

Fragebogen zum Gesundheitszustand vor Aufnahme von körperlicher Aktivität und Sport

<u>(Wichtig: Bitte zum ersten Kurs ausgefüllt mitbringen – Danke)</u>	Ja	Nein
1. Hat Ihnen jemals ein Arzt gesagt, Sie hätten „etwas am Herzen“ und Ihnen Bewegung und Sport nur unter medizinischer Kontrolle empfohlen?		
2. Haben Sie Brustschmerzen bei körperlicher Belastung?		
3. Haben Sie in den letzten Monaten Brustschmerzen gehabt?		
4. Haben Sie schon ein- oder mehrmals das Bewusstsein verloren oder sind Sie ein- oder mehrmals wegen Schwindel gestürzt?		
5. Haben Sie ein Knochen- oder Gelenkproblem, das sich unter körperlicher Belastung verschlechtern könnte?		
6. Nehmen Sie Medikamente gegen hohen Blutdruck oder gegen ein Herzproblem?		
7. Ist Ihnen auf Grund persönlicher Erfahrung oder ärztlichen Rats ein weiterer Grund bekannt, der Sie davon abhalten könnte, ohne medizinischer Kontrolle Sport zu treiben?		
8. Sind Sie Diabetiker? Wenn Ja welcher Typ? (bitte ankreuzen) Typ-1-Diabetes: ____ (muss spritzen) Typ-2-Diabetes: ____		

Falls Sie eine oder mehrere Fragen mit JA beantwortet haben, sollten Sie Ihren Arzt vor der Aufnahme einer sportlichen Aktivität befragen und sich untersuchen lassen.

Ich habe die Haftungserklärung gelesen, alle obigen Fragen verstanden und beantwortet und bestätige mit meiner Unterschrift, dass ich den Sinn dieser Befragung verstanden habe.

Vorname und Nachname in Druckbuchstaben

Datum

Unterschrift

Freiwillige Angaben:

Hausarzt _____ / _____ (Name/Ort)

Krankenkasse _____ / _____ (Name/Ort)

Haftungserklärung

Es ist mir bekannt, dass meine Teilnahme an den angebotenen Kursen auf eigene Gefahr erfolgt. Die Kurse beinhalten Walking, bzw. Nordic Walking im Freien, Kräftigungs- und Stretchingübungen sowie Übungen aus dem Lachyoga. Ich wurde darauf hingewiesen, dass ich feste Sportschuhe (Walking- oder Joggingsschuhe) sowie geeignete Kleidung während des Kurses tragen muss.

Verletzt sich der Teilnehmer während des Kurses, besteht von Seiten der Leukämie & Lymphomhilfe Freiburg keine Unfallversicherung.

Mit meiner Unterschrift bestätige ich, dass ich die Leukämie & Lymphomhilfe Freiburg, vertreten durch den Kursleiter für sämtliche Schäden, seien es körperliche, materielle oder immaterielle Schäden, die ich mir durch die Teilnahme an dem Kurs zufüge, nicht zur Verantwortung ziehen werde. Gleiches gilt für sämtliche gesundheitlichen Probleme, die durch die Teilnahme am Kurs hervorgerufen oder verstärkt werden. Eine Haftung für die durch die Kursteilnahme verursachte Verstärkung bereits bestehender gesundheitlicher Probleme wird nicht übernommen. Der Kursteilnehmer mit bestehenden gesundheitlichen Problemen (z.B. Herz-Kreislauf-Erkrankungen) ist verpflichtet, seine Teilnahme an dem Kurs mit dem behandelnden Arzt abzustimmen.