

Allmenningen yoga deltakarundersøking 2026

1 Kvifor begynte du på yoga hos oss? _____

2 Kvifor fortsatte du på yoga hos oss? _____

3 Kor lenge har du gått på yoga hos oss? _____

4 Kva skilnad har denne yogaen gjort for deg? _____

5 Har du kroniske helseplagar? Ja ☐ Nei ☐

Dersom du har, kva kategoriar fell dei i?

☐ Muskel- og skjelettplagar

☐ Psykiske plagar

☐ Luftvegsplagar

☐ Samansatte årsakar

☐ Andre helseplagar

6 Korleis har denne yogaen påverka helsa di? _____

7 Er du i (betalt) arbeid? Ja ☐ Nei ☐

Dersom ikkje, er du ☐ Pensjonist

☐ Ufør

☐ Anna

8 Dersom du er i arbeid, kva sektor jobbar du i? _____

9 Korleis vil du anbefale Allmenningen yoga til andre? _____