



Anamnesebogen MamaWorkout mit Babybauch

Alle Angaben dienen ausschließlich der adäquaten, gesundheitsorientierten Trainingsbetreuung und werden absolut vertraulich behandelt.

Name, Vorname:

Geburtsdatum:

Errechneter Geburtstermin:

Wie viele Schwangerschaften hatten Sie bereits? Bitte nennen Sie zu den Schwangerschaften:

- das jeweilige Geburtsdatum (oder Abbruch nach SSW)
- ob es eine Spontangeburt oder ein Kaiserschnitt war
- und ob es bei der Spontangeburt medizinische Interventionen gab (z.B. Dammschnitt, Saugglocke, Kristeller-Handgriff)

Haben Sie *vor* der aktuellen Schwangerschaft Sport getrieben? Wenn ja, welchen Sport?

Treiben Sie derzeit Sport? Wenn ja, welchen Sport?

Haben Sie nach der letzten Schwangerschaft ein regelmäßiges Rückbildungsprogramm absolviert?

Bitte nennen Sie hier eventuelle chronische Erkrankungen oder regelmäßige Beschwerden, die Sie vor der Schwangerschaft schon hatten:



Haben Sie Probleme im Bereich der Wirbelsäule? ja nein

Wo genau? _____

Haben Sie Probleme im Beckenbereich (Symphyse/ ISG)? ja nein

Welche genau? _____

Haben Sie Beckenboden-Probleme? ja nein

Welche genau? _____

Haben Sie Probleme beim Toilettengang? ja nein

Welche genau? _____

Haben Sie Beschwerden bei der Atmung? ja nein

Welche genau? _____

Haben Sie derzeit irgendwelche anderen körperlichen Beschwerden?

Nehmen Sie derzeit Medikamente? Falls ja, um welche Art handelt es sich?