

AANMELDINGSFORMULIER KOMBIFIT HKV/ONS EIBERNEST 2017/2018

Voor het *KombiFit-lidmaatschap* betaalt u maandelijks een bedrag van € 16,75 en kunt u aan alle KombiFit activiteiten deelnemen. Dit bedrag wordt maandelijks via een automatische incasso van uw rekening afgeschreven. Het lidmaatschap gaat u aan voor tenminste 1 verenigingsjaar. Het verenigingsjaar loopt van 1 juli t/m 30 juni van het volgende jaar. Vóór 1 mei dient u uw lidmaatschap via ledenadministratie@eibernestkorfbal.nl op te zeggen, indien u van plan bent uw lidmaatschap per 1 juli te beëindigen.

Voor een *KombiFit 10-strippenkaart* betaalt u € 32,50,- . Per KombiFit activiteit wordt 1 strip verwerkt.

Indien u in het bezit bent van een geldige Ooievaarspas heeft u recht op 50% korting op de hierboven genoemde bedragen. Alleen vanwege langdurige medische problemen kan het lidmaatschap tussentijds worden opgezegd met een opzegtermijn van een maand. Dit ter beoordeling van het bestuur van HKV/Ons Eibernest.

Naam en Voorletters: _____ Roepnaam: _____

Geb. Datum: _____

Adres + Huisnummer: _____

Postcode: _____ Woonplaats: _____

E-mail: _____

Tel. Thuis: _____ Tel. Mobiel: _____

Ooievaarspas nr: _____

IBAN Rekening nr: _____ Ten name van: _____

Ik wil graag

- Deelname aan het Heel Den Haag Sport traject via een gratis 10 strippenkaart welke in 2017 geldig is
- Een KombiFit lidmaatschap gekoppeld aan een maandelijks bijdrage van € 16,75 welke via een automatische incasso is gekoppeld.
- Een KombiFit 10 strippenkaart van € 32,50 welke ik ter plekke contant of via een pinbetaling voldoe.

U kunt deelnemen aan alle hieronder aangegeven activiteiten. U wordt verzocht aan te geven aan welke van deze activiteiten u denkt deel te gaan nemen. U kunt meerdere mogelijkheden aangeven.

De vereniging houdt zich het recht voor, indien het aantal deelnemers voor een van de activiteiten te klein is, deze activiteit niet meer aan te bieden.

0	di	10.30-11.30	binnen –Dynamic Tennis (gehele jaar)
0	di	18.30-19.30	binnen - Badminton (maart - september)
0	wo	18.00-19.00	buiten – Tennis (gehele jaar)
0	wo	19.00-20.00	buiten – Tennis (gehele jaar)
0	vrij	10.00-11.00	buiten – Tennis (gehele jaar)
0	vrij	11.00-12.00	buiten – Tennis (gehele jaar)
0	vrij	10.30-12.30	binnen – Badminton + tafeltennis (gehele jaar)
0	vrij	10.30-11.30	binnen – Gymnastiek voor ouderen (gehele jaar)
0	vrij	11.30-12.30	binnen – Dans (gehele jaar)
0	Zat	09.30-10.30	buiten – Gevarieerd beweegaanbod (april t/m september)
0	Zon	09.30-10.30	sporthal – Gevarieerd beweegaanbod (oktober t/m maart)

HKV/Ons Eibernest behoudt zich het recht voor om lessen aan te passen op basis van hoeveelheid deelnemers of beschikbaarheid van de accommodatie. Verder wordt u verzocht om uw voorkeur aan te geven t.a.v. het bewegingsaanbod. Geef hieronder aan waar uw voorkeur naar uitgaat. Indien er mensen zijn die een duidelijke voorkeur hebben voor een bepaalde bewegingsactiviteit (b.v. tennis, badminton, volleybal, knotshockey, etc), zal de vereniging – bij voldoende deelnemers - onderzoeken of daarvoor een nieuw lesuur georganiseerd kan worden. Dit afhankelijk van tijd en plaats. De deelnemers zijn gehouden aan de statuten, bestuursbesluiten en regelingen welke uitgevaardigd zijn door het bestuur van HKV/Ons Eibernest. Tevens zijn voor deelnemers vanuit het project “Heel Den Haag Sport” aanvullende voorwaarden van toepassing.

Ik geef de voorkeur aan:

- Een gevarieerd bewegingsaanbod
- Een specifieke activiteit, te weten: _____
- Zowel het gevarieerde aanbod als een specifieke activiteit (hierboven invullen s.v.p.)

Datum:

Handtekening

Aan het deelnemen aan bewegingsactiviteiten, nadat u enige tijd niet actief bent geweest, kleven mogelijk medische risico's. Om enigszins een beeld te vormen van de mogelijke sportmedische risico's vragen wij u onderstaande vragen te beantwoorden, zodat de KombiFit-werkgroep iets weet over uw sportmedische achtergronden. De hieronder vermelde gegevens zijn vertrouwelijk en alleen voor de leidinggevenden van KombiFit.

Naam: _____

1.	Heeft U een chronische ziekte of lang bestaande klachten?	Ja/Nee	Zo ja, welke?
2.	Voelt U zich vaak vermoeid en weet U wat daarvan de oorzaak is?	Ja/Nee	Zo ja, welke?
3.	Heeft U een hartafwijking of hartproblemen?	Ja/Nee	Zo ja, welke?
4.	Heeft U bij inspanning pijn of een beklemd gevoel op de borst?	Ja/Nee	
5.	Heeft U bij inspanning last van duizeligheid?	Ja?Nee	Zo ja, weet U de oorzaak?
6.	Heeft U last van hoge bloeddruk?	Ja/Nee/ Weet niet	Zo ja, wat was de laatst gemeten bloeddruk?
7.	Rookt U of heeft U in het verleden gerookt?	Ja/Nee	
8.	Zijn er in uw naaste familie mensen bij wie voor hun 60 ^e jaar een hart- en/of vaatziekten (hartinfarct/beroerte) is geconstateerd?	Ja/Nee	
9.	Heeft U bot- en/of gewrichtsproblemen (b.v. arthrose)	Ja/Nee	Zo ja, belemmeren deze het bewegen?
10.	Heeft u langdurige klachten aan de rug, aan armen, aan benen of aan schouders?	Ja/Nee	Zo ja, welke?
11.	Heeft u op dit moment een sportblessure?	Ja/Nee	Zo ja, welke?
12.	Heeft U kortgeleden een sportblessure gehad?	Ja/Nee	Zo ja, welke?
13.	Heeft U recentelijk een operatie ondergaan? (alleen invullen als dit zinvol is voor het sporten)	Ja/Nee	Zo ja, waaraan?
14.	Heeft U de afgelopen 3 maanden gesport?	Ja/Nee	Zo ja, welke sport(en), hoe vaak per week en hoe lang per keer?
15.	Verwacht U dat uw huisarts of specialist U zal afraden om deel te nemen aan sportactiviteiten?	Ja/Nee/ Weet niet	

U NEEMT OP EIGEN VERANTWOORDELIJKHEID DEEL AAN DE KOMBIFIT-ACTIVITEITEN!!!

Datum:

Handtekening:

DIT FORMULIER LEVERT U SAMEN IN MET HET AANMELDINGSFORMULIER KOMBIFIT