

QUESTIONNAIRE préalable à l'entraînement

(A conserver par le nageur)

NOM :

Date :

PRENOM :

Prise de température : °C

Fréquence cardiaque de repos (le matin avant de se lever) :/mn

Durant ces dernières 24 h, je présente :

- De la fièvre > ou = à 38° OUI NON
- Une toux OUI NON
- Un essoufflement OUI NON
- Une perte de goût et/ou de l'odorat OUI NON
- Des céphalées OUI NON
- Des courbatures inhabituelles OUI NON
- Une grosse fatigue OUI NON
- Un syndrome diarrhéique de plus de 3 selles quotidiennes OUI NON
- Des douleurs thoraciques (à type de brûlures) OUI NON
- Des signes cutanés des mains ou des pieds (type engelure) OUI
NON

Si vous avez répondu oui à une ou plusieurs questions, vous n'êtes pas en mesure de suivre l'entraînement. Merci de :

- Contacter votre entraîneur pour l'avertir de votre absence
- Consulter votre médecin traitant
- Tenir informé votre médecin de pole et votre médecin d'équipe des conclusions de la consultation