회원 상담 일지

CONSULTATION

기본 회원 정보

이름 | 생년월일 YYYY. MM. DD. | 성별 남 / 여

직업 | 핸드폰 번호

유입 경로

※ 중복으로 체크 가능합니다

☐ 네이버 블로그 ☐ 네이버 지도 ☐ 페이스북 ☐ 인스타그램

☐ 전단지 ☐ 외부간판 ☐ 홈페이지 ☐ 지인 소개 및 추천

운동 경력

Q : 운동을 해 보신 경험이 있으신가요? (운동 종류 / 기간)

( )

운동 목적

※ 중복으로 체크 가능합니다

☐ 체중감량 ☐ 체중증가 ☐ 근육증가 ☐ 체형교정

☐ 통증개선 ☐ 운동능력 향상

과거병력 및 질환

※ 중복으로 체크 가능하며, 해당 사항이 없을 경우 체크할 필요 없습니다

☐ 최근에 수술한 이력이 있음 ☐ 고혈압 ☐ 저혈압 ☐ 당뇨

☐ 허리나 무릎 부상 ☐ 심근경색 ☐ 폐질환 ☐ 천식

☐ 관절염 ☐ 골절 ☐ 기타 ( )

운동성격의 형태

※ 중복으로 체크 가능합니다

☐ 운동에 지루함을 쉽게 느낀다 ☐ 운동은 꾸준히 하나, 식사 조절이 안된다

☐ 매우 활동적인 운동이 좋다 ☐ 차분하게 운동하는 것이 좋다

☐ 힘들어야 운동을 한 것 같다 ☐ 너무 힘든 것 보다는 적당한 강도가 좋다

상담 강사 :

상담 날짜 및 시간 :

상담 시, 중요 내용

PT 선호 요일 / 시간

☐ 월요일 ☐ 화요일

☐ 수요일 ☐ 목요일

☐ 금요일 ☐ 토요일

☐ 일요일 ☐ 상관없음

☐ 오전 ☐ 점심 ☐ 오후

선호하는 시간대 ( )

회원 특별 요청 사항