

**(Del I og II oppbevares separat)**

Blokkbokstaver

Fornavn: .....

Etternavn: .....

*Jeg har lest og forstått trivselsreglene  
og aksepterer å følge disse:*

.....  
Signatur

Adresse: .....

Postnummer:..... Oslo Tlf:.....

Bydel: .....

E-post: .....

Fylles ut av Apd:

Dato:..... Sted:.....

Instruktør:.....

 VÅR     HØST     HELE 2019

DEL 1

 Fødeland: ..... Fødselsår: .....  Mann Ny deltager  Ja  
 (1952 eller senere)  Kvinne  Nei
**Jeg har/har hatt følgende skader/lidelser:**

- |  |   |  |                                     |
|--|---|--|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Artrose (slitasjegikt)  | <input type="checkbox"/> Luftveissykdom<br>(eks. astma, KOLS) | <input type="checkbox"/> Revmatisme                                    | <input type="checkbox"/> Annet..... |
| <input type="checkbox"/> Blind/synshemmet  | <input type="checkbox"/> Migrene                              | <input type="checkbox"/> Rusavhengig                                   | .....                               |
| <input type="checkbox"/> Døv/hørselshemmet   | <input type="checkbox"/> MS                                   | <input type="checkbox"/> Ryggplager                                    | .....                               |
| <input type="checkbox"/> Kreft   | <input type="checkbox"/> Nakke-/skulderplager                 | <input type="checkbox"/> Skader i skjelett<br>(eks. brudd,<br>protese) | .....                               |
| <input type="checkbox"/> Livsstilssykdommer<br>(eks. diabetes type 2, hjerte/<br>kar, høyt blodtrykk, høyt<br>kolesterol, sykkelig overvekt) | <input type="checkbox"/> Psykiske plager                      | <input type="checkbox"/> Utbrent/<br>ME/fibromyalgi                    | .....                               |
|  | <input type="checkbox"/> Psykosomatiske plager                |  | .....                               |

**Nåværende situasjon:**

- 
- Arbeidssøkende
- 
- Sykmeldt
- 
- Arbeidsavklaringspenger (AAP)
- 
- Sosialhjelpsmottaker
- 
- Uføretrygdet
- 
- Annet

DEL 2

**Hvordan bli deltager?**

• Les nøye all informasjon i timeplanen. • Treningskort kan ordnes hos Aktiv på dagtid, Storgata 38, mandag - fredag kl. 09.00-13.30 • Årsoblat kan ordnes på alle aktiviteter

**Treningsavgift:**

**Vår semester:** kr 350,- (355,- vipps) **Høst semester:** kr 350,- (355,- vipps) **2019:** kr 600,- (605,- vipps)

Du kan betale med giro eller vipps. Vipps nr 125365 til Oslo Idrettskrets

**Ta med:**

- Kvittering
- Bekreftelse på trygdesituasjon (vedtaket, honnørkort eller sykmelding)
- Utfylt registrerings skjema. All registrering slettes ved årsskifte.

**OBS!**  
Deltageravgift  
refunderes  
ikke.



NORGES  
IDRETTSFORBUND  
Oslo Idrettskrets



1503 54 00998



**Oslo Idrettskrets**  
Ekebergveien 101  
1178 Oslo

1503 54 00998