Klassenlehrer kann zusätzliche Impulse liefern - für die Ursachen und mögliche Lösungen.

### Das Lernen planen

Wichtig für den Erfolg sind realistische Lernziele und ein in die Praxis umsetzbarer Weg dorthin. Das heißt beispielsweise: Wenn das Kind sich in Deutsch von einer Fünf auf eine Vier verbessern will, sollte es jeden Tag 30 Minuten Hausaufgaben üben - am besten zu festgelegten Lernzeiten. Zu prüfen ist auch, ob das Kind Unterstützung beim Lernen braucht.

### Anstrengungen belohnen

Kinder sollten nicht erst gelobt werden, wenn die Noten sich verbessern, sondern schon dafür, dass sie den Lernplan einhalten, sich anstrengen und sich erster Lernfortschritte zeigen. Das motiviert, steigert das Selbstvertrauen und wirkt sich mittelfristig auch in besseren Noten aus.

### Lernen an Lebensphasen anpassen

Manche Kinder in der Grundschule sind noch sehr verspielt. Daher sollte auch das Lernen spielerisch sein, damit es Freude macht.



Wenn der Nachwuchs Probleme in der Schule hat, sollten die Eltern gemeinsam mit dem Kind nach Lösungen suchen. FOTO: PIXABAY

Die Pubertät ist eine Achterbahnfahrt. Die meisten jungen Menschen interessieren sich für Vieles, nur nicht für die Schule. Druck aufbauen wäre auch hier

der falsche Weg. Eltern sollten Interesse zeigen, jederzeit gesprächsbereit sein, aber dem Jugendlichen auch Eigenverantwortung übertragen.

**Schülerhilfe!**  
Beste Noten. Lokal & digital.



**Profi-Nachhilfe vom Original!**

Jetzt informieren:  
**05371-9359078**

- ✓ Qualifizierte Nachhilfelehrer:innen
- ✓ Individuelle Förderung: Grundschule bis Abitur
- ✓ Inklusive Online-Lerncenter

**Prüfungsvorbereitungskurse - jetzt auch bei uns buchbar!**

Gifhorn • Steinweg 15 • Tel. 05371-9359078  
www.schuelerhilfe.de/gifhorn

**Englisch  
Deutsch  
Mathe**



**Nachhilfe**

**In Isenbüttel, Calberlah, Brome und Umland**

**Info + Anmeldung gebührenfrei unter**  
**0800 - 006 22 44**

• Alle Klassen
• Alle Schulformen

• Mini-Gruppen oder Einzelunterricht

www.minilernkreis.de/suedheide-elm

4644501\_002426

von  
Dipl.-Ings.



1.-13.  
Klasse



INGkids

INGENIEURE FÜR KIDS

Nachhilfe - flexibel & effektiv

monatlich kündbar

Über

19 Jahre

Kundenzufriedenheit

★★★★★

keine Anmeldegebühr

 **systematisches Lernen**  
Lerneffektivitätssteigerung

 **max. 4 Schüler je Gruppe**  
Einzelnachhilfe in Kleingruppe

 **27 Schulfächer je Termin**  
flexibel auswählbar

 **Top Abi-Vorbereitung**  
mit individueller Lernzeitplanung

 **"24/7"-Hilfe für Schüler**  
auch in den Ferien



Lehmweg 6  
38518 Gifhorn  
05371 170792  
0176 / 64005354  
www.ingkids.de