



Utvärdering hälsokurs

OBS. Markera med kryss: (x)

Träffarna har varit:

(1) (2) (3) (4) (5)

Ointressanta

Intressanta

Innehållet i kursen:

Kvalitén på kursmaterialet har varit:

(1) (2) (3) (4) (5)

Dålig

Bra

Nivån på materialet har varit:

(1) (2) (3) (4) (5)

För enkelt

För avancerat

Fördjupningsmaterial har varit:

(1) (2) (3) (4) (5)

Dåligt

Bra

Diskussionerna har varit:

(1) (2) (3) (4) (5)

Inte givande

Mycket givande

Kursens uppbyggnad

Antal träffar

(1) (2) (3) (4) (5)

För få

För många

Längden på träffarna

(1) (2) (3) (4) (5)

För korta

För långa

De praktiska övningarna har varit:

Inte givande

Mycket givande

Smoothies (1) (2) (3) (4) (5)

Stationsträning (1) (2) (3) (4) (5)

Mindfulness (1) (2) (3) (4) (5)

Tyngdtäcken (1) (2) (3) (4) (5)

Kursen har gett mig kunskap som jag kan använda mig av i vardagen.

(1) (2) (3) (4) (5)

Stämmer ej

Stämmer bra

Det här tycker jag att ni kan förbättra/förändra:

Det här tycker jag var bra:
