# Anamnese

Nome:_____

Data de nascimento:_____/_____/_____.  _____ anos.

Peso:_____. Altura:_____.  Turma: _____

Objetivo do treinamento:

(  )Emagrecimento  (  )Hipertrofia  (  ) Condicionamento Físico

(  ) Outros. Quais_____

1. Você já praticou exercício físico antes? Se sim quanto tempo praticou e o que praticou?

R:_____

2. Quanto tempo está sem fazer exercícios?

R:_____

3. É fumante  (  ) Sim  (  ) Não
4. Tem colesterol elevado?  (  ) sim  (  ) Não

5. Tem diabetes  (  ) sim  (  ) Não
6. Sente dores nas costas ou articulações  (  ) sim  (  ) não

Se sim, onde?_____

7. Possui alguma disfunção ortopédica na coluna?  (  ) Sim  (  ) Não

Qual?_____

8. Apresenta alguma patologia?  (  ) sim  (  ) não

Qual? _____

9. Apresenta alguma limitação de movimentos? Se sim, explique

R:_____

10. Passou por alguma cirurgia? Qual?

R:_____

11. Faz uso de remédios controlados ou suplementos termogênicos?

R:_____