

# Balanceflows

Sabine Löffelmann



## GESUNDHEITSBOGEN

Name: \_\_\_\_\_

Hast Du ein Herzproblem oder Schmerzen in der Brust im Alltag oder bei körperlicher Anstrengung?

Ja

Nein

Ist dir manchmal schwindelig oder hast du plötzlich Bewusstseinsausfälle?

Ja

Nein

Hast du ein Problem mit dem Bewegungsapparat, das durch körperliche Aktivität verschlimmert werden könnte (z.B. Rücken, Knie, Schulter)?

Ja

Nein

Nimmst du Medikamente gegen hohen Blutdruck oder andere Gefäß- und/oder Herzprobleme?

Ja

Nein

Hattest du vor weniger als 6 Monaten eine Geburt?

Ja

Nein

Gibt es einen anderen Grund, warum du kein körperliches Training absolvieren solltest?

Ja

Nein