

Gesundheits-Check SPORT und GESUNDHEIT

Eingangsfragebogen für Sporttreibende im Westfalenbad/Richard-Römer-Lennebad Hagen

Name: _____ Datum: _____

Kurs: _____ Kurstag: _____

Sehr geehrte Teilnehmerin, sehr geehrter Teilnehmer,

der Eingangsfragebogen ist ein Fragenkatalog, mit dem Sie auf einfache Weise *selbst* einschätzen können, ob aus medizinischer Sichtweise grundsätzliche Bedenken bei der Ausübung von körperlichen Aktivitäten bestehen. Bitte beantworten Sie die nachstehenden Fragen mit „ja“ oder „nein“.

1. Hat Ihnen jemals ein Arzt gesagt, Sie hätten „etwas am Herzen“ und Ihnen nur unter medizinischer Kontrolle Bewegung und Sport empfohlen? Ja Nein
2. Hatten Sie im letzten Monat Schmerzen in der Brust in Ruhe oder bei körperlicher Belastung? Ja Nein
3. Haben Sie Probleme mit der Atmung in Ruhe oder bei körperlicher Belastung? Ja Nein
4. Sind Sie jemals wegen Schwindel gestürzt oder haben Sie schon jemals das Bewusstsein verloren? Ja Nein
5. Haben Sie Knochen- oder Gelenkprobleme, die sich unter körperlicher Belastung verschlechtern könnten? Ja Nein
6. Hat Ihnen jemals ein Arzt ein Medikament gegen hohen Blutdruck oder wegen eines Herzproblems oder Atemproblems verschrieben? Ja Nein
7. Kennen Sie irgendeinen weiteren Grund, warum Sie **nicht** körperlich/sportlich aktiv sein sollten? Ja Nein

Ja auf eine oder mehrere Fragen:

Bitte suchen Sie Ihren Arzt auf, bevor Sie körperlich/sportlich aktiv werden. Berichten Sie Ihrem Arzt über den Gesundheits-Check und darüber, welche Fragen Sie mit „Ja“ beantwortet haben.

Fragebogenversion vom 11.01.2018

Information zum Fragebogen: Der Fragebogen lehnt sich an den „Einstiegsfragebogen für Sporttreibende“ der Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention an, der seinerseits auf dem PAR-Q Test beruht. Der Fragebogen dient der Selbsteinschätzung durch den Sporttreibenden. Für den Einsatz des Fragebogens und die daraufhin aufgenommenen Aktivitäten wird keine Verantwortung übernommen. In allen Zweifelsfällen sollte vor Aufnahme der Aktivitäten ein Arzt aufgesucht werden.

Der Kunde versichert, sportgesund zu sein. Er hat sich bei einem Arzt seines Gesundheitszustandes versichert. Er verpflichtet sich, sich in regelmäßigen Abständen auf seine Sporttauglichkeit hin ärztlich untersuchen zu lassen. Jede Erkrankung, Verletzung, Schmerz, Schwindel, Unwohlsein etc. ist dem Trainer sofort mitzuteilen. Alle Fragen zum derzeitigen/bisherigen Gesundheitszustand und zu Lebensumständen sind wahrheitsgemäß und vollständig im bereitgestellten medizinischen Fragebogen zu beantworten. Alle Änderungen des Gesundheitszustandes sind dem Trainer sofort mitzuteilen.

Ich versichere die Angaben vollständig und richtig gemacht zu haben.

Datum

Unterschrift (Teilnehmer Aquakurs)