



ANNEKE COACHT

Eigen risicoverklaring, gezondheidsverklaring en eigengebruik verklaring

Koude training

Wij besteden veel aandacht aan het veilig en correct uitvoeren van de koude training. Echter kunnen wij niet voor de deelnemers bepalen of zij een individueel gezondheidsrisico lopen tijdens of na de koude training. Vooraf informeren wij de deelnemers middels een schriftelijk gezondheidsverklaring over deze mogelijke gezondheidsrisico's. Wij wijzen de deelnemer op hun persoonlijke verantwoordelijkheid en adviseren om vooraf contact op te nemen met hun behandelend arts indien de medische vragenlijst daar aanleiding voor geeft. De deelnemer neemt daarna zelf de beslissing of deelname verantwoordelijk is.

Eigen gebruik verklaring/auteurs recht

Hiermee verklaar ik dat ik de toegestuurde/geleverde en geleerde stof tijdens de cursus niet zal gebruiken voor zakelijke doeleinden.

Handtekening:

Eigen risicoverklaring/ gezondheidsverklaring

Hiermee verklaar ik dat ik de gezondheidsverklaring naar waarheid heb ingevuld en dat ik volledig voor eigen risico deelneem aan de koude training. Ik zal Anneke Coacht generlei aansprakelijk stellen voor schade en/of letsel als gevolg van deelname aan deze koude training.

Naam:

Datum:

Handtekening:



ANNEKE COACHT

Naam:

Geboortedatum:

Medische vragen		
1	Heeft een dokter je in het afgelopen jaar afgeraden aan sport te doen of zwaardere inspanningen te verrichten?	<input type="radio"/> Nee <input type="radio"/> ja
2	Heb je last van hartritmestoornissen of andere hartklachten	<input type="radio"/> Nee <input type="radio"/> ja
3	Heb je een hartinfarct gehad of een hartoperatie dan wel een dotterprocedure ondergaan?	<input type="radio"/> Nee <input type="radio"/> ja
4	Heb je een huidaandoening?	<input type="radio"/> Nee <input type="radio"/> ja
5	Heb je diabetes, bloedstollingsproblemen, hoge bloeddruk, astma/CARA, epilepsie een verminderde nierfunctie, migraine?	<input type="radio"/> Nee <input type="radio"/> ja
6	Heb je een auto-immuunziekte? (o.a. Reuma, MS, Crohn), zo ja welke?	<input type="radio"/> Nee <input type="radio"/> ja
7	Gebruik je medicijnen? Zo ja, welke en waarvoor?	<input type="radio"/> Nee <input type="radio"/> ja
8	Lijd je aan de ziekte van Raynaud, ziekte van Burger of koude urticaria?	<input type="radio"/> Nee <input type="radio"/> ja
9	Ben je de afgelopen week ziek geweest met koorts boven 38,5°C?	<input type="radio"/> Nee <input type="radio"/> ja
10	Heb je recent een operatie ondergaan?	<input type="radio"/> Nee <input type="radio"/> ja
11	Ben je zwanger?	<input type="radio"/> Nee <input type="radio"/> ja
12	Ben je behandeld voor angst en/of paniekaanvallen?	<input type="radio"/> Nee <input type="radio"/> ja
13	Heb je een mentale aandoening (gehad)?	<input type="radio"/> Nee <input type="radio"/> ja

Deelname aan de ijsbadmethode is geheel voor eigen risico. Als bovenstaande vragen allemaal met "nee" hebt beantwoord, kunt u het formulier ondertekenen.

Datum:

Plaats:

Handtekening: