



# SCHEDA di ANAMNESI

(Come compilare la scheda: inserire un commento scritto nei campi vuoti, spuntare i campi pre-compilati)

Data Odierna

## ANAGRAFICA

Nome

Cognome

Data di nascita

Codice Fiscale

Indirizzo, Città, CAP

Telefono

E-mail

## CIRCONFERENZE

Circonferenza Collo (cm)

Circonferenza Torace (cm)

Circonferenza Braccio (cm)

Circonferenza Polso (cm)

Circonferenza Vita (cm)

Circonferenza Fianchi (cm)

Circonferenza Coscia (cm)

Circonferenza Caviglia (cm)

Circonferenza Polpaccio (cm)

## ANAMNESI MORFOLOGICA

Peso (kg)

Altezza totale (cm)

## ANAMNESI GENERALE

Lavoro:

Molto faticoso

Faticoso

Poco faticoso

Stile di vita:

Attivo

Mediamente attivo

Poco attivo

Disp. e Frequenza allenamento:

3/5 volte settimana

2/3 volte settimana

1 volta settimana

Motivazione:

Alta

Media

Bassa

Autostima:

Alta

Media

Bassa



Daniele Bertaglia Personal Trainer

Cell. 328.11.27.947

E-mail: [info@danielebertaglia.it](mailto:info@danielebertaglia.it)

Web: [www.danielebertaglia.it](http://www.danielebertaglia.it)

## **ANAMNESI SPORTIVE**

- Praticante/Livello:       Professionista       Agonista       Amatoriale       Non faccio sport
- Sport praticato:
- Quante ore/settimana:       6+ ore a settimana       3+ ore a settimana       1/2 ore a settimana
- Tempo di inattività:       Da Sempre       2+ anni       6+ mesi       Da qualche settimana

## **ANAMNESI CLINICA**

- Patologie:
- Uso di farmaci:
- Lesioni:
- Fumatore (frequenza e quantità)       Mai       Meno di 5       Da 6 a 20 o +
- Alcolici/superalcolici (quando e dove)       Mai       Solo nel weekend       Tutti i giorni

## **ANAMNESI ALIMENTARE**

N. pasti/giorno e orario. Descrivi la tua alimentazione quotidiana indicando orario, cibi, quantità:

Indica eventuali Diete attuali o passate che hai praticato:

Indicare eventuali Intolleranze alimentari o allergie:



Daniele Bertaglia Personal Trainer

Cell. 328.11.27.947

E-mail: [info@danielebertaglia.it](mailto:info@danielebertaglia.it)

Web: [www.danielebertaglia.it](http://www.danielebertaglia.it)

Come consideri il tuo metabolismo?  
Lento, veloce, medio:

Hai attacchi di fame durante la giornata o cali di improvvisi di energia?

Assumi integratori alimentari? Quali?

## **TARGET**

Obiettivo del cliente:

Giorno e orario preferenziale del coaching:

Note:



Daniele Bertaggia Personal Trainer

Cell. 328.11.27.947

E-mail: [info@danielebertaggia.it](mailto:info@danielebertaggia.it)

Web: [www.danielebertaggia.it](http://www.danielebertaggia.it)

## INFORMATIVA RESA ALL'INTERESSATO

Ai sensi dell'art. 13 del Codice della Privacy (DLgs n.196 DEL 30/06/03) il PT Daniele Bertaggia, in qualità di "titolare" del trattamento dei dati personali è tenuto a fornire alcune informazioni riguardanti l'utilizzo degli stessi. Alcuni di questi dati (anagrafica, codice fiscale o Partita IVA, estremi di documenti di identificazione, dati sanitari di qualsiasi fattispecie e/o genere) devono in ogni caso essere acquisiti dal titolare per adempiere al meglio alla attività professionale per la quale è stato da Lei contattato. I dati personali richiesti sono strettamente connessi e strumentali alla gestione dei rapporti con il cliente (ad esempio acquisizione di informazioni clinico sanitarie pre o post operatorie, condizioni alimentari, allergie, farmaci assunti o assumendi, patologie di cui la persona è o era affetta, ricoveri ospedalieri, etc..) e sono necessari ai fini di un corretto svolgimento dell'incarico da Lei assegnatomi.

