

Hans-Meier-Str. 16 | 86916 Kaufering

Tel. 0176 10211827

E-Mail: info@personalfit-rk.de

Web: www.personalfit-rk.de



FRAGEBOGEN EMA-Training/Therapie

- EMS/EMA-Training ist ein Ganzkörpertraining mit mittelfrequenterm Reizstrom. Es werden alle Muskeln gleichzeitig in einem 15-minütigen Training angesprochen.
- Bitte trinken Sie vor jedem Training ca. 0,5-1 Liter Wasser um die optimale Wirkung zu erreichen.
- Für die EMA-Anwendung benötigen Sie einen Baumwoll-Unterziehanzug welchen Sie bei uns leihen oder erwerben können. Der Anzug soll immer blank auf der Haut getragen werden.
- Bitte erscheinen Sie immer pünktlich zur Anwendung. Termine, welche nicht 24 Stunden vor Trainingsbeginn abgesagt werden, werden in Rechnung gestellt.

Meine Schwerpunkte sind:

- Muskelaufbau Fettverbrennung Figuroptimierung/Definition Beckenbodentraining
 Sport Reha Rückentraining - LWS BWS HWS

Leiden Sie unter Verspannungen? JA NEIN

Hatten Sie Verletzungen oder OPs die Sie derzeit einschränken? JA NEIN

Wenn ja, welche? _____

Welche Sportaktivitäten betreiben Sie? _____

Formulieren Sie ihre sportlichen Ziele! _____

Aktuelle Erkrankungen/Medikamente: _____

In folgenden Fällen ist das EMA-Training nicht gestattet:

- akute/fiebrige Infekte oder allgemeines Krankheitsgefühl
- bei bestehender Schwangerschaft
- Herzschrittmacher, Impulsgeber, Herzrhythmusstörung

 **Hiermit bestätige ich, oben stehenden Text gelesen und verstanden zu haben und alle Angaben wahrheitsgemäß gemacht habe. Die EMS-Anwendungen erfolgen auf eigenes Risiko.**

Datum

Name leserlich

Unterschrift

Telefonnummer