



# RAIDS MULTISPORTS DE NATURE

## CERTIFICAT MEDICAL

Je soussigné(e) .....,  
docteur en médecine, certifie avoir examiné ce jour :

M, Mme ou Melle .....

Son état de santé ne présente à ce jour aucun signe clinique décelable contre-indiquant la pratique des épreuves multisports de nature en compétition (raids multisports).

*Les raids multisports sont des enchaînements d'activités de sports de nature non motorisées majoritairement composées de course à pied, VTT, canoë Kayak, courses d'orientation.*

*Les distances et dénivelés peuvent varier d'une épreuve à une autre.*

*Il est donc recommandé au pratiquant de décrire précisément au praticien les caractéristiques du ou des raids auxquels il souhaite participer.*

### **Cocher les activités sportives :**

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Trail/course à pied  | <input type="checkbox"/> Epreuves de corde (escalade) |
| <input type="checkbox"/> Cyclisme/VTT         | <input type="checkbox"/> Parcours acrobatiques        |
| <input type="checkbox"/> Course d'orientation | <input type="checkbox"/> Roller/trottinette           |
| <input type="checkbox"/> Canoë/kayak/raft     | <input type="checkbox"/> Ski de fond/rando/alpin      |
| <input type="checkbox"/> Canyoning            | <input type="checkbox"/> Raquettes à neige            |
| <input type="checkbox"/> Natation             |   |

Attention : certaines activités comme la spéléologie, la plongée subaquatique, l'alpinisme peuvent nécessiter des certificats visés par des médecins spécialisés ou des médecins fédéraux.

**Nombres d'activités cochées :**

Date :

Signature et cachet du médecin :