

## Aanmeldingsformulier: Goldensports, fit for life

Voornaam (roepnaam):

Naam:

Adres:

Postcode:

Woonplaats:

Telefoon vast:

Telefoon mobiel:

Email adres:

Geboortjaar:

Contactpersoon bij calamiteiten, naam en telefoonnummer:

Huisarts, naam en telefoonnummer:

Fysiotherapeut, naam en telefoonnummer:

Zorgverzekeraar:

- 
1. Heeft uw arts u ooit gezegd dat u een hartprobleem heeft en dat u alleen lichamelijke inspanning op advies van een arts zou mogen uitvoeren? Ja / Nee
  2. Heeft u pijn op de borst bij lichamelijke inspanning? Ja / Nee
  3. Heeft u in de afgelopen maand pijn op de borst gehad terwijl u geen lichamelijke inspanning voerde? Ja / Nee
  4. Verliest u weleens uw evenwicht als gevolg van duizeligheid of verliest u wel eens het bewustzijn? Ja / Nee
  5. Heeft u een skelet- of gewrichtsprobleem (bijv. aan rug, knie of heup) dat kan verergeren door een verandering in uw lichamelijke activiteitenpatroon? Ja / Nee
  6. Schrijft uw arts u op dit moment medicijnen voor (bijv. Plaspillen) in verband met bloeddruk- of hartprobleem? Ja / Nee
  7. Bent u op de hoogte van andere redenen waarom u geen lichamelijke inspanning zou mogen uitvoeren? Ja / Nee

Indien u één of meerdere vragen met JA heeft beantwoord en dit nog niet heeft besproken met uw huisarts, adviseren wij u om uw (huis)arts te raadplegen alvorens u met ons meedoet.

8. Zijn er lichamelijke of andere zaken waarvan u wilt dat de begeleiders in het bijzonder rekening mee houden?

9. Welke sport of bewegingsactiviteiten doet u nog meer op dit moment?

a. Wat doet u?

b. Hoe vaak per week?

c. Van welke sportclub bent u lid?

10. Op welke dagen wilt u gaan sporten (ook twee opties mogelijk)

Maandag

Woensdag

11. Wat zou u willen bereiken door meerdere keren per week te gaan sporten/bewegen?

12. Wat zijn voor u de belangrijkste redenen om mee te doen aan onze activiteiten?  
(Kruis aan wat voor u van toepassing is)

Lichaamsbeweging/gezondheid

Advies arts/fysiotherapeut

Leuke activiteiten/plezier

Gezelligheid/sociale contacten

Lekker buiten zijn

Anders, namelijk.....

13. U doet mee met de sport-en bewegingsactiviteiten op eigen risico. Met uw handtekening geeft u hiervoor akkoord:

Datum:

Naam deelnemer:

Handtekening akkoord:

