

Aufnahmefragebogen

Training/Prävention

Name/Vorname: _____ Geboren am: _____

Beruf/Alltagsaktivitäten: _____

1. Was sind Ihre Trainingsziele? (Bitte beschreiben Sie Ihre Trainingsziele)

- Körperfett-/Gewichtsreduktion Stressabbau Schmerzreduktion
 Kräftigung/Stabilisation Steigerung der Ausdauer Verbesserung der Beweglichkeit

2. Körperliche Aktivität

Sind Sie momentan körperlich/sportlich aktiv? Wenn ja, was und wie regelmäßig?

Waren Sie früher körperlich/sportlich aktiv? Wenn ja, welche Sportarten haben Sie regelmäßig betrieben? _____

3. Bekannte Erkrankungen

- Diabetes Bluthochdruck Herzrhythmusstörungen Depression Krebs
 Allergien Asthma Schilddrüsenerkrankung Osteoporose Rheuma
 Sonstige: _____

Kommentar/Notiz: _____

4. Nehmen Sie Medikamente? Wenn ja, wie häufig?

- Schmerzmittel Blutverdünner Beta-Blocker Blutdrucksenker Cholesterinsenker
 Antidepressiva Schilddrüsenmedikament Sonstige: _____

Kommentar: _____

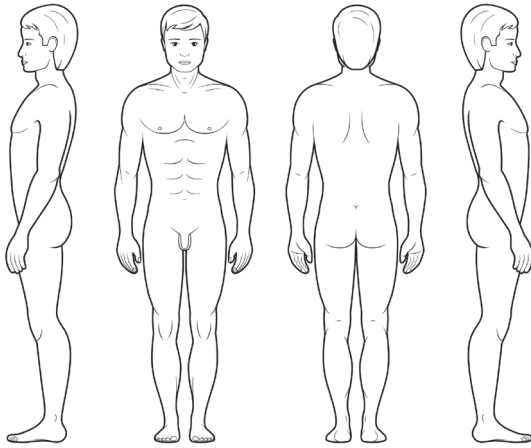
5. Leiden Sie unter Beschwerden, die mit dem Beckenboden zusammenhängen?

(z.B. Blasenschwäche) Ja Nein

Kommentar: _____

6. Befund (Bitte zeichnen Sie die Stellen ein, an denen Sie Schmerzen/Beschwerden haben.)

a) Wodurch werden die Schmerzen ausgelöst?



b) Welcher Art sind die Beschwerden: Kribbeln Taubheit Kraftlosigkeit
 dumpfer Schmerz stechender Schmerz ziehender Schmerz

c) Haben Sie Ihre Beschwerden: permanent mit Unterbrechungen
 Ihre Beschwerden sind: gleich bleibend besser werdend verschlechternd

d) Wie lange bestehen die Beschwerden schon? _____

e) Haben Sie Ihre Beschwerden beim Husten, Niesen, Pressen oder Schlucken?
 Ja Nein

f) Haben Sie nachts Schmerzen: Ja Nein

7. Operationen

Welchen Operationen mussten Sie sich bisher unterziehen?

Datum/Jahr	Grund	nach wie vor vorliegende Beschwerden

8. Medizinische Einschränkungen

Gibt oder gab es seitens Ihres Arztes Einschränkungen bzgl. körperlicher Aktivität/Belastbarkeit?

Ja, folgende: _____ Nein

Hiermit versichere ich, dass alle oben stehenden Angaben richtig und vollständig sind.

_____ Datum

_____ Unterschrift