

NOYURI FITNESS カウンセリングシート

		記入日	2023年6月20日
ふりがな		生年月日	年 月 日
お名前		年齢	歳
身長・体重	cm kg	性別(任意)	
体脂肪率	%	BMI (体重kg÷身長m÷身長m)	
既往歴 (内容・時期)			
趣味		特技	
飲酒 お酒の種類	有・無 週 回	その他嗜好品	
食事の頻度 (1日何食・時間)		睡眠時間	
運動習慣 (内容・頻度)			
トレーニング目的 (下記に○もしくは記入)			
・筋力向上 ・ダイエット ・体力作り ・ボディメイク ・健康維持 ・機能改善(部位は下に記入) ・リハビリ ・リフレッシュ			
目標・希望・やりたい事など自由にご記入お願いいたします			