

COCHEZ LES ACTIVITÉS QUI NE PRÉSENTENT AUCUNE CONTRE-INDICATION
À LA PRATIQUE SPORTIVE CORRESPONDANTE :

1. ACTIVITÉS PHYSIQUES DOUCES

- Golf
- Gymnastique
- Gym Dos
- Gym Douce
- Gym Douce Equilibre
- Lâcher Prise - Relaxation
- Méditation Vipassana
- Pilates
- Stretching
- Tennis de Table
- Yoga
- Yoga du Rire
- Zumba Gold

2. ACTIVITÉS PHYSIQUES TONIQUES

- Abdos Fessiers
- Danse Country
- Renforcement Musculaire
- Renforcement M. - Stretching
- Salsa-Bachata
- Tennis
- Toni-Stretch
- Zumba fitness

3. ACTIVITÉS AQUATIQUES

- Aquabiking
- Aquagym Douce et Tonique
- Marche Aquatique Côtière
- Voile

4. ARTS MARTIAUX

- Qi Gong
- Taiji Quan

ADHÉRENT

CIVILITÉ : Mme. Mlle. M.

NOM :

Prénom :

MAIL :

CACHET ET SIGNATURE DU MÉDECIN TRAITANT

Fait à :

Le : / /

CACHET

Signature du praticien

Ce certificat médical d'aptitude doit être rempli et signé par votre médecin traitant. Il est à renouveler, en cas d'arrêt de pratique sportive de plus de 2 mois.