

# Faisons connaissance

Bonjour, ici l'équipe CrossFit Samarobriva, enchantés ! 😊

Plus vos réponses seront précises ci-dessous et plus nous pourrons l'être dans l'élaboration de votre accompagnement. 😊

Merci de ne pas banaliser cette étape très importante dans l'atteinte de vos objectifs !

Nous avons à cœur de connaître nos membres pour les prendre correctement en charge.

## A VOIR ABSOLUMENT

Comment bien choisir sa salle de sport ?



Avez-vous vu la vidéo ci-dessus entièrement? (il est impératif de le faire avant notre RDV) \*

OUI

Non

Prénom et NOM \*

Gregory gobert

e-mail \*

Ula-80@hotmail.fr

n° Portable \*

0698450396

Date de naissance \*

JJ MM YYYY

28 / 02 / 1996

Votre emploi est-il ? \*

Physique

Sédentaire

Autre : .....

Habitez-vous ou travaillez-vous à proximité du club ? \*

- Oui
- Non

Comment nous avez-vous connu ? \*

- Bouche-à-oreille
- Parrainage
- Flyer
- Urnes / Jeux
- Site internet
- email
- Facebook
- Autre : .....

Avez-vous déjà fréquenté un club de remise en forme? \*

- Oui
- Non

Si oui, comment s'est passé l'expérience dans ce Club ?

.....



### 1) MES BESOINS / MES ENVIES

Avez-vous des problèmes de santé particuliers ? \*

Non

---

Comment est votre condition physique ? \*

- Très mauvaise
- Mauvaise
- Moyenne
- Excellente

Cette condition physique vous convient-elle ? \*

- Oui
- Non

Depuis combien de temps êtes-vous dans cette situation ? \*

Toujours

Comment vous entraînez-vous actuellement ? \*

Je ne m entraîne pas

Où vous entraînez-vous ? \*

Nul part



Quels sont vos objectifs ? (plusieurs réponses possibles) \*

- Perdre de la masse grasse
- Me tonifier / Me raffermir / Me sculpter
- Prendre du muscle
- Gérer ou diminuer mon stress
- Soulager mon dos
- Augmenter mon énergie
- Me sentir mieux dans mon corps
- Améliorer ma condition physique
- Améliorer ma confiance en moi
- Autre : .....

Parmi ces résultats recherchés quelle est votre priorité n°1 ? \*

Prendre du muscle

Depuis combien de temps y pensez-vous ? \*

2 ans

De quoi avez-vous besoin pour atteindre les résultats que vous souhaitez ? (plusieurs réponses possibles) \*

- De motivation
- D'accompagnement
- De temps
- D'un Coach
- De passer à l'action
- Autre : .....

Qu'est-ce que cela vous apportera d'atteindre les résultats que vous souhaitez ? \*

Satisfaction

Que devez-vous faire maintenant pour atteindre vos objectifs ? \*

Me lancer

Quel est l'obstacle majeur qui vous empêche d'atteindre votre objectif ? \*

Aucun

A combien estimez-vous votre niveau de motivation pour démarrer notre méthode de coaching ? \*

bas      1      2      3      4      5      6      7      8      9      10      haut

                               

Si vous n'obtenez pas les résultats que vous souhaitez, quelles seront les conséquences ? \*

Aucune

Comment est votre plan alimentaire actuellement ? \*

- Mauvais
- Moyen
- Excellent

A quoi le ressentez-vous ? \*

Prise de poids

Mauvaise récupération

Mal de dos

Stress

Manque d'énergie

Sommeil

Perte de poids

Irritabilité

Frustration

Autre : .....

Qu'est-ce qui vous donne de l'énergie ? \*

La motivation .....

De quelles mauvaises habitudes devez-vous vous débarrasser ? \*

Fumer .....

Savez-vous que nous avons accompagné + de 2000 personnes à ce jour ? \*

OUI

NON

2) MES DISPONIBILITES

Combien de fois êtes-vous sûr(e) de venir au club ? \*

5 et +

Combien d'opportunités avez-vous dans votre emploi du temps ?

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Matin	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>				
Midi	<input type="checkbox"/>					
Après-midi	<input type="checkbox"/>					
Soir	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				

### 3) MES MOTIVATIONS

Qu'est-ce qui vous motive à vous inscrire dans un club de remise en forme ? \*

Le resultat

Qui vous encourage dans cette démarche ? \*

Moi meme

Quelle est la prochaine étape pour vous ? \*

De commencer a m entraîner

Qu'avez-vous besoin de savoir pour être sûr(e) que nous pouvons vous aider ? \*

D un coach

Êtes-vous convaincu(e) que notre approche peut fonctionner pour vous ? \*

Oui

Avez-vous besoin de l'avis de votre conjoint(e)/entourage pour vous prendre en main ? \*

OUI (dans ce cas soyez certain(e) d'en avoir discuté ensemble)

NON

Autre : .....

Quand souhaitez-vous démarrer ? \*

Demain

Semaine prochaine

Autre : .....

## L'équipe CrossFit Samarobriva



Ce contenu n'est ni rédigé, ni cautionné par Google.

Google Forms