



TV Jugenheim 1888 e.V.

Postfach 21 05

64336 Seeheim-Jugenheim

Tel.: 0 62 57 / 999 48 28

Mail: info@tv-jugenheim.net

www.tv-jugenheim.net

Anmeldung zum präventiven G.U.T. -Kurs des TV Jugenheim

Kurstitel: Fit mit Spaß

Kursleitung: Karin Tempel

Zeit: 06.10.2016 - 22.12.2016

Ort: Sportheim des TV Jugenheim, Christian-Stock-Stadion

Name: _____ Vorname: _____

Straße/ Nr.: _____

PLZ/ Wohnort: _____

Geburtsdatum: _____ Telefon: _____

Mitglied im TVJ: ☐ Ja ☐ Nein

Hiermit melde ich mich verbindlich an und werde die Kursgebühr von 120,00 € vor Kursbeginn auf untenstehendes Konto überweisen. Nach Zahlungseingang erfolgt die Aufnahme in die Teilnehmerliste.

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr, der TV Jugenheim 1888 e.V. als Veranstalter übernimmt-soweit gesetzlich zulässig- keinerlei Haftung im Zusammenhang mit der Durchführung des Kurses. Der Teilnehmer/die Teilnehmerin erkennt diesen Haftungsausschluss mit seiner/ihrer Unterschrift ausdrücklich an.

Der Kurs beinhaltet 10 Ausbildungsstunden à 60 Minuten. Die Teilnehmerin/der Teilnehmer verpflichtet sich, vor der ersten Kursstunde den anliegenden Fragebogen ausgefüllt vorzulegen.

Nach Abschluss des Kurses erhalten sie eine Teilnahmebescheinigung, mit der die teilweise Rückerstattung der Kursgebühren bei der Krankenkasse eingereicht werden kann.

1. Vorsitzender: Stefan Wolf, Ernst-Ludwig-Weg 42, 64404 Bickenbach

Sparkasse Darmstadt | IBAN: DE69508501500024002233 | BIC: HELADEF1DAS
Volksbank Darmstadt -Südhessen eG | IBAN: DE31508900000037549606 | BIC: GENODEF1VBD
Gläubiger-Identifikationsnummer: DE80ZZZ00000267801

Gesundheits-Check SPORT PRO GESUNDHEIT

Eingangsfragebogen für Sporttreibende

für ein Gesundheitssportangebot im Verein (bzw. „Pluspunkt Gesundheit. DTB“, Gesund & Fit im Wasser)

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“.

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

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.

Fragebogenversion vom 1.10.2009

Information zum Fragebogen: Der Fragebogen lehnt sich an den „Einstiegsfragebogen für Sporttreibende“ der Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention an, der seinerseits auf dem PAR-Q Test beruht. Der Fragebogen dient der Selbsteinschätzung durch den Sporttreibenden. Für den Einsatz des Fragebogens und die daraufhin aufgenommenen Aktivitäten wird keine Verantwortung übernommen. In allen Zweifelsfällen sollte vor Aufnahme der Aktivitäten ein Arzt aufgesucht werden.