

Intake gesprek afgenomen door:.....
Datum:.....

Geplaatst bij:.....
Datum aanvang training:.....

INTAKEFORMULIER NIEUW LID PAC
Let op: dit is geen inschrijfformulier voor het lidmaatschap van PAC
Lid worden? Kijk op: www.pacrotterdam.nl

Naam
Adres
Postcode
Plaats
Telefoonnummer
E-mail

Geboortedatum (dag-maand-jaar)
Geboorteplaats
Geslacht M / V (doorhalen wat niet van toepassing is)

Sportkeuring

Wij raden u aan voordat u begint met hardlopen om een medische keuring te laten uitvoeren als u boven de 40 jaar bent, meer dan een jaar niet gesport heeft of last heeft van overgewicht. SMA Rotterdam, tel. 010-4971270, www.sma-rotterdam.nl.

Doel aanmelden

- Marathon lopen(invullen welke en wanneer)
- Halve Marathon lopen.....(invullen welke en wanneer)
- 10 kilometer lopen.....(invullen welke en wanneer)
- Andere reden, namelijk.....

.....
.....
.....
.....
.....

Hoe vaak in de week wilt u trainen?.....

Op welke avonden kunt u trainen?.....
.....

Heeft u ooit eerder de loopsport beoefend? Zo ja, van wanneer tot wanneer?

.....
.....
.....

Heeft u ooit wedstrijden gelopen? Zo ja, wanneer en wat waren uw tijden?

Marathon:.....
Halve marathon.....
10 km.....

Anders, namelijk.....

Beoefent u op dit moment een andere sport. Zo ja, welke en hoe vaak?

.....
.....

Heeft u voorheen gesport?

Zo ja, wat voor sport heeft u beoefend, van wanneer tot wanneer?.....

.....

Hoe vaak in de week beoefende u deze sport?.....

.....

Wat is de reden dat u met deze sport bent gestopt?.....

.....

.....

Heeft u last (gehad) van blessures? Zo ja welke?.....

.....

.....

Heeft u op dit moment klachten betreffende uw gezondheid? Zo ja, welke?

.....

.....

Heeft u een chronische aandoening? Zo ja, welke?.....

.....

.....

Bent u in de afgelopen twee jaar medisch gekeurd? Zo ja, wanneer en wat was het advies?

.....

.....

Zijn er andere zaken die u van belang vindt voor een trainer om te weten?

.....

.....

Vrijwilligerswerk

Atletiekvereniging PAC kan niet bestaan zonder de inzet van vrijwilligers.

Er wordt van aspirant-leden verwacht dat men zich minimaal twee keer per jaar inzet ten behoeve van de vereniging. Onderstaand volgen enkele keuzemogelijkheden*:

- als bestuurslid/commissielid
- als lid van de wedstrijdorganisatie
- als verkeersregelaar
- als lid van barcommissie
- diversen:

* aankruisen waar de voorkeur naar uit gaat. Bij het ontbreken van een keuze wordt u naar behoefte ingezet.