



Cognome

Nome

Luogo di Nascita

Data di Nascita



Residenza (via o piazza e numero civico)

Località

Indirizzo e-mail dove ricevere le comunicazioni

Taglia Maglia

Battiti a riposo

Altezza

Peso  
attuale

Peso desiderato

 cm kg

Quante  
volte a  
settimana

Fumatore  
(si/no)?

Da quando tempo cammini

Quanti km mediamente

 km

Hai iniziato a camminare per quale motivo ? (emozionale, medico, estetico, umorale, sfida, etc)

Breve Anamnesi personale

Infortunati importanti ossei ed articolari (anno infortunio e conseguenze ad oggi)

Stato di FORMA attuale: eccellente - ottima - buona - sufficiente - appena suff. - insufficiente - scarsa - nulla

GREEN PASS

NE SONO IN POSSESSO

SI

NO

Vorrei partecipare al  
CORSO A

(possibile cambiare durante il  
Corso)

  
  

*I Livello- Totalmente Principiante (da zero al  
movimento!)*

*II Livello - Per Walkers Occasionali (cammino raramente, senza metodo)*

*III Livello - Per Walkers Continuativi (cerco un allenamento costante e  
voglio avvicinarmi al Fit-Walking)*

Come sei venuta/o a conoscenza del Corso (amica, internet, facebook, etc)

Dichiaro di partecipare al corso di Camminata 2021-2022 in modalità ludico-motoria (come da Legge Regionale in Materia) e di non essere affetto da problematiche di salute particolare che mi impediscano la partecipazione manlevando gli organizzatori, e di manlevare gli organizzatori da mie imprudenze o danni arrecati.

**Dichiaro poi di ascoltare il mio fisico se in affanno fermandomi**

**immediatamente.**

Data:

Firma  
obbligatoria