

# Anmeldung zum Fit-Wa-La Kurs

## Fit im Wasser und an Land

SKV Rutesheim 1945 e.V. • Geschäftsstelle • Robert-Bosch-Straße 55 • 71277 Rutesheim  
Telefon & Fax: 07152 / 58111 • E-Mail: [post@skv-rutesheim.de](mailto:post@skv-rutesheim.de) • [www.skv-rutesheim.de](http://www.skv-rutesheim.de)



### Verbindliche Anmeldung zum Fit-Wa-La-Kurs in Rutesheim

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_ PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

Geburtstag: \_\_. \_\_. \_\_\_\_ Telefon: \_\_\_\_\_

e-mail (bitte in Druckbuchstaben!): \_\_\_\_\_

Hiermit melde ich mich verbindlich für „Fit im Wasser und an Land“ von April bis Juli 2018 an.

Der Kurs umfasst **8 x 60 min. Training an Land und 4 x 60 min. Training im Wasser**

Mitglied in der SKV  Kursgebühr: 36,00 € für 8 UE á 60 min (Land) + 4 UE á 60 min. (Wasser)

Nichtmitglied  Kursgebühr: 84,00 € für 8 UE á 60 min (Land) + 4 UE á 60 min. (Wasser)

Kursbeginn: \_\_\_\_\_

### **Bankverbindung:**

Name d. Kontoinhabers: \_\_\_\_\_

IBAN: \_\_\_\_\_ BIC: \_\_\_\_\_

Bank: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

Hiermit ermächtigen Sie die SKV Rutesheim Zahlungen von Ihrem Konto mittels SEPA-Basis-Lastschrift einzuziehen. Zugleich weisen Sie Ihr Kreditinstitut an, die von der SKV Rutesheim auf Ihr Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Die Anmeldung sowie den Gesundheits-Check bitte an unsere Geschäftsstelle senden. Die Teilnehmerzahl ist auf maximal 15 Teilnehmer beschränkt.

# Anmeldung zum Fit-Wa-La Kurs

## Fit im Wasser und an Land

SKV Rutesheim 1945 e.V. • Geschäftsstelle • Robert-Bosch-Straße 55 • 71277 Rutesheim  
Telefon & Fax: 07152 / 58111 • E-Mail: [post@skv-rutesheim.de](mailto:post@skv-rutesheim.de) • [www.skv-rutesheim.de](http://www.skv-rutesheim.de)



## Gesundheits-Check

Eingangsfragebogen für Sporttreibende  
für ein Gesundheitssportangebot im Verein

Name: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

Sehr geehrte Teilnehmerin, sehr geehrter Teilnehmer,

der Eingangsfragebogen ist ein Fragenkatalog, mit dem Sie auf einfache Weise *selbst* einschätzen können, ob aus medizinischer Sichtweise grundsätzliche Bedenken bei der Ausübung von körperlichen Aktivitäten bestehen.

Bitte beantworten Sie die nachstehenden Fragen mit „ja“ oder „nein“.

	Ja	Nein
Hat Ihnen jemals ein Arzt gesagt, Sie hätten „etwas am Herzen“ und Ihnen nur unter medizinischer Kontrolle Bewegung und Sport empfohlen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hatten Sie im letzten Monat Schmerzen in der Brust in Ruhe oder bei Körperlicher Belastung?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Haben Sie Probleme mit der Atmung in Ruhe oder bei körperlicher Belastung?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sind Sie jemals wegen Schwindel gestürzt oder haben Sie schon jemals das Bewusstsein verloren?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Haben Sie Knochen- oder Gelenkprobleme, die sich unter körperlicher Belastung verschlechtern könnten?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hat Ihnen jemals ein Arzt ein Medikament gegen hohen Blutdruck oder wegen eines Herzproblems oder Atemproblems verschrieben?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kennen Sie irgendeinen weiteren Grund, warum Sie nicht körperlich/sportlich aktiv sein sollten?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

### Ja auf eine oder mehrere Fragen:

Bitte suchen Sie Ihren Arzt auf, *bevor* Sie körperlich/sportlich aktiv werden. Berichten Sie Ihrem Arzt über den Gesundheits-Check und darüber, welche Fragen Sie mit „Ja“ beantwortet haben.