

## ***Ihre persönlichen Daten***

Vorname, Name:

Anschrift:

Telefon:

Email:

Geburtsdatum:

HCP:

## **Ihre biometrischen Daten:**

Alter in Jahren	
Gewicht in kg	
Größe in cm	
Tailleumfang in cm	
Hüftumfang in cm	
BMI	
Blutdruck	
Ruhepuls	
Tagespuls	
Taille-Hüftquotient	



Ihre Partner im Golfsport

Ihre frühere/derzeitige sportliche Aktivität:

Ihre Erfahrungen im Ausdauer- bzw. Fitnesssport:

Ihre Befindlichkeit (Angabe in Schulnoten 1-6):

Bei Ihnen bestehende Risikofaktoren / gesundheitliche Einschränkungen /  
Medikamente:

Ihre persönlichen Ziele:

Ihre mögliche Zeitaufwendung für Sport:

### Wichtiger Hinweis:

Das Team der GolfArenaAllgäu & BodyStyle GolfFitness ist stets um Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden bemüht. Sollten Sie sich über Ihren derzeitigen Gesundheitszustand nicht sicher sein, empfehlen wir Ihnen dringend, Ihren Arzt zu konsultieren, bevor Sie mit dem Training beginnen. Sollte kein ärztliches Attest vorliegen, wird von einem uneingeschränkten Gesundheitszustand Ihrerseits ausgegangen. Bei Klienten mit Einschränkungen im Herz-Kreislauf-System o.ä. ist die ärztliche Zustimmung obligatorisch.

Sämtliche Trainingsübungen & -einheiten finden nach bestem Wissen und Gewissen unserer Trainer statt, gesundheitliche Beeinträchtigungen können jedoch nie ganz ausgeschlossen werden. Sie handeln stets eigenverantwortlich und mit Ihrem Einverständnis.

Sollten Sie Beschwerden -auch während des Trainings- feststellen, informieren Sie bitte umgehend Ihren Trainer – denn es geht um Ihre Gesundheit und Fitness!

---

Ort, Datum

---

Unterschrift Klient

---

GolfArena & BodyStyle

