

**CERTIFICAT MEDICAL OFFICIEL**  
 pour la pratique **en compétition** des sportifs âgés de **40 ans et plus**

Ce certificat doit être rempli **exclusivement de la main du médecin** qui examine le futur licencié  
**sans surcharge ni rature**

Je soussigné, Docteur ..... **certifie avoir examiné ce jour,**

Nom : ..... Prénom : .....

Date de naissance : ..... Sexe :  Masculin  Féminin

Adresse : .....  
 .....

**ATCD :**

- Médicaux
- Chirurgicaux
- Traumatologie sportive

**Signes fonctionnels :**

- Poids (kg)
- Taille (cm)
- TA (mm Hg)
- Vaccins
- Hygiène de vie

**Examen clinique général :**

- Articulaire
- Cardio-vasculaire

**ECG de repos :**

|                                   |   |     |                                 |
|-----------------------------------|---|-----|---------------------------------|
| - Fc de repos en Décubitus Dorsal | <input style="width: 50px;" type="text"/> | /mm | - Rythme sinusal :              |
| - Onde P                          | - SV1V2                                   |     | - IC = $\frac{SV1 + SV2}{2RV6}$ |
| - PR                              | - RV5V6                                   |     | - Sokolow RV5 + SV1 =           |
| - QRS                             | - Axe QRS                                 |     |                                 |

**Indice de Ruffler Dickson**   
 (avec ECG) :

30 flexions de jambes complètes en 45 secondes

$$- IRD = \frac{(PI - 70) + 2 (P2 - PO)}{10}$$

PO : pouls au repos en Décubitus Dorsal  
 P1 : pouls après l'effort  
 P2 : pouls après 1 minute de récupération en DD

de 3 à 6 = Bon  
 de 6 à 9 = Moyen  
 plus de 9 = Faible

**Bilan sanguin :** NFS, Créatinine, Triglycérides, Glycémie à jeun

**Examen urinaire :** Protéinurie, Glycosurie (facultatif)

**Examen complémentaire** (non obligatoire systématiquement) : ECG d'effort maximal

et n'avoir constaté **AUCUNE CONTRE-INDICATION A LA PRATIQUE SPORTIVE DE COMPETITION** en :

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  |  |
|--|--|--|

Date et cachet : .....

Signature,

Autres anomalies détectées :

TEST D'APTITUDE A L'EFFORT (Indice Ruffier Dickson)

$$\text{IRD} = \frac{(\text{P1}-70) + 2 (\text{P2}-\text{PO})}{10}$$

10

30 flexions de jambes complètes en 45 secondes.

P1 = Pouls juste après l'effort

— Anomalies détectées

— Surveillance tensionnelle à chaque temps

P2 = Pouls après 1 minute de repos en D Dorsal

PO = Pouls repos, décubitus dorsal

Temps de retour au calme (cœur et TA)

## VACCINATIONS

Vérification des vaccinations : DT Polio, Hépatite B, Tuberculose

EXAMENS COMPLEMENTAIRES PROPOSES (laissés au libre choix du médecin examinateur)

Électrocardiogramme de base ou d'effort

Bilan sanguin, urinaire (protéinurie, glycosurie)

Radiographie de rachis total en charge F, Profil

Épreuves fonctionnelles respiratoires

Après cet examen, je n'ai constaté aucune contre-indication à la pratique sportive en compétition en ..... pour la saison .....

DATE

SIGNATURE

CACHET PROFESSIONNEL

A la suite de cet examen, et muni de ce certificat, le sportif devra rencontrer le Médecin Fédéral Départemental, qui est habilité à valider un double surclassement ou un surclassement exceptionnel.