



## Anmeldung

Kursbezeichnung	Zielgruppe	Preis
<input type="checkbox"/> Lauftreff 1x pro Woche, Preis pro Monat	A	€ 15,00
<input type="checkbox"/> Lauftreff Flatrate inklusive Sonntag, Preis pro Monat	A	€ 24,90
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/> Gesundheitsorientiertes Laufen Teil 1 – Von 0 auf 60 min	E/EM	€ 119,00
<input type="checkbox"/> Gesundheitsorientiertes Laufen Teil 2 – Von 10 auf 21 KM	EM	€ 119,00
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/> Individuelles Online Coaching pro Monat	HW/MW	€ 20,00
<input type="checkbox"/> Individuelle Trainingsplanung pro Monat	HW/MW	€ 20,00
<input type="checkbox"/> Kombi Online Coaching und indiv. Trainingsplanung p.M.	HW/MW	€ 30,00
<input type="checkbox"/> Jahrescoaching auf Anfrage		

E = Einsteiger, EM = Erst-Halbmarathon, HW = mit Halbmarathonerfahrung, MW = mit Marathonerfahrung, A = Alle

## Persönliche Daten

Name

Vorname

Straße

PLZ

Ort

Tel. Festnetz

Tel. Mobil

Email

Geburtsdatum

Größe

Gewicht



## Gesundheitsfragen

Frage	ja	nein
Sind Sie herzkrank?		
Haben Sie hohen Blutdruck?		
Waren Sie in den letzten 6 Monaten ernstlich krank?		
Sind Sie zur Zeit krank oder fühlen sich unwohl?		
Haben Sie Diabetes?		
Nehmen Sie regelmäßig Insulin?		
Haben Sie Rückenprobleme?		
Nehmen Sie herzfrequenzsenkende Medikamente?		
Sonstige Medikamente?		
Antibiotika?		
Hatten Sie in der Vergangenheit größere gesundheitliche Probleme? Wenn ja: welche?		

Wenn Sie eine der Fragen mit Ja beantworten, sollten Sie einen Arzt konsultieren und mit diesem Ihre Lauftreffteilnahme besprechen und abklären.

Für Untrainierte und Teilnehmer ab 35 Jahren empfehlen wir, einen Gesundheitsscheck beim Arzt durchführen zu lassen, bei dem Sie Ihre Absicht an einem Lauftreff teilzunehmen nennen.



## Allgemeine Fragen

Frage	ja	nein
Haben Sie einen Gesundheitscheck beim Arzt durchgeführt? Wenn ja, wann?		
Treiben Sie Sport? Wenn ja, welche Sportarten?		
Wie intensiv sind Ihre sportlichen Aktivitäten:		
Locker und leicht		
Flott und zügig		
Hart und anstrengend		
Wie lange dauern Ihre sportlichen Aktivitäten im Schnitt:		
Wie oft in der Woche trainieren Sie?		
Haben Sie bereits einen sportlichen Belastungstest / Leistungsdiagnostik durchführen lassen? Wenn ja, wie war dabei Ihre		
Festgestellte maximale Herzfrequenz (Schläge pro Minute):		
Ruheherzfrequenz (Schläge pro Minute):		

Datum..... Unterschrift.....

Mit meiner Unterschrift bestätige ich die Richtigkeit meiner Angaben, (insbesondere der Gesundheitsfragen).



## Lastschrifteinzugsermächtigung

Laufschule Saarpfalz  
Nachtigallenstr. 4  
66482 Zweibrücken

Gläubiger-Identifikationsnummer DE97ZZZ00000496027

Mandatsreferenz \_\_\_\_\_ (wird von Laufschule Saarpfalz ausgefüllt)

-

### Lastschriftmandat

Ich ermächtige die Laufschule Saarpfalz, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Laufschule Saarpfalz auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

\_\_\_\_\_  
Vorname und Name (Kontoinhaber)

\_\_\_\_\_  
Straße und Hausnummer

\_\_\_\_\_  
Postleitzahl und Ort

Kreditinstitut (Name und BIC) \_\_\_\_\_

IBAN: DE \_\_ | \_\_\_\_ | \_\_\_\_ | \_\_\_\_ | \_\_\_\_ | \_\_ |

\_\_\_\_\_  
Datum, Ort und Unterschrift



---

## HAFTUNGSAUSSCHLUSS

Name.....

Vorname.....

Geburtsdatum.....

Die Laufschule Saarpfalz übernimmt keine Haftung für gesundheitliche Schäden oder Risiken des Teilnehmers im Zusammenhang mit der Teilnahme an dem Laufkursangebot. Es obliegt dem Teilnehmer/der Teilnehmerin, seinen/ihren Gesundheitszustand vorher zu überprüfen.

Der in Satz 1 genannte Haftungsausschluss gilt nicht bei vorsätzlicher oder grob fahrlässiger Vertragsverletzung durch den Veranstalter oder seine Erfüllungsgehilfen.

---

Ort/Datum/Unterschrift