



DANZA
dell'orso d'oro

Questionario sulla salute PAR-Q (Questionario sulla prontezza fisica) e note (Italiano)

Questo questionario dovrebbe aiutarla a scoprire se è necessario consultare un medico prima dell'attività fisica o sportiva. Se ha più di 35 anni e meno di 60 anni è consigliabile sottoporsi ad un controllo medico sportivo. Se invece ha più di 60 anni un controllo è fortemente consigliato prima di iniziare. Risponda alle seguenti domande in maniera più precisa possibile, in modo da fornirci al meglio conoscenze e convinzioni.

Nome:
Indirizzo:
Data di nascita:
Contatto in caso di emergenza:

Ha sofferto o soffre ancora di una delle seguenti patologie? (Si prega di segnare o si o no, in caso affermativo viene richiesta una descrizione)

Diabete	si / no
Dolore toracico dovuto ad uno sforzo fisico	si / no
Epilessia	si / no
Capogiri o svenimenti	si / no
Problemi muscolari, alle articolazioni o alle ossa	si / no
Asma o altri problemi legati alla respirazione	si / no
Erlittene Verletzungen oder Krankheiten	si / no
Allergie	si / no
Assume farmaci?	si / no
Un membro della sua famiglia ha mai sofferto di problemi cardiaci?	si / no
Negli ultimi 6 mesi è stato ricoverato in ospedale?	si / no
C'è un qualche motivo non menzionato sopra per cui un qualche tipo di attività fisica potrebbe non essere adatto a lei?	si / no

Se ha risposto a una o più domande con si, allora dovrebbe consultare il suo medico di famiglia prima di intraprendere il corso.

Note:

A causa della natura di questo sport potrebbe provocarsi dei lividi o delle contusioni.
Lo spotting fisico (assistenza fisica e supporto) avrà luogo durante la lezione.
Durante la lezione le fotografie potranno essere scattate per scopi di social media
Se dovesse essere in ritardo per più di 5 minuti non avrà la possibilità di partecipare al corso e non potrà nemmeno recuperarlo.
Il cliente è responsabile della propria copertura assicurativa.

Con la seguente firma io confermo di aver letto in modo completo il formulario e di aver risposto alle domande con sincerità e al meglio delle mie conoscenze.

Data, Luogo

Firma