

# Anamnesebogen für alle Yogis

## Deine Kontaktdaten

Name:

Vorname:

Anschrift:

Beruf:

Telefon:

Krankenkasse:

Geb.datum:

Email Adresse:

Wie bist du auf das Café Achtsam aufmerksam geworden?

## Dein Trainingszustand

Wie oft treibst du Sport pro Woche?    ☐ gar nicht                      ☐ 1-2x                      ☐ 3-4 und mehr

Hast Du Yoga-Erfahrungen?                      ☐ ja                      ☐ nein

Wenn ja, auf welchem Niveau?                      ☐ Anfänger                      ☐ Mittelstufe                      ☐ Fortgeschritten

Wo hast Du Yoga bisher praktiziert?

## Dein Trainingsziel

*Bitte kreuze entsprechend an und beschreibe kurz Dein persönliches Trainingsziel.*

☐ Ästhetisches Ziel:

☐ Gesundheitliches Ziel:

☐ Professionelles Ziel:

Ich interessiere mich besonders für...

☐ Workshops am WE                      ☐ Gruppenkurse (6-10 Personen)                      ☐ Abnehmen

☐ Eltern/Kindkurse                      ☐ Schwangerschaftskurse

☐ Zusatzangebote (Yoga-Brunch, Ernährungsworkshop...)

☐ anderes:

## Aktuelles / Deine Krankengeschichte

Leidest oder littest Du unter einer/mehreren der folgenden Beschwerden/ Zustände?

- |   |  |  |
|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Rückenprobleme             | <input type="checkbox"/> Hals/Nackenprobleme   | <input type="checkbox"/> Kopfschmerzen/Migräne |
| <input type="checkbox"/> Rückenmarkverletzungen     | <input type="checkbox"/> Knieprobleme          | <input type="checkbox"/> Schulterprobleme      |
| <input type="checkbox"/> Gelenkprobleme             | <input type="checkbox"/> Bluthochdruck         | <input type="checkbox"/> Kopfverletzungen      |
| <input type="checkbox"/> Epilepsie                  | <input type="checkbox"/> niedriger Blutdruck   | <input type="checkbox"/> Asthma                |
| <input type="checkbox"/> Glaukom (grüner Star)      | <input type="checkbox"/> Diabetes              | <input type="checkbox"/> Angstzustände         |
| <input type="checkbox"/> Bandscheibenvorfall        | <input type="checkbox"/> Blutgerinnungsstörung | <input type="checkbox"/> Ohnmachtsanfälle      |
| <input type="checkbox"/> Herzinfarkt                | <input type="checkbox"/> Schlaganfall          |  |
| <input type="checkbox"/> Allergien (wenn ja welche) |  |  |

*Falls Du einen der oben genannten Punkte mit ja beantwortet hast: Mache bitte genauere Angaben zur Diagnose, Behandlung und Ergebnis:*

☐ Ich habe andere medizinische Probleme/ Ich wurde innerhalb der letzten 2 Jahre operiert:

*Hast Du irgendwelche körperlichen Beschwerden, die Deine Teilnahmefähigkeit am Training einschränken könnten?*

Ich bin / ich habe

☐ arbeitsunfähig      ☐ ein Sportverbot durch Arzt      ☐ schwanger      ☐ Raucher

*Was möchtest Du noch mitteilen? Hier ist Platz dafür...*

Ich bestätige, dass ich diesen Anamnesebogen wahrheitsgetreu ausgefüllt habe und versichere Café Achtsam bei Veränderungen meines Gesundheitszustandes unaufgefordert zu informieren. Ich habe die nachfolgenden Nachholregelung und die 24h Absage- Frist und die Schadenersatzforderungsklausel im Anhang komplett verstanden. Solltest Du einmal verhindert oder krank sein, gebe bitte spätestens 24h vor Kursbeginn Bescheid. Wenn du nicht zu Deinem ausgewählten Kurs kommen kannst, diesen aber auch nicht rechtzeitig absagst, verfällt die Stunde leider. Du hast die Möglichkeit Deine entschuldigten Fehltermine innerhalb von der Gültigkeitsdauer Deiner entsprechenden Karte/Abo nachzuholen. Das Nachholen von einem Nachholtermin ist nicht möglich. Der Lehrer haftet im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen für alle Schäden, die er verursacht oder für die er aufgrund gesetzlicher Bestimmungen verantwortlich ist. Zur Absicherung berechtigter Schadenersatzforderungen unterhält der Lehrer eine Berufshaftpflichtversicherung.

---

Ort, Datum

Unterschrift des/der Teilnehmers/in