

DEL 1

**(Del 1 og 2 registreres separat)**

Blokkbokstaver E-post: .....

Fornavn: ..... Signatur

Etternavn: .....

Adresse: ..... Fylles ut av Apd:

Postnummer:..... Oslo Tlf:..... Dato:..... Sted:.....

Bydel: ..... Instruktør:.....

VÅR  HØST  HELE 2021

DEL 2

Fødeland:..... Fødselsår:.....  Mann Ny deltager  Ja  
 (1954 eller senere)  Kvinne  Nei  
 Annet

**Jeg har/har hatt følgende skader/lidelser:**

<input type="checkbox"/> Artrose (slitasjegikt)	<input type="checkbox"/> Luftveissykdom (eks. astma, KOLS)	<input type="checkbox"/> Revmatisme
<input type="checkbox"/> Blind/synshemmet	<input type="checkbox"/> Migrene	<input type="checkbox"/> Rusavhengig <input type="checkbox"/> Annet.....
<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 (eks brudd, protese)
<input type="checkbox"/> Hjerneslag	<input type="checkbox"/> Psykiske plager	<input type="checkbox"/> Utbrent/
<input type="checkbox"/> Livsstilssykdommer (eks. diabetes type 2, hjerte/kar, høyt blodtrykk, høyt kolesterol, sykkelig overvekt)	<input type="checkbox"/> Psykosomatiske plager	<input type="checkbox"/> ME/fibromyalgi

**Nåværende situasjon:**

Arbeidssøkende  Sykmeldt  Arbeidsavklaringspenger (AAP)  Sosialhjelpsmottaker  Uføretrygdet  Annet

**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

**OBS!**  
Deltageravgift refunderes ikke.

**Treningsavgift:**

**Hele året:** kr 600,- (620,- Vipps) **januar - juni:** kr 350,- (370,- Vipps) **juli - desember:** kr 350,- (370,- Vipps)  
 Vipps nr 635580 til Oslo Idrettskrets.

**Ta med:**

- Kvittering
- Bekreftelse på trygdesituasjon (vedtaket, honnørkort eller sykemelding)
- Utfylt registreringskjema. All registrering slettes ved årsskifte.



1503 54 00998



**Oslo Idrettskrets**  
 Brynsveien 13  
 0667 Oslo

1503 54 00998