

Christelle Felix

Conseillère en santé globale (IHK)
& instructrice en marche nordique
Tel : 0176 42496848
christelle.felixderoche@gmail.com
www.christelle-felix.com

Formulaire d'inscription marche nordique

1-Renseignements sur la personne

Nom :
Prénom :
Adresse :
Tel :
Adresse e-mail :

2- Informations sur l'état de santé actuel

Avez-vous des douleurs qui vous empêcheraient de pratiquer une activité physique ?

☐ Non ☐ Oui actuellement ☐ depuis longtemps

Si oui, quel problème ?

Etes-vous enceinte ?

Avez-vous en ce moment des douleurs concernant l'appareil locomoteur ?

Articulation du pied (dr./g)	☐ non	☐ oui, actuel	☐ ancien
Genoux (dr. /g)	☐ non	☐ oui, actuel	☐ ancien
Dos (quelle région)	☐ non	☐ oui, actuel	☐ ancien
Épaules (dr. /g)	☐ non	☐ oui, actuel	☐ ancien
Coudes (dr. /g)	☐ non	☐ oui, actuel	☐ ancien

Avez-vous des douleurs qui vous empêchent de pratiquer une activité physique ?

Problèmes de respiration au repos ☐ non ☐ oui, actuel ☐ ancien

Problèmes de respiration a l'effort	☐ non	☐ oui, actuel	☐ ancien
Douleur dans la poitrine au repos	☐ non	☐ oui, actuel	☐ ancien
Douleur dans la poitrine a l'effort	☐ non	☐ oui, actuel	☐ ancien
Vertiges au repos	☐ non	☐ oui, actuel	☐ ancien
Vertiges lors ou après l'effort	☐ non	☐ oui, actuel	☐ ancien

Pratiquez-vous un sport ?

Si oui, lequel ?

A quelle fréquence ?

Durée ?

Intensité ?

Prenez-vous-en ce moment des médicaments ?

Si oui, lesquels ?

- | | |
|--|--|
| ☐ pour l'hypertension | ☐ bêta bloquant (maladie cardio-vasculaire) |
| ☐ diurétiques | ☐ médicament pour fluidifier le sang |
| ☐ pour le diabète | ☐ dysfonctionnement de la thyroïde |
| ☐ autres | |

Autres maladies connues :

Je déclare par la présente que j'ai fourni toutes les informations véridiques. En cas de plaintes ou de maladies, je vous assure que j'ai l'autorisation de mon médecin traitant de pratiquer un sport. J'informerais immédiatement si nécessaire, mon instructrice madame Christelle Felix de tout changements aux informations ci-dessus.

Ville, Date _____

Signature _____

