



Name:

Anschrift:

Geboren:

### Gesundheitsfragen

Wie fit/ gesund fühlen Sie sich im Moment?

Nicht fit/ gesund        etwas fit/ gesund        sehr fit/ gesund

Ja                      Nein

Waren Sie in den letzten 6 Monaten ernstlich krank?

Sind Sie herzkrank?

Haben Sie hohen Blutdruck?

Haben Sie Diabetes?

Nehmen Sie herzfrequenzsenkende Medikamente?

Sonstige Medikamente , Antibiotika ?

Hatten Sie in der Vergangenheit /Beschwerden/Verletzungen

/Operationen an Knochen, Sehnen, Bändern oder Muskeln?

Wenn ja, welche?

---

Hatten Sie in der Vergangenheit größere gesundheitliche Probleme?

Wenn ja, welche?

---

Wenn Sie eine der Fragen mit Ja beantworten, sollten Sie einen Arzt konsultieren und mit diesem ihre sportlichen Absichten besprechen und abklären.

### Biometrische Daten

Körpergröße: \_\_\_\_\_ (hat keinen Einfluss auf die Ausübung des Sportangebotes!)

Körpergewicht: \_\_\_\_\_ (hat keinen Einfluss auf die Ausübung des Sportangebotes!)

Kontakt:

Tel.:0170-5837103

Mail: [office@artletik.de](mailto:office@artletik.de)

[www.artletik.de](http://www.artletik.de)



### Sportliche Aktivitäten

Treiben Sie Sport/ haben Sie Sport betrieben?

Ja  Nein

Welche Sportart(en) ?

---

Haben Sie Erfahrungen im Pole/ Aerial-Tanz- Turnsport/ Laufsport?

Wenn ja, welche?

---

---

Wie intensiv sind Ihre sportlichen Aktivitäten?

Locker und leicht

Kraftvoll motivierend

hart und anstrengend

Wie lange dauern Ihre Aktivitäten im Durchschnitt? \_\_\_\_\_ Minuten.

Wie oft in der Woche trainieren Sie? Ca.:      mal.

Ihr Sport/ Gesundheitsziel?

Was wünschen Sie sich von ArtLetik?

---

---

---

Wie haben Sie von unserem Angebot erfahren/sind darauf aufmerksam geworden?

Internet    Homepage    Freunde/Familie    Zeitung    weitere \_\_\_\_\_

Datum..... Unterschrift.....

Dieser Fragebogen dient als Informationshilfe Ihnen ein angepasstes, sehr persönliches Training zu erstellen und zu gewährleisten. ArtLetik UG LuM empfiehlt diesen Fragebogen. Der Teilnehmer nimmt auf eigene Verantwortung an dem Angebot teil. Weitere rechtliche Hinweise finden Sie in den AGB'S.

Sollten Sie weitere Fragen bezüglich Ihrer Gesundheit haben können Sie mich gern Ansprechen.

Anja Musiol

ArtLetik UG Laufen und Meer

Kontakt:

Tel.:0170-5837103

Mail: [office@artletik.de](mailto:office@artletik.de)

[www.artletik.de](http://www.artletik.de)