



## EINGANGSFRAGEBOGEN

PRÄVENTIONSKURS: .....

### 1. Bitte machen Sie einige Angaben zu Ihrer Person:

Mein Name: .....

Mein Alter: ..... Jahre

### 2. Vor der Aufnahme dieses Sportangebotes war ich regelmäßig sportlich aktiv:

ja

ja, aber nicht in den vergangenen 5 Jahren

nein

### 3. Wie haben Sie von diesem Angebot erfahren? (Mehrere Kreuze möglich)

von Freunden, Bekannten, Kollegen

aus dem Internet

Hinweis/Überweisung von meinem Arzt

Werbung

von meiner Krankenkasse

sonstiges .....

### 4. Haben Sie in den letzten zwölf Monaten schon an anderen Gesundheitskursen teilgenommen, die von Ihrer Krankenkasse gefördert wurden?

Bewegungskurs

ja

nein

Ernährungs- oder Gewichtsreduktionskurs

ja

nein

Stressbewältigungs- oder Entspannungskurs

ja

nein

### 5. Wie würden Sie Ihren Gesundheitszustand im Allgemeinen beschreiben?

ausgezeichnet

sehr gut

gut

weniger gut

schlecht

### 6. Wie stark waren Ihre Schmerzen in den vergangenen Wochen?

keine Schmerzen

sehr leicht

leicht

mäßig

stark

sehr stark



**7. Hat Ihnen jemals ein Arzt gesagt, Sie hätten "etwas am Herzen" und Ihnen nur unter medizinischer Kontrolle Bewegung und Sport empfohlen?**

ja  nein

**8. Haben Sie Probleme mit der Atmung in Ruhe oder bei körperlicher Belastung?**

ja  nein

**9. Hat Ihnen jemals ein Arzt ein Medikament gegen hohen Blutdruck oder wegen eines Herzproblems oder Atemproblems verschrieben?**

ja  nein

wenn ja, welche .....

**10. Sind Sie jemals wegen Schwindel gestürzt oder haben Sie schon jemals das Bewusstsein verloren?**

ja  nein

**11. Haben Sie Knochen- oder Gelenkprobleme, die sich unter körperlicher Belastung verschlechtern könnten?**

ja  nein

**12. Haben Sie sonstige Beschwerden oder Diagnosen?**

ja  nein

wenn ja, welche .....

Sollte sich an Ihrem Gesundheitszustand etwas ändern,  
Sie Wünsche oder Anregungen haben,  
bitte sprechen Ihren Übungsleiter an!

**Herzlichen Dank für Ihre Mitwirkung und Sport Frei!**