***INSCHRIJFFORMULIER REN JE FIT!***

***Startdatum: woensdag 8 maart 2017 om 18.00 uur***

Naam:   
Adres:  
Postcode + woonplaats  
Geboortedatum:   
Telefoonnummer:  
(liefst mobiel)

Heeft bezwaar tegen deelname aan de groepsapp van deze “Ren je fit”- groep: **Ja Nee**(De groepsapp wordt wekelijks gebruikt om het schema voor de komende week door te geven. Daarnaast is het handig om snel met de hele groep te overleggen)

Aanwezige of doorgemaakte blessures aan heup, knie, enkel of voet?  
Nee  
Ja, namelijk

Medische achtergrond:   
\* Gebruikt u medicijnen in verband met hartklachten of bloeddruk? **Ja Nee**  
\* Gebruikt u andere medicijnen? **Ja Nee**  
 Welke?   
\* Heeft u wel eens pijn op de borst tijdens lichamelijke inspanning? **Ja Nee**\* Heeft u een bot- of gewrichtsaandoening die verergert door inspanning? **Ja Nee**

► Bij 1 of meerder vragen met “Ja” beantwoord is afstemming met de huisarts aanbevolen!

Ondanks het invullen van deze vragenlijst is deelname aan het hardloopprogramma geheel voor eigen risico!  
Neem bij twijfel altijd contact op met uw huisarts of de train(st)er.  
Veel succes en plezier tijdens de trainingen!

Naam:   
Datum:

Dit formulier svp **uiterlijk 6 maart 2017** aan ons retourneren