

Name
Anschrift
PLZ/Ort
Telefon
Handy
Geburtsdatum
E-Mail



Nadja Schlüter
Kurt-A.-Körper-Chaussee 71
21033 Hamburg

FON: 040 / 85 40 53 73
oder 0176 / 32 10 41 69
Mail: info@nayo-balance.de
Home: www.nayo-balance.de

Beruf:

Sport/Hobbies:

Bevorzugter Wochentag/Uhrzeit:.....

Bei welcher Lehrkraft möchten Sie gerne trainieren?

Haben Sie bereits einen Termin vereinbart? Wann und bei wem?

Sind Sie bereit als „Springer“ einzusteigen? (flexible Termine):.....

Wie sind Sie auf uns aufmerksam geworden?

Haben Sie bereits Yoga oder Pilates (Boden oder Geräte) gemacht? nein ja

Wenn „ja“, bei wem und in welchem Umfang?.....
.....

Um mit Ihnen Ihr spezielles Trainingsprogramm erarbeiten zu können, benötigen wir über Ihren Gesundheitszustand folgende Angaben, die selbstverständlich absolut vertraulich behandelt werden.

Gesundheitsfragen

Ich bin: Linkshänder Rechtshänder

Wurde bei Ihnen jemals ein Herzproblem festgestellt? nein ja

Mein Blutdruck ist: hoch normal niedrig

Hatten Sie bereits eine Geburt? nein ja

Sind Sie aktuell schwanger? nein ja

Leiden Sie unter Rückenschmerzen? nein ja

Wenn „ja“, wissen Sie warum?
.....

Waren Sie schon mal in Behandlung bei einem Krankengymnastik oder Physiotherapeuten?
Wenn „ja“, warum?
.....

Gibt es Bewegungen, die Ihnen Schmerzen bereiten! nein ja

Wenn „ja“ welche?
.....
.....

Leiden Sie unter sonstigen Schmerzen (Kopfschmerzen usw.)? nein ja

Wenn „ja“ welcher Art?
.....
.....

Nehmen Sie regelmäßig Medikamente? nein ja

Wenn „ja“ welche?
.....
.....

Hatten Sie bereits Operationen? nein ja

Wenn „ja“, welche? wann?
.....
.....

Leiden Sie unter Schwindelanfällen! nein ja

Haben Sie Diabetes! nein ja

Leiden Sie unter Asthma oder Sonstigen Atembeschwerden! nein ja

Wenn „ja“, welche?
.....
.....

Sonstige Anmerkungen, z.B. Unfälle, Schuh-Einlagen, künstliche Gelenke, etc.?

Wie stufen Sie Ihren persönlichen Fitnesslevel ein, auf einer Skala von
1 (schlecht) bis 10 (sehr gut)?

Wo liegen Ihre Interessensschwerpunkte? Yoga Pilates-Matte Pilates-Gerät

Möchten Sie ein Hausaufgaben-Programm? nein ja

Was erwarten Sie sich vom Yoga-Pilates-Training im Nayo-Balance Studio?
.....
.....
.....

Das Yoga/Pilates-Training ist eine sehr genaue Trainingsmethode.
Dennoch ersetzt unser Unterricht nicht die medizinische Betreuung durch einen Arzt oder
Therapeuten. Yoga-Pilates-Lehrer haben in Deutschland (derzeit) keinen Therapeuten-Status.
Der Unterricht kann daher (im Moment) nur auf Selbstzahlerbasis abgerechnet werden.

Wir übernehmen keine Haftung für Personen- und Sachschäden in folgenden Fällen:

- Wenn Ihr Arzt Ihnen aus gesundheitlichen Gründen vom Training abgeraten hat.
- Wenn unsere Anweisungen bezüglich Sicherheit oder Technik nicht befolgt werden.
- Unfälle, die im Studio durch Dritte verursacht werden.
- Wegeunfälle.

Termin-Absagen:

Kostenlose Terminabsagen sind bis 24 Stunden vor dem vereinbarten Termin möglich.
Generell bitten wir Sie, uns so früh wie möglich zu Informieren, wenn Sie einen Termin nicht
einhalten können. Dies gilt auch im Krankheitsfall.

Unser Anrufbeantworter steht hierfür täglich 24 Stunden zur Verfügung: 040 / 85 40 53 73

Hiermit erkenne ich die auf der vorherigen Seite aufgeführten „Spielregeln“

.....
(Ort, Datum) (Unterschrift)

.....
(Namen in Druckbuchstaben)

Vielen Dank, dass Sie sich die Zeit genommen haben, dieses Formular auszufüllen!
Bitte schicken Sie es per Post oder senden Sie es per E-Mail rechtzeitig vor Ihrer ersten
Trainingsstunde an uns zurück:

Nayo-Balance

Nadja Schlüter

Kurt-A.-Körper-Chaussee 71

21033 Hamburg

FON: 040 / 85 40 53 73

oder 0176 / 32 10 41 69

Mail: info@nayo-balance.de

Home: www.nayo-balance.de