



CERTIFICAT MEDICAL - OBLIGATOIRE

(Au jour de votre Inscription au **Programme CAP Women AVENTURES**, le certificat médical doit être daté de moins de 1 Mois et valable sur l'ensemble de l'année en cours)

Je soussigné(e) :, docteur en médecine, certifie avoir examiné ce jour madame

dont l'état de santé ne présente aucun signe clinique décelable contre-indiquant la pratique d'activités sportives de pleine nature, pouvant être proposées pendant les activités du programme CAP WOMEN AVENTURES

Le Programme Cap Women Aventures a pour but de proposer tout au long de l'année des activités de sports nature. Elles sont majoritairement composées de course à pied, VTT, Activités nautiques, TRAIL, escalade, bien-être...

*Les distances et dénivelés peuvent varier considérablement suivant l'activité et les sorties proposées
Ce type d'activités peut durer d'une demi-journée à plusieurs jours.*

Il est donc recommandé aux pratiquants de décrire le plus précisément possible au praticien, les caractéristiques des activités ou séjours auxquels il souhaite participer.

Activités sportives susceptibles d'être pratiquées et proposées dans le programme CAP WOMEN AVENTURE tout au long de l'année en cours

- Activités Nautique (ex : Canoë / kayak / Paddle, natation ...)
- Canyoning
- Course à pied / Trail / Marche Active / Randonnée en Montagne / Trek...
- Course d'orientation
- Cyclisme/ VTT / Bike and Run
- Escalade / Techniques de cordes
- Natation
- Parcours acrobatique /Parcours d'Obstacles
- Accrobranche
- Roller /trottinette
- Ski de fond / randonnée / alpin / raquette
- Spéléologie
- Tirs à l'arc / laser / carabine
- Et autres activités récréatives

Date

Signature du médecin + cachet

En application de l'article L.231-2 de ce Code, la délivrance de ce certificat ne peut se faire qu'après un « examen médical approfondi » qui doit permettre le dépistage d'une ou plusieurs affections justifiant une contre-indication temporaire ou définitive.



**ATTESTATION DE NATATION
ET D'ASSURANCES**
(Attestation sur l'honneur)

Je soussignée
demeurant.....

Dans le cadre de ma validation d'inscription au Programme Cap Women Aventure mis en place par l'Association Cap Women organisation, sur la période du 01 Janvier 2022 au 31 Décembre 2022, atteste sur l'honneur :

- **Savoir nager 25 mètres et m'immerger.**
- **Disposer d'une Assurance « Responsabilité civile »**
- **Et avoir été informé par l'association Cap Women Organisation de l'utilité et importance de contracter une Assurance individuelle « accident corporels »** me couvrant des risques encourus personnellement au cours des diverses activités, sorties ou séjours proposés dans le cadre de mon inscription au programme Cap Women AVENTURES (exemple activités : Raid Multisports, VTT , activités Nautiques divers, Trail, Escalade, Tir, skis)

Pour faire valoir ce que de droit.

À

Le

Signature (Nom /Prénoms)

