

EXAMEN MEDICAL TYPE (FACULTATIF) pouvant être pré rempli par l'intéressé

Antécédents sportifs

Autres pratiques :

Cyclotourisme: Depuis combien de temps ?
Volume de pratique (km/an) :**Antécédents médicaux**Familiaux : Maladies ou décès d'origine cardiaque dans la famille ? oui non
Hypertension artérielle? oui non
Maladies métaboliques (diabète, cholestérol, triglycérides,...)? oui non
La ou lesquelles :Personnels : Age: plus de 45 ans?
 Hypertension artérielle
 Diabète
 Hyperlipidémie (diabète, triglycérides)
 Tabagisme
 Sédentarité (arrêt de toute pratique sportive régulière depuis plus d'un an)
 Stress
 Prise médicamenteuse: laquelle :
 Antécédents chirurgicaux: lesquels :
 Autres : (vertiges, troubles visuels, crise convulsives,...)**Examen clinique :** Taille : Poids :
IMC : Pds en Kg / (T en m)² =
Périmètre abdominal:**Cardio-vasculaire :**Signes fonctionnels à l'effort oui non
Si OUI lesquels? (Palpitations, douleurs thoraciques, gêne respiratoire,...).....

Auscultation cardiaque :

TA de repos :
Pouls de repos :

Pouls périphériques tous perçus :

Examens recommandés : (Test de Ruffier) et **ECG de repos**

Test de Ruffier (30 flexions en 45 secondes)	Valeurs	Interprétation du Test
Pouls de repos : P1		0 exceptionnel
Pouls à la fin des flexions : P2		0 à 5 robuste, entraîné
Pouls 1 mn après la fin des flexions : P3		5 à 10 banal, améliorable
Indice de Ruffier = (P1+P2+P3) - 200 / 10		10 à 15 mal adapté
		15 à 20 très mal adapté

ECG de repos :
(fortement conseillé après 40 ans)**Pulmonaire :** Signes fonctionnels à l'effort oui non
Si OUI lesquels? (Toux, gêne respiratoire, asthme,...)**Appareil locomoteur :** Rachis :
Membres supérieurs :
Membres inférieurs :**Neurologique :** Troubles de l'équilibre : épreuve de Romberg yeux fermés =
Troubles de la vision (corrigés ou pas) :
Troubles de l'audition (corrigés ou pas) :
Antécédent de crise convulsive :**Uro-génital :**
Autres : État bucco-dentaire :