

Pieteikums frīdaivinga kursam | Заявка на курс фридайвинга
Application for freediving course

Vārds un uzvārds Имя и фамилия <i>Name and family name</i>	
Dzimšanas datums Дата рождения <i>Date of birth</i>	
Pilsēta, valsts Город, страна <i>City, state</i>	
e-pasts un tālrunis Почта, телефон <i>e-mail and phone number</i>	

1) Pieredze | опыт | previous experience:

- freediving | frīdaivings
фридайвинг (→ #3)
- diving | daivings | дайвинг
- yoga | joga | йога
- spearfishing | охота
zemūdens medības
- swimming | peldēšana
плавание
- _____
other | cits | другое

Pieredze nav obligāta, informācija ir vajadzīga, lai pareizi izvēlētos Jums piemēroto intensivitāti un slodzi | Опыт не обязателен, информация необходима, чтобы правильно подобрать подходящую Вам интенсивность и нагрузку | Previous experience is not required, we need this info to choose the most appropriate intensity of exercises.

3*) Rezultāti | результаты | results : nav|нет| no _____

4) Kā uzzinājāt par frīdaivinga kursiem? | Как вы узнали о курсах фридайвинга? | How did you learn about freediving courses?

3) Es apzinos, ka frīdaivings ir ekstrēms sporta veids un zinu par riskiem, kas ir saistīti ar elpas aizturēšanu. Es apstiprinu, ka man nav slimības, kuru dēļ nodarbību laikā mans veselības stāvoklis var pasliktināties, tajā skaitā man nav diagnosticētas sirds un asinsvadu, plaušu un nieru slimības un paaugstinātais asinsspiediens. Es apzinos un apstiprinu, ka instruktors nav atbildīgs par manu veselības stāvokli. |

Я осознаю, что фридайвинг является экстремальным видом спорта и знаю о рисках, связанных с задержкой дыхания. Я подтверждаю, что не страдаю заболеваниями, из-за которых состояние моего здоровья в ходе тренировок может ухудшиться, в том числе у меня не диагностированы сердечно-сосудистые заболевания, заболевания лёгких и почек, повышенное давление. Я осознаю и подтверждаю, что инструктор не несёт ответственности за состояние моего здоровья. |

I confirm that I understand that freediving is extrem activity and I am aware of all the risks associated with the breathholding. I confirm that I do not have any medical conditions that may cause negative effects during freediving activities, I do not have any cardiovascular, lung and kidney disease and elevated blood pressure. I understand and confirm that the instructor is not responsible for my health.

Datums дата date	
Paraksts подпись signature	