

Apellido, Nombre











Ocupación

Estado Civil

Edad

Número de Teléfono

Correo Electrónico

	<p>¿Cómo te enteraste de nosotros?</p>																																								
	<p>¿Qué es lo que quieres lograr en Curves?</p>																																								
	<p>¿Has probado hacer dieta y/o ejercicio en el pasado? ¿Qué has intentado hacer?</p>																																								
	<p>¿Cuánto tiempo llevas pensando en perder peso?</p>																																								
	<p>¿Tienes alguna condición de salud que debamos saber?</p>																																								
	<p>Cuéntame de tus hábitos alimentarios, ¿Cuáles son tus debilidades?</p>																																								
	<p>Tú sabes que necesitas hacer ejercicio y comer adecuadamente para perder peso y mantenerte saludable, ¿Qué ha prevenido que hayas hecho esto en el pasado?</p>																																								
	<p>¿Cómo apoya tu marido/pareja/amigos/familia tu decisión de bajar peso?</p>																																								
	<p>El entrenamiento de Curves toma 30 minutos 4 veces por semana, ¿Podrías comprometerte a obtener este tiempo para ti de tu apretada agenda, de manera que puedas alcanzar tus metas?</p>																																								
	<p>Yo sé que quieres verte mejor y sentirte mejor pero REALMENTE, ¿cuáles son las razones por las que quieres bajar peso?</p> <p>1</p> <p>2</p>																																								
<p><b>METAS</b></p>	<p>¡Veamos nuestro punto de partida!</p> <table border="1" style="width: 100%;"> <thead> <tr> <th style="width: 45%;">Metas a corto plazo</th> <th style="width: 15%;">Medidas</th> <th style="width: 15%;">Meta</th> <th style="width: 25%;"></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td>Brazo</td> <td>_____</td> <td>lb/kg</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Pecho</td> <td>_____</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>Cintura</td> <td>_____</td> <td>(      )</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Abdomen</td> <td>_____</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>Cadera</td> <td>_____</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>Muslo</td> <td>_____</td> <td>cm</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Peso</td> <td>_____</td> <td>(      )</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Estatura</td> <td>_____</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>% Grasa</td> <td>_____</td> <td>(      )</td> </tr> </tbody> </table>	Metas a corto plazo	Medidas	Meta			Brazo	_____	lb/kg		Pecho	_____			Cintura	_____	(      )		Abdomen	_____			Cadera	_____			Muslo	_____	cm		Peso	_____	(      )		Estatura	_____			% Grasa	_____	(      )
Metas a corto plazo	Medidas	Meta																																							
	Brazo	_____	lb/kg																																						
	Pecho	_____																																							
	Cintura	_____	(      )																																						
	Abdomen	_____																																							
	Cadera	_____																																							
	Muslo	_____	cm																																						
	Peso	_____	(      )																																						
	Estatura	_____																																							
	% Grasa	_____	(      )																																						