Association des Arts Internes et Martiaux

JU-JUTSU TRADITIONNEL DE GARONNE

Tél. : 05 56 67 08 01 — https://**www.jujutsudegaronne.org**

Courriel : jujutsudegaronne@free.fr

Siège social : 106, route du Capon 33550 TABANAC

SIRET : 421 414 244 000 28

Une association affiliée léo lagrange FEDERATION

Je soussigné(e), Docteur .....……....., certifie avoir examiné ce jour :

Nom : ..... Prénom : .....

Né (e) le : ..... à

Adresse : .....

Tél. .....

et n'avoir constaté, à ce jour, aucune contre-indication médicale apparente à la pratique des activités proposées par l'Association des Arts Internes et Martiaux – Ju-Jutsu Traditionnel de Garonne, sous réserve des éventuelles restrictions mentionnées ci-dessous.

Aucune restriction particulière ☐

Restriction ou adaptations recommandées : ☐

Ce certificat doit être remis à votre club, obligatoirement avant la première séance de pratique. (*Hors séance d'essai*) et chaque année pour les seniors de plus de 65 ans.

Date obligatoire d'établissement du certificat :

Nom, Cachet Et Signature Du Médecin.

INFORMATIONS DESTINÉES AU MÉDECIN ET AU PRATIQUANT

Le présent certificat a pour objet d'attester, selon l'appréciation du médecin, l'absence de contre-indication à la pratique des disciplines proposées par l'Association des Arts Internes et Martiaux – Ju-Jutsu Traditionnel de Garonne.
Selon les sections et le niveau de pratique, les activités peuvent comprendre notamment :

- des exercices de mobilité articulaire, d'assouplissement et d'étirement ;
- des exercices de respiration, de relaxation et de concentration ;
- des exercices posturaux, de coordination et d'équilibre ;
- des déplacements et enchaînements techniques ;
- des exercices à deux pouvant comporter des contrôles, des immobilisations, des déséquilibres, des projections et des chutes ;
- des exercices sollicitant les capacités cardio-respiratoires, adaptés au niveau de chaque pratiquant.
-

L'intensité et la progression des exercices sont adaptées à l'âge, au niveau de pratique, aux capacités du pratiquant et aux objectifs pédagogiques de chaque séance.

Il appartient exclusivement au médecin, en toute indépendance et dans le respect du secret médical, d'apprécier l'existence éventuelle d'une contre-indication temporaire ou permanente à la pratique des activités concernées.

Lorsque certaines restrictions ou précautions particulières sont nécessaires sans interdire totalement la pratique, le médecin peut, avec l'accord du patient, les mentionner sur le certificat afin de permettre à l'encadrant d'adapter les exercices proposés.

L'association n'a pas vocation à connaître la nature des pathologies ou des traitements du pratiquant. Seules les restrictions ou recommandations utiles à la sécurité de la pratique peuvent être communiquées, à l'initiative du pratiquant ou de son représentant légal.

Les encadrants adaptent les exercices dans la limite de leurs compétences et des informations qui leur sont communiquées, sans se substituer à l'avis du médecin.

Le pratiquant est invité à consulter son médecin en cas de modification de son état de santé susceptible d'avoir une incidence sur la pratique des activités proposées par l'association.