



Gesundheitsfragebogen zur Teilnahme am Fussball Training

Du nimmst an einem Fussball Training teil, um Deine Leistung und Gesundheit zu fördern oder zu erhalten. Damit die Trainer Deine leistungsfördernden Massnahmen an die Trainings Bedürfnisse anpassen können und bei medizinischen Notfällen angemessen reagieren können, solltest Du Dir ein paar Minuten Zeit nehmen, um diesen Gesundheitsfragebogen auszufüllen.

Deine Angaben werden vertraulich behandelt und nur in Zusammenhang mit dem aktuellen Fussball Training verwendet. Für die Zusammenstellung einer Bewerbungsmappe für Dein Fussballerprofil werden auch Deine Gesundheitsdaten berücksichtigt. Diese Informationen werden in Deine Kickers Perform- Bewerbungsmappe integriert sofern Du so was anstrebst. Du kannst die Bewerbungsmappe nutzen, Dich bei anderen Vereinen zu bewerben und vorzustellen. Nach Beendigung der Mitgliedschaft werden die Fragebogen vernichtet respektive an Dich zurückgegeben.

Zur Person

Vorname/Name _____
Strasse/Nr. _____
PLZ/Ort _____
Telefon _____
E-Mail _____
Krankenversicherung _____



Zur körperlichen Fitness

1. Wie hoch würdest Du Deine körperliche Fitness einschätzen?

gering mittel gut sehr gut

2. Wie oft hast Du dich durchschnittlich in den letzten sechs Monaten körperlich bewegt, und zwar so, dass Du dabei leicht ins Schwitzen gekommen bist und einen beschleunigten Atem hattest?

selten bis nie 1-mal/Woche 2-3-mal/Woche häufiger

3. Womit hältst Du sich zurzeit körperlich fit? _____

Zur Gesundheit

1. Gibt es einen **medizinischen Grund***, der Deine Leistungsfähigkeit und/oder Belastbarkeit einschränkt und für die Teilnahme am Fussball Training relevant sein könnte?

Ja Nein

*Beispielsweise Zustand nach Herzinfarkt, Herzrhythmusstörungen, Bluthochdruck, zu niedriger Blutdruck, Zustand nach Durchblutungsstörungen im Gehirn; Durchblutungsstörungen der Extremitäten; Zuckerkrankheit (Diabetes); hormonelle Erkrankungen wie Schilddrüsen-Fehlfunktion; Probleme der Atemwege (Asthma, chronische Bronchitis); Allergien (Heuschnupfen, Insektenstich); regelmässige Einnahme von verschreibungspflichtigen Medikamenten; Probleme am Bewegungsapparat (Gelenke, Knochen, Muskeln), mit den Augen oder dem Gehör; starkes Rauchen; schwere Schlafstörungen; sonstige Erkrankungen, die sich durch das Fussball Training verschlimmern könnten.

2. Wichtiger Hinweis: Wenn Du einer der oben genannten erfüllst, solltest Du bei Deinem Hausarzt abklären, ob das Fussball Training aus ärztlicher Sicht für Dich unbedenklich ist.

Ist bereits erfolgt Werde ich bald machen Ist meines Erachtens nicht nötig

3. Welche Ziele möchtest Du mit dem Fussball Training erreichen? (mehrere Antworten möglich)

Schnellkraft Ausdauer | Kondition Schusskraft
 Beweglichkeit Tripling Spielverständnis
 Sonstige: _____

Ort, Datum

Unterschrift Mitglied

