

Certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique de l'escrime santé

LICENCE VETERAN

Je déclare avoir pris connaissance et avoir compris les informations au verso de ce document concernant ma santé et la pratique de l'escrime santé.

Je sollicite une licence vétérane.

Le tireur (NOM, Prénom)

Club : Date de naissance : / /

Fait le / / à

Signature précédée de la mention « lu et approuvé » :

Je soussigné(e),

docteur en médecine, avoir pris connaissance des informations au dos de ce document et

Certifie avoir examiné M

Né(e) le

habitant à

Entre 40 et 65 ans : certificat à faire tous les 3 ans, QS sport annuel

A partir de 65 ans : certificat médical annuel

Et n'avoir constaté ce jour aucune contre-indication à la pratique de l'escrime santé

Fait le / / à

Signature et cachet du médecin examinateur.

Grâce à Escrime SANTÉ, le senior pourra améliorer son capital santé sur le plan physique bien sûr, mais aussi et surtout au travers du maniement de l'arme il améliorera ses fonctions cognitives (intellectuelles, mémoire), ses réflexes sur le plan locomoteur ainsi que sa capacité à coordonner des mouvements.

La pratique de l'Escrime Santé, par le biais des exercices basés sur l'exploitation des habiletés techniques de la spécificité escrime permettra largement de contribuer au développement :

- de la coordination
- de l'équilibre
- de l'orientation spatio-temporelle

C'est une pratique douce sans combat

La visite médicale en vue de la rédaction du certificat de non-contre-indication pour les escrimeurs vétérans nécessite un examen attentif et complet.

Les examens suivants, selon les recommandations de l'HAS peuvent être nécessaire afin de guider le médecin dans sa décision :

- ECG,
- Échographie cardiaque,
- Épreuve d'effort maximal réel,
- Bilan biologique (CT TG LDL HDL CREAT....)
- Le dépistage de pathologie lié a la pratique du sport et de l'escrime
- Coxarthrose
- Enthésopathies
- État ligamentaire avec risque de rupture (tendon d'Achille...)

Seul le médecin au cours de son examen est apte à décider de la nécessité de pratiquer des examens complémentaires.

Dr BOUQUET Sylvain
Médecin Fédéral national