

NOTE D'INFORMATION
Informations utiles à la délivrance du certificat médical
attestant de l'absence de contre-indication à la
pratique de l'Aïkido, de l'Aïkibudo ou du Kinomichi



Edition : 19 juillet 2017

La pratique de l'Aïkido, de l'Aïkibudo et du Kinomichi impose les contraintes et les risques suivants :

Cardiologie – pneumologie : possibilité d'adaptation cardio-respiratoire à un effort habituellement classé en dynamique modéré, statique modéré

Neuropsychiatrie : possibilité de pratiquer en groupe, de respecter des consignes, et d'accepter le contact physique

Appareil locomoteur : possibilité de chuter, de subir des clés articulaires, de travailler à genoux

Métabolisme : possibilité de maintenir l'équilibre hydro-sodé et glycémiq

Hématologie, ophtalmologie : risque lié aux chutes

Gynécologie : la grossesse impose un aménagement de la pratique

De plus, les **lésions ulcérées ou à risque infectieux**, les **maladies contagieuses** peuvent entraîner un risque pour les autres pratiquants

Lors des équivalents de compétition (passages de grades et épreuves techniques des diplômés d'enseignement), les pratiquants doivent subir une augmentation de l'engagement, de l'intensité physique et de la charge émotionnelle.