

ZAŚWIADCZENIE LEKARSKIE

W wyniku badania lekarskiego u Pana/i

nazwisko i imię

PESEL

stwierdza się, iż stan zdrowia ww. **pozwala/ nie pozwala** * na udział w teście sprawności fizycznej, oraz sprawdzianie z pływania:

I. TEST SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ

1. Podciąganie na drążku.
2. Bieg po kopercie
3. Próba wydolnościowa

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

II. SPRAWDZIAN Z PŁYWANIA

Sprawdzian polega na przepłynięciu 50 m dowolnym stylem w czasie nie dłuższym niż 90 sekund.

*niewłaściwe skreślić

miejsowość, data

podpis i pieczęć lekarza