

Renouvellement de la licence de la FFRandonnée

QUESTIONNAIRE DE SANTE QUE VOUS DEVEZ GARDER

Répondez aux questions suivantes :

Durant les 12 derniers mois	
1- Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexplicée ?	
2- Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?	
3- Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?	
4- Avez-vous eu une perte de connaissance ?	
5- Etes-vous enceinte ?	
6- Fumez-vous régulièrement (tabac, cannabis, autres drogues) ?	
7- Consommez-vous régulièrement de l'alcool ?	
8- Souffrez-vous d'une maladie chronique ?	
9- Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?	
A ce jour	
10- Ressentez-vous une douleur, un manque de force ou de raideur suite à un problème osseux, articulaire ou musculaire (fracture, entorse, déchirure, tendinite, etc	
11- Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?	
Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions, nous vous conseillons de consulter votre médecin, tout en sachant que le certificat médical n'est plus exigé.	