



**INSCHRIJFFORMULIER
LOOPGROEP
FORTUNA/TEMPUS**

Sportpark Kruithuisweg, Schoemakerstraat, 2628 VK DELFT
Telefoon kantine 015-2564466, www.fortuna-korfbal.nl
secretaris@fortuna-korfbal.nl



Inschrijfformulier Loopgroep Fortuna/Tempus

Lidnummer: _____ (niet invullen)

Naam (voluit): _____ Man / Vrouw*

Roepnaam: _____ Geboortedatum: _____

Adres: _____

Postcode: _____ Woonplaats: _____

Telefoonnummer: _____ Mobiel: _____

Emailadres: _____

Ingangsdatum Lidmaatschap: _____

(Post)Bankrekeningnummer: _____

Gewenst lidmaatschap: Loopgroep / Wandelgroep*

Ondergetekende verplicht zich tot betaling van de contributie bij vooruitbetaling en machtigt hiervoor K.V. Fortuna tot automatische incasso per maand/kwartaal*.

Het lidmaatschap wordt stilzwijgend verlengd met een jaar. Bedanken als lid dient te gebeuren bij de ledenadministratie van de vereniging.

Plaats en datum:

Handtekening:

* doorhalen wat niet van toepassing is



INSCHRIJFFORMULIER LOOPGROEP FORTUNA/TEMPUS

Sportpark Kruihuisweg, Schoemakerstraat, 2628 VK DELFT
Telefoon kantine 015-2564466, www.fortuna-korfbal.nl
secretaris@fortuna-korfbal.nl



Uitsluitend voor LOOPGROEP-leden

Wilt u ook de volgende vragen beantwoorden? De antwoorden zijn nodig om inzicht te geven in geoefendheid en onderdelen waaraan eventueel speciale aandacht geschonken moet worden.

Vraag 1. Schreef u zich al eerder in voor een loopgroep?

- a) nee
- b) ja, in (jaar)

Vraag 2. Wat is uw loopachtergrond?

- a) nooit echt getraind voor lopen
- b) geen looptraining in de laatste 3 jaar
- c) geen looptraining in de laatste 1-2 jaar
- d) in het afgelopen jaar wel aan training gedaan

Vraag 3. Welke andere sportactiviteiten heeft u de laatste tijd gedaan?

- a) geen sport- of oefenactiviteiten in de laatste tijd
- b) regelmatige deelname aan niet intensieve sporten (zoals golf)
- c) regelmatige deelname aan intensieve sporten (voetbal, tennis)
- d) regelmatige deelname aan duursporten (fietsen, zwemmen, lopen)

Vraag 4. Hoe lang kunt u op dit moment achter elkaar hardlopen?

- a) zonder stoppen minder dan 5 minuten
- b) zonder stoppen tussen 5 en 10 minuten
- c) tussen 10 en 15 minuten
- d) langer dan 15 minuten

Vraag 5. Heeft u blessures waar u last van heeft tijdens het hardlopen?

- a) nee
- b) ja, namelijk

Vraag 6. Bent u onlangs gekeurd door huis- of sportarts?

- a) nee (wij raden u aan advies aan uw huisarts of een sportkeuring te vragen)
- b) ja, door (naam)

Vraag 7. Gebruikt u medicijnen die van invloed kunnen zijn op lichamelijke inspanning?

- a) nee
- b) ja, namelijk(naam medicijn)
- c) weet ik niet

Deelname aan alle activiteiten - al dan niet georganiseerd door de loopgroep Fortuna - is geheel voor eigen risico; de loopgroep Fortuna kan op geen enkele wijze aansprakelijk worden gesteld.