



Coach in Ardennes, **Accompagnement Sportif pour Tous**

Les activités physiques adaptées à chacun :

Préparation Physique - Forme et Loisirs - Santé - Handicap...

Encadrées par un professionnel diplômé et expérimenté dans les métiers du sport et de la santé

Certificat médical de non contre-indication à la pratique d'activités physiques et sportives

Je soussigné Dr..... certifie avoir examiné ce jour,

Nom : Prénom :

Date de naissance :/...../.....

Et n'avoir décelé ce jour aucune contre- indication  à la pratique de :

Activités physiques de loisirs ou de santé (Activités gymniques douces, Activités cardio, Renforcement musculaire, Marche Nordique, Fitness...).

Activités de forme ou de compétition (Activités physiques plus poussées avec notamment un rythme cardiaque et une activité musculaire plus soutenus de type Running/Trail, Musculation, Préparation Physique...).

 En cas de restrictions éventuelles, merci de les préciser ci-dessous :
(exemples : fréquence cardiaque à ne pas dépasser, charge maximum autorisé, amplitude de mouvement limité, pathologie particulière...)

Restriction(s) éventuelle(s) :

-
-
-
-

Certificat établi sur la demande du pratiquant pour servir et valoir ce que de droit.

Fait à

Date :/...../.....

Cachet du médecin et signature :