

CERTIFICAT MEDICAL D'APTITUDE A LA PRATIQUE DE LA GYMNASTIQUE AQUATIQUE ET COURS DE FITNESS

Je soussigné Docteur

Certifie que l'état de santé de M.....

Ne contre indique pas, à ce jour, la pratique de :

- **L'aquagym***, activité douce de 45 minutes : entretien musculaire et souplesse articulaire.
- **L'aquaforme***, activité soutenue de 45 minutes : tonification musculaire et sollicitation cardio.
- **L'aquatonic***, activité intensive de 45 minutes : cardio et musculaire.
- **L'aquarelax***, activité douce de 45 minutes.
- **L'aquabike ou ATF *(Aqua Trampo Fitness)**, activité intensive de 45 minutes.
- **L'aquapower+***, activité très intensive de 45 minutes.
- **L'aquatrampo***, activité très intensive de 30 minutes.
- **Fitness, Yoga, Pilates**, activité de 45 minutes.

* rayer les activités non autorisées.

Fait le

Signature et cachet du Medecin