Fiche de renseignement

Nom et Prénom :

Adresse :

Date de naissance :

Taille et poids (informations nécessaires pour la combinaison néoprène) :

Avez-vous déjà pratiqué le yoga?

 Oui, ponctuellement

 Oui, régulièrement

 Non

Savez-vous nager ?

 Oui

 Non

Etes-vous plutôt à l’aise dans l’eau ?

 Oui

 Non

Pratiquez-vous des douches ou bains froids régulièrement?

 Oui

 Non

Avez-vous déjà pratiquez la méthode Wim Hof?

 Oui de temps en temps

 Oui régulièrement

 Non, mais je connais

 Non, et je n'en ai jamais entendu parlé

Avez-vous des problèmes cardiaques ?

Avez-vous des problèmes de tension artérielle ?

Avez-vous des intolérances ou allergies alimentaires ? Si oui, lesquelles ?

Avez-vous d'autres problèmes de santé que ceux cités ci-dessus ?

Commentaires :