LICENCIÉ MAJEUR

VOTRE CERTIFICAT MÉDICAL EST EN COURS DE VALIDITÉ

Répondez simplement aux questions ci-dessous :

QUESTIONNAIRE DE SANTÉ

Répondez aux questions suivantes par OUI ou par NON**		OUI	NON
DURANT LES 12 DERNIERS MOIS			
1	Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?	☐	☐
2	Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?	☐	☐
3	Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?	☐	☐
4	Avez-vous eu une perte de connaissance ?	☐	☐
5	Si vous avez arrêté le sport pendant 30 jours ou plus pour des raisons de santé, avez-vous repris sans l'accord d'un médecin ?	☐	☐
6	Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?	☐	☐
À CE JOUR			
7	Ressentez-vous une douleur, un manque de force ou une raideur suite à un problème osseux, articulaire ou musculaire (fracture, entorse, luxation, déchirure, tendinite, etc...) survenu durant les 12 derniers mois ?	☐	☐
8	Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?	☐	☐
9	Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?	☐	☐

**NB : les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié. Informations médicales confidentielles à ne pas communiquer.

- **Si vous avez répondu NON à toutes les questions : PAS DE CERTIFICAT MÉDICAL À FOURNIR.** *Attestez simplement, en cochant la case correspondante sur le document « Notice d'informations Licence Carte Neige », avoir répondu NON à toutes les questions lors de la demande de renouvellement de la licence.*
- **Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions : CERTIFICAT MÉDICAL DE MOINS DE 6 MOIS À FOURNIR.** *Consultez un médecin et présentez-lui ce questionnaire renseigné.*

QUAND PRÉSENTER UN certificat médical

LORS DE LA VALIDATION DE LA **LICENCE CARTE NEIGE ?**

SI VOUS ÊTES DANS L'UN DES CAS SUIVANTS :

- La durée de validité de votre certificat médical est dépassée.
- Vous n'étiez pas licencié la saison passée.
- Vous validez votre première licence.
- Vous pratiquez le biathlon en loisir ou en compétition.
- Vous avez répondu **OUI** à une ou plusieurs questions du questionnaire de santé.
- Vous étiez licencié mineur la saison passée.

PRÉSENTEZ À VOTRE CLUB UN CERTIFICAT MÉDICAL, datant de moins d'un an, de non contre-indication à la pratique du sport (en compétition pour les licenciés compétiteurs).

NB : certificat médical de moins de 6 mois en cas de réponse(s) positive(s) au questionnaire de santé.

VALIDITÉ DU CERTIFICAT MÉDICAL

LICENCE COMPÉTITEUR	LICENCE DIRIGEANT OU LOISIR
3 ans*	20 ans*

***Si prise de licence sans discontinuité pendant cette période**

CAS PARTICULIERS

- **LA PRATIQUE DU BIATHLON**

  Certificat médical, datant de moins d'un an, de « non contre-indication à la **PRATIQUE DU BIATHLON** » (le cas échéant, « la pratique du **BIATHLON EN COMPÉTITION** ») à fournir **CHAQUE ANNÉE**. La discipline **BIATHLON** doit **OBLIGATOIREMENT FIGURER** sur le certificat médical, y compris pour les licenciés qui découvrent ce sport en cours de saison et qui ont déjà fourni un certificat médical ou une attestation « questionnaire de santé ».

- **LA PRATIQUE COMPÉTITIVE OCCASIONNELLE**
  (Licence Dirigeant, Loisir ou Ticket Course)

  Certificat médical datant de moins d'un an, de « non contre-indication à la pratique du **SPORT EN COMPÉTITION** » à fournir pour chaque inscription aux courses éligibles.

Typocentre L'Exprimeur 03 85 39 94 74