



A L'ATTENTION DU MEDECIN en Cardiologie

Au-delà de son aspect administratif, le document que nous vous soumettons a pour objectif de permettre la pratique sportive de votre patient(e), en toute sécurité.

Certificat médical d'aptitude physique Saison 2025 (01/01 au 31/12/2025)

Extrait de l'article 3 du ROI du 24 janvier 2022 du club JPLNW asbl

Marche nordique sportive (groupe dit « POUSSEURS »), Bungypump et trails :

Lors des entraînements et sorties en **MN (marche nordique)**, en **MNS (marche nordique sportive c ad le groupe dit des « POUSSEURS »** et à fortiori en **Bungypump**, le rythme cardiaque peut parfois atteindre des seuils non négligeables, approchant de la FC max (fréquence cardiaque maximale).

Tout membre désirent rejoindre et participer à l'un de ses groupes « sportifs » s'engage à présenter un certificat médical décerné par un médecin /cardiologue, attestant la non-contre-indication à la pratique de la marche nordique « sportive » intensive, celle-ci pouvant entraîner un rythme cardiaque de 90% à 100% de la fréquence cardiaque maximale. La pratique de la marche nordique sportive et du Bungypump se rapproche des courses à pied sur tout terrain, avec parfois de forts dénivelés, sur de longues distances et par toutes conditions climatiques.

Je soussign m decin en cardiologie,

déclare par la présente avoir interrogé et examiné personnellement ce jour :

Madame, Monsieur * (biffer la mention inutile)

Nom : Prénom :

Adresse :

N (e) le : Téléphone :

Et que l'examen cardiologique réalisé ce jour :

ne contre-indique pas la pratique **de la marche nordique « sportive » intensive**

contre-indique la pratique **de la marche nordique « sportive » intensive**

* **Cochez la case adéquate.**

Recommandations  ventuelles :

.....
.....

Cachet du médecin cardiologue

Fait à, le

Signature :