Анкета клиента
перед тренировками

Для организационной беседы перед началом занятий

Заполни своими словами. Тренер обсудит ответы и согласует ближайшие действия. Образец предназначен для взрослого клиента.

Это не медицинский опросник, не допуск к нагрузке и не согласие на обработку персональных данных. Не записывай здесь диагнозы и медицинские документы. Сайт не принимает заполненные анкеты; храни ответы с ограниченным доступом.

Знакомство и связь

Дата беседы и имя клиента

Один удобный канал связи и время для организационных сообщений

Цель и ожидания

Что хочется изменить с помощью тренировок и почему это важно сейчас?

По каким признакам ты поймёшь, что работа помогает?

Предыдущий опыт

Как занимался раньше? Что нравилось и что мешало продолжать?

Условия занятий

В какие дни и часы реально удобно заниматься?

Где будут занятия и какое оборудование доступно?

Какие организационные обстоятельства нужно учесть?

Объяснения и обратная связь

Как удобнее получать объяснения и задавать вопросы?

Какую обратную связь ты ждёшь от тренера?

Резюме тренера после разговора

Заполняется после обсуждения с клиентом. Запиши конкретные договорённости.

Согласованная рабочая цель и ближайший ориентир

Подтверждённый график и формат занятий

Канал связи и рабочее время ответа

Что отслеживаем и как клиент сообщает о выполнении

Ближайшее действие и кто его выполняет

Дата следующего обсуждения и дата обновления договорённостей
