

Medische informatie

Aan de hand van onderstaande vragen wordt bekeken of er zonder gezondheidsrisico kan worden gestart met bewegen. Ook blessures of beperkingen dient u aan te geven, zodat het programma hierop afgestemd kan worden. Wij vragen u dan ook deze vragen zo waarheidsgetrouw mogelijk in te vullen.

Naam:

Adres:

Postcode/woonplaats:

Telefoon:

Geboortedatum:

Reden/aanleiding voor aanvraag coaching:

Sportbeoefening:

Welke sport beoefent u?

Sinds hoeveel jaar beoefent u deze sport?

Hoeveel uur per week besteedt u aan sport/bewegen?

Wat is het doel van uw huidige en toekomstige training?

Waaruit bestaan uw dagelijkse werkzaamheden?

Medische voorgeschiedenis:

Bent u wel eens door een medisch specialist behandeld? J / N

Zo ja, voor wat.....

Heeft u op dit moment klachten wat betreft de gezondheid of blessures waardoor u gehinderd wordt bij het sporten? J / N

Toelichting: _____

Bent u op dit moment onder behandeling van huisarts, fysiotherapeut of specialist? J / N

Toelichting: _____

Bent u de laatste 4 weken verkouden of ziek geweest? J / N

Medicatie en voeding:

Gebruikt u medicatie? J / N

Zo ja, wat.....

Gebruikt u vitaminepreparaten of voedingssupplementen? J / N

Zo ja, wat.....

Volgt u een speciaal dieet? J / N

Toelichting: _____

Rookt u? J / N

zo ja: wat en hoeveel rookt u _____

Gebruikt u wel eens alcohol? J / N

zo ja: hoeveel alcoholische consumpties gebruikt u per week? _____

Gezondheidsklachten:

Heeft u ooit last gehad van pijn, druk, of benauwdheid op de borst tijdens inspanning? J / N

Heeft u ooit hartkloppingen of hartritmestoornissen gehad? J / N

Bent u ooit flauwgevallen tijdens of na inspanning? J / N

Heeft u ooit een verhoogde bloeddruk gehad? J / N

Is bij u ooit een verhoogd cholesterolgehalte gemeten? J / N

Heeft u klachten van luchtwegen en/of longen?

Toelichting.....

Is bij u ooit de diagnose astma of bronchitis gesteld? J / N

Heeft u last van hoofdpijn? J / N

Heeft u klachten aan spieren, pezen en/of gewrichten? J / N

Nek / Schouders / Ellebogen/ Polsen / Heupen / Knieën / Enkels / Voeten / Rug

Heeft u nog iets op te merken ten aanzien van jouw gezondheid of jouw sportactiviteiten wat voor de trainingen van belang zou kunnen zijn?

- **Dit formulier dient u te overhandigen aan de trainer tijdens de eerste afspraak .**
- *Deze gegevens worden bewaard volgens art 4 van de Bondhealth overeenkomst.*

Plaats:

Datum:

Handtekening: