

.....
miejscowość, data

.....
pieczęć służby zdrowia

ZAŚWIADCZENIE DLA MĘŻCZYŹN

Zaświadcza się, że Pan
(imię i nazwisko)

urodzony W
(data urodzenia) (miejsce urodzenia)

PESEL:

Adres zamieszkania

.....

Jest zdolny do ćwiczeń fizycznych

Wyżej wymieniony może przystąpić do następujących konkurencji:

1. Próba wydolnościowa – zmodyfikowana metoda harwardzka („HARVARD STEPUP TEST”)
2. Test sprawności fizycznej obejmujący:
 - Podciąganie na drążku
 - Bieg na dystansie 50 m
 - Bieg na dystansie 1000 m
3. Próba wysokościowa – polegająca na asekurowanym wejściu po drabinie, ustawionej pod kątem 75° na wysokość 20 m.

.....
podpis i pieczęć lekarza