

Lauftreff Gruiteneandertal e.V.

Sicherheit und Haftung

Informationen für die Teilnahme am Sportangebot des Lauftreff Gruiteneandertal e.V.

Die von uns an gebotenen Sportarten (Laufen, Walking und Nordic-Walking) sind grundsätzlich nicht gefährlicher als eine aktive Lebensführung. Allerdings kann auch bei noch so großer Vorsicht und Voraussicht mal etwas passieren.

Damit nach einem solchen Ereignis keine Streitigkeiten entstehen, lies Dir bitte vor der ersten Teilnahme an einem unserer Angebote die folgende Haftungserklärung durch und akzeptiere sie. Eine Teilnahme an unseren Angeboten ohne die Anerkennung der Haftungserklärung ist leider nicht möglich!

Vor dem Einstieg in die Einsteigergruppe oder eine unserer anderen Laufgruppen, lesen und akzeptieren Sie bitte unbedingt unsere Regeln zu „Sicherheit & Haftung“ auf der Internetseite und unseren Haftungshinweis!

Haftungshinweis:

Der Lauftreff Gruiteneandertal, der Verein Lauftreff Gruiteneandertal e.V., sowie die für den Lauftreff Gruiteneandertal tätigen Personen (z.B. Betreuerinnen und Betreuer, der oder die Lauftreffleiter(in) oder der Vereinsvorstand), haften für Schäden (materielle und/oder gesundheitliche), die durch die Teilnahme an seinen Angeboten entstehen oder entstanden sind, im gesetzlichen Rahmen.

Unser Rat zu Ihrer Sicherheit: Fragen Sie **vor** der Teilnahme an einem unserer Sportangebote ihren Arzt, ob Ihr gesundheitlicher Stand die Ausübung einer Ausdauersportart zulässt!

Wir wünschen Dir viel Freude und unfallfreien Erfolg
in unserem Sportangebot!

Dein Betreuer- und Organisationsteam des
Lauftreff Gruiteneandertal e.V.

Weitere Informationen erhalten Sie auf unserer Internetseite www.lauftreff-gruiteneandertal.de, beim Lauftreffleiter und bei unseren Betreuerinnen und Betreuern.

Fragen Sie uns – wir helfen gerne!

Lauftreff Gruitzen-Neandertal e.V.

Eingangsfragebogen für Sporttreibende im Breitensportangebot des Lauftreff Gruitzen-Neandertal e.V.

Name: _____ Datum: _____

Sehr geehrte Teilnehmerin, sehr geehrter Teilnehmer,
der Eingangsfragebogen ist ein Fragenkatalog, mit dem Du auf einfache Weise selbst einschätzen kannst, ob
aus medizinischer Sichtweise grundsätzliche Bedenken bei der Ausübung von körperlichen Aktivitäten
bestehen.

Bitte beantworte die nachstehenden Fragen mit „Ja“ oder „Nein“:

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

Ja auf eine oder mehrere Fragen

Bitte suche Deinen Arzt auf, bevor Du körperlich/sportlich aktiv wirst. Berichte Deinem Arzt über den
Gesundheits-Check und darüber, welche Fragen Du mit „Ja“ beantwortet hast.

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.

**Weitere Informationen erhalten Sie auf unserer Internetseite www.lauftreff-gruitzen-neandertal.de, beim Lauftreffleiter und bei unseren Betreuerinnen
und Betreuern.**

Fragen Sie uns – wir helfen gerne!