

# Questionnaire relatif aux prestations de coach sportif

Gérard Ducrocq

La pratique sportive bien ciblée peut satisfaire de nombreux objectifs

Afin de cerner au mieux vos objectifs et votre volonté, un programme précis sera établi selon, l'intensité et le nombre de séances.

Veillez répondre à ce petit questionnaire :

Souffrez-vous de maladie ? oui/non

Avez-vous subi une intervention chirurgicale ? oui/non

Si oui de quel ordre :.....

Taille :..... Poids :..... tour de taille :.....

Test d'effort :

Rythme cardiaque : Au repos :..... Après effort :..... Après 1min de repos.....

Test de : Souplesse :.....cm, Equilibre :...../30', force de jambe :...../10'

Gainage :..... Abdo :...../30'

Il est conseillé à M..... ;.....séances

Soit :..... séances / semaines. Ces séances seront prévues, préciser les jours et l'heure :

.....

Précisez vos objectifs ou vos remarques :

.....  
.....  
.....

Signature du bénéficiaire :

Signature du prestataire :