

Invuldatum: / /

Intakeformulier

Naam : man vrouw

Adres :

Postcode: : Woonplaats :

Geb. datum : Email:

Telefoonnummer:

Welkom, deze vragen dienen om inzicht te krijgen in uw wensen. De door u ingevulde gegevens zijn strikt vertrouwelijk en worden aan uw persoonlijk dossier toegevoegd. Uw gegevens worden gebruikt ter ondersteuning van uw trainingsdoelstelling en worden niet verstrekt aan derden.

Wat is uw doelstelling?

- Recreatief/Algemene, fitheidbevordering
- Verbetering uithoudingvermogen
- Verbetering spierkracht specifiek
- Sportspecifieke ondersteuning
- Medische achtergrond/indicatie
- Figuurcorrectie/afvallen
- Anders, namelijk:

Wat is de aard van uw dagelijkse werkzaamheden?

- Overwegend zittend
- Overwegend staand/lopend
- Afwisselend
- Lichamelijk zwaar
- Geestelijk zwaar

Indien u wilt afvallen, hoeveel kilo's wilt u kwijt?

..... in 3 / 6 / 12 maanden

Hoe vaak in de week wilt u sporten?

- 1x per week
- Onbeperkt (meer dan 2x per week)

Wat zijn uw verwachtingen?

- Ontspannen sporten
- Resultaatgericht trainen
- Zelfstandig trainen
- Anders, namelijk:

Wat is voor u de belangrijkste reden waarom u gaat deelnemen?

.....
.....

Heeft u eerder regelmatig bewogen/gesport of aan fitness gedaan? ja nee

Wanneer heeft u voor het laatst aan sport gedaan? / /

Bent u ook geïnteresseerd in het volgen van een groepsles? ja: nee

Hoe fit voelt u zich nu op een schaal van 1 – 10?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Hoe fit wilt u zijn op een schaal van 1 – 10?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Intakeformulier

Doet u nu aan sport? ja nee Wat voor sport?

Hoeveel uur per week? uur

Gezondheid:

Gezondheidsklachten nee ja:

Blessures nee ja:

Rugklachten nee ja:

Gewrichtsklachten nee ja:

Hartklachten nee ja:

Longklachten nee ja:

Rookt u nee ja:

Gebruikt u medicijnen nee ja:

Operaties ondergaan nee ja:

Bent u pas bevallen nee ja niet van toepassing

Vermoeid of duizeligheid nee ja:

Druk of pijn op de borst nee ja:

Bloeddruk goed laag hoog

Hoofdpijn nooit soms vaak

Onder behandeling bij een arts of fysiotherapeut nee ja:

Heeft u nog opmerkingen waarmee rekening moet worden gehouden in uw trainingsprogramma?
 nee ja:

.....

Hoe bent u met ons in contact gekomen?

Internet / Facebook / Andere social media Reclame (folders, advertentie, enz.)

Mond tot mond via

Doorverwijzing vanuit Ziekenhuis, Arts of Fysiotherapeut Anders, namelijk:

Aansprakelijkheid

Het deelnemen aan onze groepslessen en zelfstandige fitness geschiedt geheel voor eigen risico. Wij besteden veel zorg aan een persoonlijke en professionele begeleiding voor u. Maar dit centrum en de medewerkers kunnen nooit aansprakelijk worden gesteld voor eventuele schade en/of letsel. Door ondertekening van dit formulier verklaart u op de hoogte te zijn van deze voorwaarden voor deelname en ermee akkoord te gaan.

Datum:

.....

Handtekening:

.....