

Gesundheitsanforderungen

Wir möchten sicherstellen, dass du die nötigen **gesundheitlichen Voraussetzungen** für eine sichere Teilnahme an dem Kurs hast. Die Antworten auf diese Fragen brauchst du uns nicht mitzuteilen. Es reicht, wenn du sie für dich beantwortest. Wir versichern dir, dass wir **keinerlei Gesundheitsdaten** von dir speichern.

Bitte beantworte vor deiner Registrierung folgende Fragen:

Liegen behandlungsbedürftige Erkrankungen des Bewegungsapparates vor?

JA NEIN

Leidest du momentan akute Beschwerden aufgrund eines Bandscheibenvorfalles im unteren Rücken?

JA NEIN

Hast Du neurologische Ausfälle (Kribbeln, Taubheitsgefühl oder Kraftverlust)?

JA NEIN

Hattest du vor kurzem einen Herzinfarkt oder Schlaganfall?

JA NEIN

Hattest du in den letzten 12 Wochen einen operativen Eingriff?

JA NEIN

Hast Du momentan eine akute Erkrankung mit Fieber?

JA NEIN

Hast du eine akute Herz-Kreislauf- oder Atemwegserkrankung?

JA NEIN

Kennst Du irgendeinen weiteren Grund, warum Du nicht körperlich/ sportlich aktiv sein solltest?

JA NEIN

Wenn du alle Fragen mit "**Nein**" beantwortest hast, freuen wir uns dich in unserem Online-Kurs begrüßen zu dürfen. Falls du eine oder mehrere Fragen mit "**Ja**" beantwortest hast, bitten wir dich erst an dem Kurs teilzunehmen, wenn du mit deinem/deiner **Arzt/Ärztin Rücksprache** gehalten und eine Freigabe erhalten hast. Melde dich gern bei uns, wenn du dir bei der einen oder anderen Aussage unsicher sein solltest. In dem Fall schreibe gern eine Mail an med@yesdays.de.