

.....
Pieczętka przychodni

ZAŚWIADCZENIE LEKARSKIE

W wyniku badania lekarskiego u Pana/Pani

_____ nazwisko i imię

_____ PESEL

stwierdza się brak/istnienie* przeciwwskazań zdrowotnych do brania udziału w testach sprawności fizycznej polegających na:

1. Próba wydolnościowa - Beep test

Próba wydolnościowa (Beep test) polega na bieganiu między dwoma znacznikami (liniami), oddalonymi od siebie o 20 metrów w określonym, stale rosnącym tempie.

2. Podciąganie na drążku.
3. Bieg po kopercie.
4. Wejście asekurowane na drabinę na wysokość 20 m ustawioną pod kątem 75°.
5. Pływanie dowolnym stylem – odległość 50 m w czasie nie dłuższym niż 60 sekund.

* niewłaściwe skreślić

_____ miejscowość, data

_____ podpis i pieczęć lekarza