Aanmelding Beweegkuur

Ik wil me opgeven voor de Beweegkuur.

* De Beweegkuur is een 2 jaar durend programma, waarin ik begeleid ga worden door een leefstijlcoach, fysiotherapeut, beweegcoach en diëtist.
* Het bestaat uit zowel individuele als groepscontacten.
* De genoemde begeleiders worden betaald door de ziektekostenverzekeraar, maar de kosten voor beweging-/sportactiviteit moet ik zelf betalen.

Mijn naam is:

Mijn geboortedatum is:

Mijn telefoonnummer is:

Mijn huisarts is: ……………………….

 en hij/zij heeft mij wel/niet aangemeld voor de beweegkuur

**Om te weten of u geschikt bent om mee te doen met de Beweegkuur vragen wij welke van onderstaande beweringen voor u van toepassing is:**

1. Ik beweeg/sport op dit moment niet en ben ook niet van plan hiermee te beginnen
2. Ik beweeg/sport op dit moment niet maar denk er over na om hiermee te beginnen.
3. Ik beweeg/sport wel, maar niet regelmatig (minder dan 2,5 uur per week).
4. Ik heb de afgelopen 1 tot 6 maanden regelmatig bewogen/gesport (minimaal 2,5 uur per week).
5. Ik beweeg/sport al langer dan 6 maanden regelmatig meer dan 2,5 uur per week.

**Regel…… is voor mij van toepassing**