

1. Cuestionario Inicial - Datos personales y preguntas

1. Datos:

- Nombre
- Tel. con pref.
- Email
- Insta / Youtube / otros
- País / Ciudad
- Profesión /Ocupación
- Peso/altura/edad kg/cm/a
- Franja horaria local /en comparación a la de Berlín
- Otros

2. Preguntas:

- A qué hora te levantas?

- Todos los días de la semana? Cuáles?

- Cuál es tu tiempo/horario fijo ocupado (niños, trabajo, cuidados, gestiones, etc)?

- Cuál es tu horario libre?

- Tienes hábitos saludables actuales (comida, Gym/deporte)?

- Sabes que son los Macros (Macronutrientes)? Y los tuyos?

- Aplicas los Macros al pie de la letra? Usas alguna aplicación?

- Cuál es tu entrono? Descríbelo. Trabajo, amigos, familia, pareja etc

- Cuáles son tus vicios actuales (bebida, tabaco, diversión)?

3. Compromiso:

- Cuál sería la mejor manera de asegurarme que vas a cumplir lo que se te pida para el cambio?

- Vas a poner el trabajo al 100%?

- Qué hacemos si tú no cumples?

4. Aportación relevante que no te haya preguntado: (opinión personal)

5. Condiciones del curso

- El curso consta en aprender desde la experiencia.
- El aprendizaje es un proceso a lo largo del tiempo
- El tiempo y la profundidad de la de formación, es elección del alumno.
Recomendación 6 meses mínimo
- El pago se realiza antes de entrar
- Si aplicas las actividades, tienes cambios positivos.
- En casos de ofertas reducidas NO hay atención personalizada
- En caso de no estar a gusto en la formación, contacte personalmente conmigo (Ursula Strasser).