



## Questionnaire préalable à l'entraînement

Nom		Prénom	
Groupe		Entraîneur	

Durant ces dernières 24h, je présente :	Oui	Non
- De la fièvre (température $\geq 38^{\circ}\text{C}$ )		
- Une toux		
- Un essoufflement		
- Une perte du goût et/ou de l'odorat		
- Des maux de tête		
- Des courbatures inhabituelles		
- Une grosse fatigue		
- Une diarrhée (plus de 3 selles par jour)		
- Des douleurs thoraciques (type brûlure)		
- Des signes cutanés (type engelures) aux mains ou pieds		

Date	Température (en $^{\circ}\text{C}$ )	FC* au repos (en bpm)	J'atteste répondre « non » à toutes les questions ci-dessus

Ce questionnaire doit être conservé par le nageur et doit pouvoir être présenté à chaque entraînement. En cas de réponse « oui » au questionnaire, le nageur doit :

- Rester chez lui et ne pas venir à l'entraînement
- Contacter l'entraîneur pour le prévenir de son absence
- Consulter son médecin traitant

\* FC = Fréquence Cardiaque