



Rieta Nellen
De Pirken 51
3831 PH LEUSDEN
Telefoon: 033-494 86 83 / 06-42886972
www.vitalitynow.nl

KLANTPROFIEL

Wat is uw doel?:

Voornaam: Naam:

Adres:

Postcode: Woonplaats:

Telefoon: Beste tijd om te bellen:

E-mail: Beroep:

Type eter:

Ontbijt bestaat uit:

Ochtend tussendoortje:

Lunch (of middageten):

Middag tussendoortje:

Avondeten (uitgebalanceerde warme maaltijd):

Hoe vaak scheidt u op?: Avond "snack":

Koffie (aantal koppen): Thee (aantal koppen): Melk (aantal bekertjes):

Suiker (lepeltjes/klontjes): (Fris)dranken: Aantal glazen water:

Alcohol: Roken: Ja / Nee Hoeveel: per dag

Gezondheidsproblemen: Nee / Ja, n.l.:

Welke medicatie?:

Darmklachten: Ja / Nee Hormoonbehandelingen?: Ja / Nee Overgang?: Ja / Nee

Hoeveel stuks fruit eet u per dag? Sport U?:

Op welk tijdstip heeft u het meeste honger?:

Op welke tijdstip van de dag voelt u zich bijzonder moe? (een grote dip):

Stoelgang goed? Ja / Nee Dagelijks? Ja / Nee

Eerder een dieet gevolgd? Nee / Ja, n.l.:

Werkte dat? Ja Ten dele Nee, omdat:

Opmerking:

Huidige gewicht:kg Streefgewicht:kg Lengte: meter

Huidige kledingmaat: Streef kledingmaat: Vet %: (d.m.v. vetmeter)

BMI:(d.m.v. vetmeter)

Op welke datum zou willen beginnen?-.....-.....