

Intakeformulier

Naam:

Hardlopen of wandelen (doorhalen wat niet van toepassing is)

Het is voor de trainers belangrijk dat we van jou, nu je wilt gaan hardlopen of wandelen bij onze groep, enige informatie hebben over o.a. je ervaring (ben je starter of gevorderde). Wil je daarom zo goed zijn dit formulier in te vullen, dan kunnen de trainers/ begeleiders hierover overleggen en weten we bv. bij welke groep je kunt aansluiten en of je blessuregevoelig bent. Bedankt en veel sportplezier bij Loopgroep Waalre.

➤ Ben je een starter? Zo nee, welke afstand of tijd kun je hardlopen/ wandelen?

➤ Zijn er gezondheidsproblemen voor ons van belang, zoals diabetes, hartritmestoringen enz.? Zo ja, welke en ben je hiervoor onder behandeling?

➤ Ben je blessuregevoelig? Wij hebben goede contacten met fysio-praktijken en ervaren trainers/ begeleiders en we kunnen je dan wellicht helpen.

➤ Heb je goede loop- of wandel-schoenen? Zijn deze ouder dan 1 jaar? De schoenen zijn heel belangrijk om blessures te voorkomen.

➤ Wat is je doel? Wil je gewoon fijn hardlopen om fit te worden of te blijven, of misschien een halve marathon lopen?
Voor de wandelaars: wil je bv. lange wandeltochten doen?

➤ Hoeveel keer per week denk je te gaan hardlopen/ wandelen?

➤ Doe je al een andere sport of heb je in het verleden al andere sporten gedaan? Zo ja, welke?

➤ Ben je het laatste jaar medisch gekeurd of heb je een sportkeuring gehad?



Inschrijfformulier

Loopgroep Waalre

Naam:

Straat + huisnummer:

Postcode + woonplaats:

Telefoonnummer:

E-mailadres:

Geboortedatum:

Hardlopen of wandelen (doorhalen wat niet van toepassing is)

Datum:

Handtekening:

De contributie bedraagt € 50,00 per jaar. Het contributiejaar loopt van 1 januari t/m 31 december. Wie lid wordt, betaalt *eerst* als volgt voor de rest van het lopende jaar:

- Lid geworden in januari, februari of maart: € 50,-
- Lid geworden in april, mei of juni: € 37,50
- Lid geworden in juli, augustus of september: € 25,-
- Lid geworden in oktober, november of december: € 12,50

Pas *daarna*, dus per eerstvolgende 1 januari, ga je gewoon € 50,- per jaar betalen, dus voor 1 januari t/m 31 december.

Bij eventuele opzegging wordt geen al betaalde contributie geretourneerd.

De contributie voor de *rest van het lopende jaar* (zie schema hierboven) graag overmaken op rekeningnummer 1011 97 675 bij de Rabobank (IBAN: NL30RABO0101197675) t.n.v. rekeninghouder M. Spijkerman, onder vermelding van 'Loopgroep Waalre'.

De contributie voor de *hele jaren* (dus van 1 januari t/m 31 december) wordt automatisch geïnd. Door ondertekening van dit inschrijfformulier verleen je aan Loopgroep Waalre (incassant-ID NL52 ZZZ 1714 9734 000) tot wederopzegging de machtiging om in december van elk jaar de contributie voor het volgende jaar van je rekening te laten afschrijven. Je rekening is (**svp IBAN invullen**):

Opzegging van het lidmaatschap kan tot 1 december van het voorafgaande jaar.

Het inschrijfformulier (inclusief het intakeformulier op de vorige pagina) graag inleveren bij: Mientje Spijkerman, Mevr. Brantlaan 26, 5583 EB Waalre.

NB: Je bent zelf verantwoordelijk voor deelname aan de activiteiten van Loopgroep Waalre. Heb je vanwege je gezondheid vragen of twijfels, neem dan contact op met je huisarts.