

Bem vindo ao Mukti Yoga Shala!

Abaixo pedimos que você forneça algumas informações, pra que possamos te conhecer melhor, compreender o seu momento de vida e as suas intenções com o Yoga.

Quanto mais você caprichar nas respostas, mais vamos poder individualizar a sua prática. Agradecemos pelo seu tempo!

**DADOS PESSOAIS**

Nome:

Data de Nascimento:

Peso: Altura:

Tel:

E-mail:

Endereço:

Profissão:

Como soube da escola? ( ) Google ( ) Facebook ( ) Instagram ( ) Faixa

( ) Anúncio ( ) Outro \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**APROFUNDANDO...**

1. O que você busca com a prática de Yoga?

2. Já praticou Yoga antes?

( ) Não ( ) Sim - Onde, por quanto tempo e qual o tipo de Yoga?

3. Pratica algum esporte/atividade física?

( ) Não ( ) Sim - Qual? Há quanto tempo?

4. Você tem algum tipo de prática, auto-estudo, religião, meditação, busca espiritual?

( ) Não ( ) Sim - Qual?

5. Possui algum problema de saúde, alguma lesão, dor crônica?

( ) Não ( ) Sim - Qual? Faz tratamento? Tem sintomas (e se sim, quais)?

6. Se desejar, fale um pouco mais a seu respeito, seu momento de vida, ou o que mais quiser compartilhar.

7. Gostaria de se aprofundar participando da nossa comunidade para receber informações sobre Yoga, Vedanta, Alimentação Consciente, Meditação, Neurociência?

**( ) Sim!**

**( ) Não, obrigado!**

**Termo de responsabilidade:**

O Yoga, como qualquer outra atividade que envolve exercícios físicos, pode oferecer riscos.

Nesta escola não temos condições de estabelecer uma relação médico-paciente com os alunos. Nossa opinião não substitui o aconselhamento profissional, e nem uma avaliação pessoal com o seu médico.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Estou ciente (nome e assinatura)