



Datenblatt zur Durchführung eines Spiroergometrie-Testes

Persönliche Daten

Name	
Vorname	
Straße, Hausnummer	
PLZ, Wohnort	

Bevorzugte Sportart

<input type="checkbox"/> Laufen	<input type="checkbox"/> Radfahren
<input type="checkbox"/> andere Sportart	

Welchen Test möchten Sie durchführen?

<input type="checkbox"/> Laufbandtest Dauer ca. 90 Minuten
<input type="checkbox"/> Fettstoffwechseltest Dauer ca. 60 Minuten (keine Ausbelastung)
<input type="checkbox"/> Ergometertest Dauer ca. 90 Minuten
<input type="checkbox"/> Grund- / Ruheumsatzmessung Dauer ca. 45 Minuten

Wie beurteilen Sie Ihren Fitnesszustand?

<input type="checkbox"/> Schlecht	<input type="checkbox"/> Normal	<input type="checkbox"/> Gut	<input type="checkbox"/> Excellent
-----------------------------------	---------------------------------	------------------------------	------------------------------------

Welchen Trainingszweck verfolgen Sie?

<input type="checkbox"/> Gesunder Lebensstil	<input type="checkbox"/> Fettverbrennung	<input type="checkbox"/> Leistungssteigerung
<input type="checkbox"/> Wettkampfvorbereitung, Volkslauf (10-20 km)	<input type="checkbox"/> Wettkampfvorbereitung Marathon	

Wie viele Stunden pro Woche trainieren Sie zurzeit?

<input type="checkbox"/> < 1 Stunde	<input type="checkbox"/> > 1 Stunde	<input type="checkbox"/> 2-3 Stunden	<input type="checkbox"/> > 3 Stunden
-------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------	--------------------------------------

Bitte geben Sie Ihren Wunschtermin zur Testdurchführung an:

--

Der Teilnehmer wurde über den Datenschutz aufgeklärt.