





## Vorabinformation

Diese Information ist Bestandteil der Anmeldung. Bitte beachten Sie die Hinweise sorgfältig und beantworten Sie die Fragen nach den gesundheitlichen Problemen gewissenhaft, um einen reibungslosen Ablauf zu gewähren.

Die Seminare beginnen am ersten Tag um 9 Uhr und enden am letzten Tag um ca. 17 Uhr.  
 Das Übungsgelände liegt, sofern nicht anders ausgeschrieben, im Raum Limburg/Lahn, die An- und Abreisekosten sind nicht im Seminarpreis enthalten.

Bitte teilen Sie uns gesundheitliche Einschränkungen wahrheitsgemäß mit:

Bestehen:	JA	NEIN
Herz-/Kreislaufprobleme?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Allergien?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vegetarier?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Physische Probleme, insb. Rückenbeschwerden (z.B. Bandscheiben)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Diabetes?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Sie Raucher?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Besteht die Notwendigkeit der Medikamenteneinnahme?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sonstige Krankheiten, die einer besonderen Behandlung bedürfen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Folgende **Ausrüstung** ist erforderlich:

- Rucksack
- Schlafsack
- Isoliermatte
- Wetterfeste Kleidung (möglichst viel bedeckend, sowohl im Sommer als auch gegen Regen und Kälte!)
- Über die Knöchel reichendes Schuhwerk
- Arbeitshandschuhe (Leder o.ä.)
- Kopfbedeckung
- Feldflasche(n)
- Essgeschirr
- Messer

**Bitte beschränken Sie sich ausschließlich auf diese notwendigen Gegenstände!**

Reist der Übungsteilnehmer mit dem eigenen Kfz ab, wird ausdrücklich vor einer längeren Heimreise nach evtl. Schlafdefizit gewarnt. Übernachtungsmöglichkeiten in der Nähe des Seminarortes teilen wir Ihnen gerne mit.

Sollte das Seminar aufgrund zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt werden, wird dies spätestens 3 Wochen vor Seminarbeginn mitgeteilt.

Viel Spaß und Spannung wünscht Ihnen

Armin Hock und das **any-way-out** – Team!