

Fit-Check Valutativo Online

Data:

Nome/Cognome:

Indirizzo (via, cap, città, provincia):

Età:

Email:

Peso:

Altezza:

Attività lavorativa (sedentaria, attiva, ecc...):

Attività sportive praticate in passato:

Attualmente e nell'ultimo anno come ti sei allenato:

Hai acquistato qualche corso del Coach Miletto, se si quali?

Se ti alleni in casa quali attrezzi hai:

Obiettivo, cosa vorresti ottenere con questo percorso di Coaching:

Quanti giorni ti potresti allenare e per quanti minuti:

Eventuali Infortuni da tenere in considerazione:

In passato sei già stato seguito da Trainer? Come ti sei trovato o eventualmente dove ha sbagliato?

Tablette peso/Circonfereuze da compilare da cartella condivisa e inviare feedback quando completata

Scattare 3 Foto (frontale, laterale, posteriore) per valutazione corporea e inviare feedback quando completata