

Witamy w programie „Z wodą po zdrowie”!

Rozpoczynamy intensywną pracę nad poprawą Twojej kondycji.

Prosimy o wypełnienie formularza rejestracyjnego.

Imię		Nazwisko		Numer uczestnika* <i>*wypełnia Organizator</i>
Wiek	Wzrost	Waga	Miasto	
Numer telefonu			Adres e-mail	

Jak oceniasz swoją aktualną wagę:

- Niedowaga
- Waga właściwa
- Lekka nadwaga
- Nadwaga
- Otyłość

Jak oceniasz swoją codzienną aktywność:

- Nie uprawiam sportu i mam siedzący tryb pracy
- Nie uprawiam sportu i mam stojący tryb pracy
- Uprawiam sport okazjonalnie
- Uprawiam sport regularnie 1-2/tydz.
- Uprawiam sport regularnie 3 i więcej/tydz.

Jaki jest Twój cel (można zaznaczyć kilka):

- Schudnąć
- Poprawić swoją kondycję fizyczną
- Ukształtować sylwetkę
- Zmienić tryb życia i sposób odżywiania się
- Poznać nowych ludzi
- Aktywnie spędzić czas

W których zajęciach chcesz wziąć udział:

- LEVEL 1 - Strefa Junior (Sala zapasów)
- LEVEL 2 - Strefa dla Początkujących (hala)
- LEVEL 3 - Strefa Kobiet (hala)
- LEVEL 4 - Strefa dla Zaawansowanych (Park Sobieskiego, Stadion)

- Oświadczam, że wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych w zakresie niezbędnym do przeprowadzenia rejestracji w programie „Z wodą po zdrowie”.
- Oświadczam, że zapoznałem/-am się z regulaminem programu „Z wodą po zdrowie” oraz, że mój stan zdrowia pozwala na uczestnictwo w zajęciach i nie mam żadnych przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania ćwiczeń fizycznych i biorę odpowiedzialność za ewentualne poniesione szkody zdrowotne.
- Oświadczam, że wyrażam zgodę na nieodpłatne wykorzystanie mojego wizerunku/wizerunku mojego dziecka, który zostanie uwieczniony podczas zajęć w cyklu „Z wodą po zdrowie”. Relacja fotograficzna oraz filmowa będzie umieszczana w materiałach promujących akcję.

Należy wypełnić w przypadku niepełnoletnich uczestników – zgoda Rodzica:

- * Jako prawny opiekun dziecka oświadczam, że zapoznałem/-am się z Regulaminem programu i bez zastrzeżeń przyjmuję jego postanowienia. Potwierdzam, że moje dziecko nie ma przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania ćwiczeń oraz, że jestem odpowiedzialny za jego udział w akcji i jego bezpieczeństwo.

.....
Data

.....
Podpis