



FC Puchheim e.V.

Leichtathletik



Fragebogen zur Trainingsplanung (ggfls. bitte Rückseite nutzen)

(bitte mit der Anmeldung abgeben)

Vorname/Name:

Motivation

☐ Gesundheit ☐ Hobby ☐ Gemeinschaft ☐ Herausforderung ☐ Sonstiges

Sport

☐ Früher: ☐ Aktuell:.....

Laufen

Häufigkeit ☐ 1/Woche ☐ 2-3/Woche ☐ 4 und mehr/Woche

Strecken ☐ 1-10km/Woche ☐ 10-25km/Woche ☐ mehr als 25km/Woche

Gesundheit

Raucher ☐ ja ☐ nein ☐ früher

Rglm. Medikamente

Krankheiten/Verletzungen

Wettkämpfe

☐ Interesse ☐ Teilnahmen (< 3 Jahre):.....

Datum..... Unterschrift.....