



Gesundheitsfragebogen

Der Gesundheitsfragebogen mit 13 kurzen Fragen dient dem sicheren Yoga-Üben. Bitte fülle dieses Formular vor deinem ersten Besuch bei mir in deinem eigenen Interesse wahrheitsgemäss aus. Deine Daten dienen ausschliesslich der Erhebung deines Gesundheitszustandes und fallen unter die Schweigepflicht. Falls du in den letzten Jahren nicht regelmässig Sport gemacht hast oder gesundheitliche Einschränkungen vorliegen, empfiehlt es sich, deinen Arzt vor Kursstart zu konsultieren.

Name, Vorname: _____
Strasse: _____
PLZ / Ort: _____
Mobile / E-Mail: _____
Geburtsdatum: _____
Beruf: _____

1. Hast du schon mal Yoga gemacht? nein ja

Falls ja, wie lange und welche Stilrichtung?

2. Nimmst du regelmässig Medikamente ein? nein ja

Falls ja, welche Medikamente nimmst du ein?

3. Hast du Schwierigkeiten mit dem Herz und/oder Herz-Kreislaufsystem? nein ja

Falls ja, welche?

4. Hast du Diabetes? nein ja

5. Hast du Schwierigkeiten mit dem Bewegungsapparat? nein ja

Falls ja, in welchem Bereich?

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Hals-Nacken-Bereich | <input type="checkbox"/> Schultern |
| <input type="checkbox"/> Rücken | <input type="checkbox"/> Arme und/oder Beine |
| <input type="checkbox"/> Knie | <input type="checkbox"/> Hände und/oder Füsse |
| <input type="checkbox"/> Hüfte | <input type="checkbox"/> anderes |

Es geht auf der Rückseite weiter...



6. Hast du Schwierigkeiten mit der Atmung? nein ja
7. Hast du Schwierigkeiten mit deiner Stimmung und deinem Gemüt? nein ja
8. Hast du Schwierigkeiten mit dem Gleichgewicht oder Schwindel? nein ja
9. Hattest du einmal eine Netzhautablösung oder hast du 'grünen Star'(Glaukom)? nein ja
10. Gibt es eine kürzlich zurückliegende Operation? nein ja

Falls ja, welche? _____

11. Bist du in ärztlicher Behandlung und falls ja, weshalb? nein ja

12. Wie stressig ist dein Leben aktuell auf einer Skala von 1 (=niedrig) bis 10 (=sehr hoch)?

13. Für Frauen: Liegt eine Schwangerschaft vor? nein ja

Ich habe die AGB's zur Kenntnis genommen und bin damit einverstanden.
Die aktuellen AGB sind verbindlich und jederzeit online einsehbar (www.corinvia-yoga.ch).

Ort/Datum _____

Unterschrift: _____