

Anamnesebogen

Vorname, Name: _____

Geburtsdatum: _____ Beruf: _____

Körpergröße: _____ Körpergewicht: _____

Raucher: ja / nein / gelegentlich

Blutdruck: hoch niedrig normal

Ruhepuls _____

BMI (Body Mass Index):

Körpergewicht / Größe in m x Größe in m

< 18,5 Untergewicht

18,5-25 Normalgewicht

25-30 Übergewicht

> 30 Adipositas

= _____

Welche Sportarten üben Sie aus?

Wie oft treiben Sie bisher Sport pro Woche (eine Trainingseinheit = 60min)?

Nie 1x 2-3x 4-5x 6-7x

Wie beurteilen Sie Ihre momentane Fitness?

sehr gut gut okay ausreichend mangelhaft

Wie oft trinken Sie Alkohol pro Woche (0,2l Wein = eine Einheit)?

Nie 1-3 Einh. 4-6 Einh. 7-9 Einh. 9-12 Einh. mehr

Leiden Sie unter Stress (1 = kein Stress/ 6 = sehr viel Stress)?

1 2 3 4 5 6

Wie beurteilen Sie Ihre Ernährungsweise (1 = sehr gesund/ 6 = sehr ungesund)?

1 2 3 4 5 6

Leiden Sie unter einer Erkrankung?

Allgemeine Situation _____

Herz-Kreislaufsystem _____

Bewegungsapparat _____

Stoffwechselsystem _____

Atemwegssystem _____

Weiteres _____

Welche Körperpartien möchten Sie besonders trainieren, welche persönlichen Ziele verfolgen Sie mit dem Fit mit Hund® Training?

Arme Brust/Rücken Bauch/Rücken Beine/Po

HerzKreislauf/Ausdauer Gewichtsreduktion

Weiteres _____

Ihr Hund

Name: _____

Geburtsdatum: _____ Rasse: _____

Größe: _____ Körpergewicht: _____

Wie oft gehen Sie täglich mit Ihrem Hund raus? _____

Wie lange gehen Sie die große Runde am Tag? _____

Wie beschäftigen Sie Ihren Hund beim Spazieren gehen?

Spielen mit Artgenossen Ball-/Suchspiele Weiteres: _____

Fahren Sie Fahrrad mit Ihrem Hund? Ja Nein Dauer _____

Welches Hundetraining oder welche Hundesportart üben Sie aus?

Wie oft treiben Sie diesen Hundesport/das Hundetraining pro Woche?

1x 2-3x 4-5x 6-7x

Wie beurteilen Sie die momentane Fitness Ihres Hundes?

sehr gut gut okay ausreichend mangelhaft

Leidet Ihr Hund unter Stress (1 = kein Stress/ 6 = sehr viel Stress)?

1 2 3 4 5 6

Wie beurteilen Sie die Ernährungsweise von Ihrem Hund? (1 = sehr gesund/ 6 = sehr ungesund)?

1 2 3 4 5 6

Was füttern Sie?

Trockenfutter hochwertiges Trockenfutter frische Nahrung

Was an frischer Nahrung füttern Sie?

Fleisch Fisch Gemüse Obst Knochen Öl/Fett

Nahrungsergänzungsmittel: _____

Weiteres: _____

Leidet Ihr Hund unter einer Erkrankung?

Allgemeine Situation _____

Herz-Kreislaufsystem _____

Bewegungsapparat _____

Stoffwechselsystem _____

Atemwegssystem _____

Weiteres _____

Was möchten Sie für Ihren Hund besonders trainieren? Welche Ziele verfolgen Sie mit dem Fit mit Hund® Training?

Muskelaufbau zum Schutz der Gelenke	ja	nein
Gewichtsreduktion	ja	nein
Teamarbeit/Kommunikation verbessern	ja	nein
Ausdauerleistung steigern	ja	nein
Leistungssteigerung für meinen Hundesport	ja	nein
Neue Ideen für das eigene Training	ja	nein

Weiteres _____

Mit meiner Unterschrift bestätige ich, dass ich die Fragen wahrheitsgemäß beantwortet habe. Weiterhin verpflichte ich mich, Veränderungen bezüglich meines Gesundheitszustands und des Gesundheitszustandes meines Hundes/meiner Hunde unaufgefordert bekannt zu geben. Mein Hund ist ausreichend geimpft und versichert. Die Teilnahme am Training erfolgt auf eigenes Risiko.

Der Fit mit Hund® Trainer verpflichtet sich, über die gemachten Angaben Stillschweigen zu bewahren und sie für Dritte unzugänglich aufzubewahren.

Datum, Unterschrift Teilnehmer

Datum, Unterschrift Fit mit Hund® Trainer