### Modalità del trattamento

I dati verranno trattati principalmente con strumenti manuali, elettronici, informatici e telematici con logiche strettamente correlate alle finalità sopra indicate e verranno eventualmente memorizzati sia su supporti informatici sia su supporti cartacei sia su ogni altro tipo di supporto idoneo, nel rispetto delle misure minime di sicurezza ai sensi del Disciplinary Tecnico in materia di misure minime di sicurezza.

### Conferimento dei dati

ferma l'autonomia personale dell'interessato, il conferimento dei dati personali, sia comuni sia sensibili, può essere:

- obbligatorio in base a legge, regolamento o normativa comunitaria (ad esempio per antiriciclaggio, Casellario centrale infortuni, Motorizzazione civile)
- strettamente necessario alla conclusione di nuovi rapporti o alla gestione ed esecuzione dei rapporti giuridici in essere o alla gestione e liquidazione dei sinistri
- facoltativo

### Diffusione dei dati

I dati personali non sono soggetti a diffusione

### Diritti dell'interessato

In relazione al trattamento di dati personali l'interessato ha diritto, ai sensi dell'art.7 (Diritto di accesso ai dati personali ed altri diritti) del Codice della Privacy: L'interessato ha diritto di ottenere la conferma dell'esistenza o meno di dati personali che lo riguardano, anche se non ancora registrati e la loro comunicazione in forma intelligibile.

A. L'interessato ha diritto di ottenere l'indicazione:

- dell'origine dei dati personali
- delle finalità e modalità del trattamento
- della logica applicata in caso di trattamento effettuato con l'ausilio di strumenti elettronici
- degli estremi identificativi del titolare, dei responsabili e del rappresentante designato ai sensi dell'articolo 5, comma 2
- dei soggetti e delle categorie di soggetti ai quali i dati personali possono essere comunicati o che possono venire a conoscenza in qualità di rappresentante designato nel territorio dello Stato, di responsabili o incaricati.

B. L'interessato ha diritto di ottenere:

- l'aggiornamento, la rettifica ovvero, quando vi ha interesse, l'integrazione dei dati
- la cancellazione, la trasformazione in forma anonima o il blocco dei dati trattati in violazione di legge, compresi quelli di cui non è necessaria la conservazione in relazione agli scopi per i quali sono stati raccolti o successivamente trattati
- l'attestazione che le operazioni di cui ai punti 1) 2) sono state portate a conoscenza, anche per quanto riguarda il loro contenuto, di coloro ai quali i dati sono stati comunicati o diffusi, eccettuato il caso in cui tale adempimento si rivela impossibile o comporta un impiego di mezzi manifestamente sproporzionato rispetto al diritto tutelato

C. L'interessato ha diritto di opporsi in tutto o in parte:

- per motivi legittimi al trattamento dei dati personali che lo riguardano, ancorché pertinenti allo scopo della raccolta
- al trattamento di dati personali che lo riguardano ai fini di invio di materiale pubblicitario o di vendita diretta o per il compimento di ricerche di mercato o di comunicazione commerciale

### Titolare del trattamento

Daniele Bertaggia

### Responsabile del trattamento dati

Si indica come Responsabile del Trattamento Dati Personali Daniele Bertaggia. Per esercitare i diritti previsti dall'art.7 del Codice della Privacy, sopra elencati, l'interessato dovrà rivolgere richiesta scritta indirizzata a: Daniele Bertaggia: [info@danielebertaggia.it](mailto:info@danielebertaggia.it)

### DICHIARAZIONE DI CONSENSO AL TRATTAMENTO DI DATI PERSONALI COMUNI E SENSIBILI Art. 23 - Consenso

- Il trattamento di dati personali da parte di privati o di enti pubblici economici è ammesso solo con il consenso espresso dell'interessato.
- Il consenso può riguardare l'intero trattamento ovvero una o più operazioni dello stesso.
- Il consenso è validamente prestato solo se è espresso liberamente e specificamente in riferimento ad un trattamento chiaramente individuato, se è documentato per iscritto, e se sono state rese all'interessato le informazioni di cui all'articolo 13.
- Il consenso è manifestato in forma scritta quando il trattamento riguarda dati sensibili.

Dichiaro di avere preso visione dell'informativa ai sensi del Codice della Privacy di cui sopra  
Acconto al trattamento dei dati personali comuni che mi/ci riguardano, funzionale al rapporto in essere  
con il Personal Trainer Daniele Bertaggia

Si  No