

Name und Vorname:

Alter:

Wie wurdest du auf den Kurs aufmerksam?

- Arzt /-in
- mündliche Empfehlung
- Internet
- andere:.....

Wie schätzt du deinen allgemeinen Gesundheitszustand ein



Leidest du unter:

- Atemwegserkrankungen
- Bluthochdruck
- Becken-/Rückenschmerzen (Region?).....
- Schultern-/Nackenbeschwerden (Region?)
- Hüfte-, Knie- /Fussgelenksbeschwerden
- Skoliose
- Handgelenksbeschwerden
- sonstige Beschwerden am Bewegungsapparat
- Beschwerden mit Narben (Dammschnitt/-riss /Kaiserschnitt)
Falls ja, inwiefern.....
- Inkontinenz
- Organsenkung
- gibt es sonst etwas zu deinem Gesundheitszustand, das du mir mitteilen möchtest?

Treibst du regelmässig Sport? Falls ja welche Sportart und wie oft pro Woche?

Bist du bereits vor diesem Kurs mit Yoga in Kontakt gekommen?

Falls du Kinder hast, warst du in einem Rückbildungskurs? > JA / NEIN

- natürliche Geburt im Jahr/e
- Kaiserschnitt im Jahr/e

Musstest du dich Operationen unterziehen? Falls ja, welchen und in welchem Jahr?

Bemerkungen oder was ich sonst noch wissen sollte:

Erwartungen:

Herzlichen Dank für das Ausfüllen dieses Fragebogens. Bitte vor Kursbeginn an mich zurückmailen. **Die Angaben werden selbstverständlich vertraulich behandelt.**