

Kwestionariusz zgłoszeniowy na obóz sportowy dla dorosłych organizowany przez Trenera Marcina Tomczyka.

Dane osobowe:

1. Imię i nazwisko:
2. Data urodzenia:
3. Płeć:
4. Adres e-mail:
5. Numer telefonu:

Dane dotyczące zdrowia:

6. Czy chorujesz na jakieś przewlekłe choroby? Jeśli tak, proszę podać szczegóły:

7. Czy bierzesz regularnie jakieś leki? Jeśli tak, proszę podać nazwy i dawkowanie:

8. Czy masz jakieś alergie? Jeśli tak, proszę podać szczegóły:

9. Czy miałeś(-aś) w ostatnim czasie kontuzje sportowe? Jeśli tak, proszę podać szczegóły:

Doświadczenie sportowe:

10. Jakie dyscypliny sportowe uprawiasz regularnie?

11. Jak często trenujesz w tygodniu?

12. Czy uczestniczyłeś(-aś) wcześniej w obozach sportowych? Jeśli tak, proszę podać szczegóły:

Cele i oczekiwania:

13. Jakie są Twoje cele sportowo-rekreacyjne na ten obóz? (np. poprawa kondycji, nauka nowej dyscypliny, odpoczynek psychiczny)

14. Jakie zajęcia sportowe szczególnie Cię interesują?

15. Czy masz jakieś specjalne oczekiwania od trenerów lub programu treningowego?

Dodatkowe informacje:

16. Czy masz jakieś preferencje żywieniowe lub ograniczenia dietetyczne? (np. wegetarianizm, bezglutenowa dieta)

17. Czy masz jakieś pytania lub uwagi dotyczące obozu sportowego?

Prosimy o wypełnienie kwestionariusza i przesłanie go na adres e-mail: obozy@marcintomczyk.pl najpóźniej do jednego dnia przed przybyciem na obóz.

Dziękuję za zgłoszenie i do zobaczenia na obozie!

Marcin