



## INSCRIPCIÓ CURSOS D'AQUAGYM PER A JUBILATS I PENSIONISTES 2022

**PREU DEL CURS 12 €**

Els cursos seran de 3 setmanes i es realitzaran dilluns, i dimecres.

S'impartiran en dos horaris:

**Matins:** de 9.15 a 10.15h

**Vesprades:** de 19.45 a 20.45h

Data de realització del 4 al 20 de juliol

**Les inscripcions als cursos es realitzaran per rigorós orde d'entrega i hauran d'anar acompanyades del justificant de pagament, i una fotocòpia del DNI o del carnet de pensionista.**

El pagament serà anticipat i es podrà realitzar en les entitats que apareixen en la liquidació que hauran de retirar a l'AMIC.

### Dades de la persona interessada

Nom i cognoms: \_\_\_\_\_

Adreça \_\_\_\_\_

Data de naixement \_\_\_\_\_ Tel. \_\_\_\_\_

DNI \_\_\_\_\_

Firma:

Marque la preferència:

Matí

Vesprada

**NOTA:** Per a poder realitzar les classes serà imprescindible l'ús de gorro de bany i calçat adequat.

## FITXA SANITÀRIA

Té vosté o ha tingut en els darrers tres mesos qualsevol dels problemes que s'indiquen a continuació? (*Assenyale amb una creu la resposta que corresponga*)

1. Problemes cardíacs  SÍ  NO
2. Tensió alta  SÍ  NO
3. Dificultat en l'exercici físic  SÍ  NO
4. Qualsevol malaltia crònica  SÍ  NO
5. Ha rebut consells mèdics contraris  SÍ  NO
6. Patix alguna lesió articular, muscular o de la columna vertebral que l'exercici poguera agreujar  SÍ  NO
7. Ha sigut sotmés a cirurgia en els darrers tres mesos  SÍ  NO
8. Ha tingut malalties o problemes pulmonars  SÍ  NO
9. Diabetis  SÍ  NO
10. Fuma  SÍ  NO
11. Obesitat (sobrepés de 10 kg)  SÍ  NO
12. Colesterol alt en sang  SÍ  NO
13. Avantpassats familiars amb malalties cardiovascular  SÍ  NO
14. Aporta vosté informe mèdic  SÍ  NO

GRÀCIES PER LA SEUA COL·LABORACIÓ