

# ASSOCIATION BULLE D'AIR

CERTIFICAT MÉDICAL  
de NON CONTRE-INDICATION APPARENTE  
à la PRATIQUE D'UNE ACTIVITÉ  
de GYMNASTIQUE PRÉVENTIVE de KINÉSITHÉRAPIE

- **Marche Nordique Physiologique :**  
Marche avec bâtons en petit groupe, dans un parc urbain, avec échauffements, exercices d'entretien articulaire et musculaire, étirements
- **Ecole Du Dos :**  
Gymnastique d'entretien articulaire, décompressive pour les articulations de la colonne vertébrale  
et stimulant les muscles profonds
- **Ecole Du Ventre :**  
Gymnastique non génératrice de pression autour de la posture, du gainage abdominal et périnéal.
- **Pilates Thérapeutique :**  
Gymnastique douce selon les principes de Pilates adaptée aux besoins spécifiques de chaque participant.

TOUTES CES ACTIVITÉS SONT ENCADRÉES PAR UN KINÉSITHÉRAPEUTE DIPLÔMÉ D'ETAT

Je soussigné certifie que l'état de santé de Nom : .....

Prénom : ..... Date de naissance : ..... ne présente pas de  
contre indication apparente pour la pratique des sports cochés ci-dessus.

Nom et prénom du médecin délivrant le certificat :

Le :

Tampon et Signature :

Ce document est un simple certificat et n'ouvre pas au remboursement des activités par les organismes de prise en charge .

ECOLE DU DOS MAIL 14  
ECOLE DU VENTRE  
MARCHE NORDIQUE  
PILATES THERAPEUTIQUE

Bulle d'Air - 19 rue du Drac - 38120 SAINT EGREVE  
Etienne Guillemain d'ECHON, Masseur kinésithérapeute DE - 06 20 42 48 61  
Aude Guillemain d'ECHON, Masseur kinésithérapeute DE - 06 11 11 48 22

Site internet : BULLEDAIR.INFO