



Anmeldung für „Fit in den Frühling“ 03.05.-12.07.2019

Name

Vorname

Geburtsdatum

Straße

Wohnort

Tel. privat

Tel. Mobil.

E-Mail

T-Shirt Größe

Teilnahme am:

Lauftraining Fit in den Frühling (Lauf 10!)

Die Teilnahmegebühr (Unkostenbeitrag) vom 3.Mai – 12. Juli 2019 beträgt 30.-€

Im Beitrag sind enthalten:

- Kosten für das Training
- Startgebühr für den 12.Juli in Wolnzach

Ausgenommen von dieser Gebühr sind Vereinsmitglieder des RSLC Holzkirchen.

Ich bin schon Mitglied im Verein „RSLC Holzkirchen“

Gerne können Sie auch beim RSLC Mitglied werden und die weiteren sportlichen Angebote wahrnehmen. Wir freuen uns, wenn Sie sich dazu bei uns melden. Die oben genannte Teilnahmegebühr von 30.-€ wird Ihnen für 2019 angerechnet, sodass sie nur den Restbetrag bezahlen. Wir geben natürlich Auskünfte über die Vorteile der Mitgliedschaft.

Regeln des Lauftreffs:

- Wer die Anweisungen der Lauftreff-Betreuer nicht befolgt ...
- Wer die vom Lauftreff vorgegebene Laufstrecke verlässt ...
- Wer außerhalb der festgelegten Lauftreff-Termine läuft ...

... läuft auf eigene Verantwortung.

Fragen zur Gesundheit:

Das Ausfüllen des gesundheitlichen Teils des Fragebogens ist Ihnen freigestellt.

Die Angaben ermöglichen uns aber das Training so zu gestalten, dass eine Überlastung vermieden wird.

Die Angaben dieses Fragebogens werden von uns vertraulich behandelt.

Haben sie vor der Teilnahme am Lauftreff mit Ihrem Hausarzt darüber gesprochen?

ja

nein

Haben Sie vor Ihrer Lauftreff-Teilnahme ein Belastungs-EKG machen lassen?

ja

nein



Anmeldung für „Fit in den Frühling“ 03.05.-12.07.2019

Treiben Sie Ausdauersport bzw. haben Sie welchen betrieben?

noch nie

früher

zur Zeit

Welchen Sport? _____

Sind Sie Raucher/in?

ja

nein

Gewicht kg

Körpergröße cm

Leiden oder litten Sie an Erkrankungen, wie z. B. Bluthochdruck, Herzerkrankungen, Diabetes, epileptische Anfälle, Asthma oder schwerwiegende orthopädische Erkrankungen:

Nehmen Sie regelmäßig Medikamente zu sich, wie z. B. Asthmaspray, Insulin, B-Blocker, Antiepileptika oder Nitro-Präparate:

Sonstiges:

Haftungsausschluss:

Der RSLC-Holzkirchen und deren Betreuer übernehmen keinerlei Haftung für Unfälle, Diebstahl und andere Schäden jeglicher Art.

Bei gesundheitlichen Risiken empfehlen wir die Kontaktierung ihres Hausarztes.

Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko.

Ich erkläre meine Zustimmung, dass über meine sportlichen Aktivitäten in Wort, Bild und Ton berichtet wird, insbesondere auf der Homepage des RSLC, im vereinseigenen Newsletter, E-Mail-Verkehr oder in der Presse. Mit der Speicherung und Verarbeitung meiner Daten bin ich einverstanden.

Die Teilnehmerzahl ist limitiert. Auswahl erfolgt nach Eingang der Meldungen.

Ausgefüllten Anmeldebogen bitte bis spätestens 30. April 2019 an den RSLC senden (mail o. Post). Der Unkostenbeitrag ist am 1. Trainingstag zu entrichten.

Ort, Datum

Unterschrift

Bitte unterschrieben und eingescannt per E-Mail an den RSLC: lauf@rslc-holzkirchen.de

oder per Post:

RSLC Holzkirchen e.V., Geschäftsstelle, Tölzer Str. 28, 83607 Holzkirchen