

# Gesundheitsfragebogen BabyBauch-Yoga (Praxis für Physiotherapie Holz-Gräfe)

Name: \_\_\_\_\_ Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Adresse/PLZ: \_\_\_\_\_

Telefon-Nr.: \_\_\_\_\_ E-Mail Adresse: \_\_\_\_\_

## Allgemein:

Betreibst du regelmäßig Sport? nein  ja  Wie oft (wöchentlich)? \_\_\_\_\_  
(Deutlich erhöhter Puls, schweisstreibend, mindestens 30 Minuten am Stück)

Hast du Yogaerfahrung? nein  ja  Wann war das & wie oft? \_\_\_\_\_

Wie hast du über diesen Yogakurs erfahren? \_\_\_\_\_

## Bestehen aktuell folgende gesundheitliche Probleme:

Herz-/Kreislaufbeschwerden nein  ja  \_\_\_\_\_

Atembeschwerden (Bspw. Bronchitis / Asthma) nein  ja  \_\_\_\_\_

Bluthochdruck? nein  ja  \_\_\_\_\_

Rückenprobleme? nein  ja  \_\_\_\_\_

Gelenkprobleme? nein  ja  \_\_\_\_\_

Probleme an Muskeln, Sehnen, Knochen? nein  ja  \_\_\_\_\_

Diabetes? nein  ja  \_\_\_\_\_

Andere Beschwerden? nein  ja  \_\_\_\_\_

Bist du zur Zeit in ärztlicher Behandlung? nein  ja  \_\_\_\_\_

## Schwangerschaft:

Voraussichtlicher Entbindungstermin: \_\_\_\_\_

Gibt es Besonderheiten in deiner Schwangerschaft, die für die körperliche Aktivität im Yoga bekannt sein sollten?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Hiermit bestätige ich, dass mir nach ärztlicher Rücksprache die Erlaubnis für das Praktizieren von Schwangerschafts-Yoga erteilt wurde.

Generell sind deine eigenen körperlichen Grenzen zu respektieren. Die Verantwortung für deine Gesundheit liegt bei dir. Allfällige Veränderungen deines Gesundheitszustandes, körperliche und psychische Einschränkungen sowie Risiken sind der lehrenden Person jeweils vor dem Unterricht mitzuteilen.

Wertgegenstände können im Unterrichtsraum deponiert werden. Für verlorene oder gestohlene Wertgegenstände wird keine Haftung übernommen.

Ich bestätige die oben erwähnten Hinweise gelesen und akzeptiert, die Fragen wahrheitsgetreu beantwortet zu haben und verzichte auf jegliche Haftungsansprüche im Schadensfall.

Diese Angaben werden selbstverständlich vertraulich behandelt.

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift

*Wohlfühlentlast (Name, Tel.?)*