

# Anmeldung Rückbildungsgymnastik



Es freut mich sehr, dass Sie sich für einen Rückbildungskurs bei mir interessieren. In diesem Schreiben finden Sie einige wichtige Informationen über den Kurs.

**Bitte lesen Sie diese aufmerksam durch und bringen bitte die letzte Seite vollständig ausgefüllt zum Kursbeginn mit.**

## **Informationen zum Rückbildungskurs:**

- Es handelt sich um einen geschlossenen Kurs mit 7 festen Terminen (1. Termin 1 Stunde, 2-7. Termin a 1,5 Stunden) und aufeinander aufbauenden Kurselementen. Ein beliebiger Kurseinstieg ist nicht möglich.
- Das Baby kann zum Kurs mitgebracht werden.
- Sollten besondere gesundheitliche Probleme bestehen, teilen sie uns dies bitte im Bogen später bzw. der Kursleitung mit.
- Sollten Sie an einem Termin verhindert sein, melden sie sich bitte frühzeitig ab.
- Für den Rückbildungskurs ist eine Kautions hinterlegen. Genauere Informationen finden sie hierzu später.
- Mitzubringen ist bitte die aktuelle Versicherungskarte der Mutter, eine Isomatte, ein Handtuch für die Matte, Socken und die 50€ Kautions. (Turnschuhe werden nicht benötigt)

## **Kautions**

Der Rückbildungskurs wird von den gesetzlichen und den meisten privaten Krankenversicherungen übernommen und von der Kursleitung direkt mit der Krankenkasse/Privatversicherten abgerechnet.

Allerdings können versäumte Stunden nicht mit der Kasse abgerechnet werden und müssen von der Teilnehmerin selbst entrichtet werden.

Es ist unerheblich, aus welchem Grund die Teilnahme nicht erfolgte. Da die Kursstunden aufeinander aufbauen, ist es nicht möglich, eine Teilnehmerin während des laufenden Kurses durch eine andere zu ersetzen.

## **Ablauf:**

Vor Kursbeginn ist eine Kurskautions von 50 Euro bar zu entrichten.

10 Euro pro Fehltermin werden einbehalten.

Nach absolviertem Kurs erhalten Sie die Kautions abzgl. der versäumten Stunden wieder zurück. Sollte bereits **vor Kursstart** (max 1 Termin) 1 Termin feststehen, an dem sie nicht können, wird für diesen auch keine Kautions einbehalten.

Bitte füllen Sie die nächste Seite dieses Schreiben aus, dadurch tragen Sie zu einem schnelleren Ablauf am ersten Kurstag bei und ersparen uns evtl. peinliche Fragen vor anderen Frauen.

# Fragebogen zur Rückbildungsgymnastik



Name, Vorname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ, Wohnort: \_\_\_\_\_

Geburtsdatum der Mutter: \_\_\_\_\_ Geburtsdatum des Kindes: \_\_\_\_\_

Versichertennummer: \_\_\_\_\_ Kassennummer: \_\_\_\_\_

(beides finden sie auf der Vorderseite der Versichertenkarte, bei Privatversicherten bitte kurze Info)

## Geburten

| Datum | Name, Gewicht | Verlauf | Verletzungen, Besonderheiten | Gestillt? (in Monaten) |
|-------|---------------|---------|------------------------------|------------------------|
|       |               |         |                              |                        |
|       |               |         |                              |                        |
|       |               |         |                              |                        |

### Hatten Sie in der Schwangerschaft unwillkürlichen Harnverlust?

- Ja bereits in der Frühschwangerschaft  
 Ja im letzten Drittel öfter als 3x in der Woche  
 Ja im letzten Drittel weniger als 3x in der Woche  
 Nein  
 Sonstiges: \_\_\_\_\_

### Haben Sie nach der Geburt (jetzt noch) Probleme mit unwillkürlichen Harnverlust?

- Ja       Nein       Sonstiges: \_\_\_\_\_

Bestehen besondere gesundheitliche Probleme? (z.B. Rücken, Schambein, Blutdruck, Thrombosen?)

---

### Anmeldung zum Kurs und Einverständniserklärung Kautio:

Mit geleisteter Unterschrift melden Sie sich verbindlich zum Rückbildungskurs an.

Mit der Erhebung einer Rückbildungskautio erkläre ich mich einverstanden.

Die 50 Euro Kautio werden in der ersten Kursstunde bei der Kursleitung hinterlegt und je nach Anwesenheit wieder zurückerstattet.

---

Ort, Datum

Unterschrift der Kursteilnehmerin