

NOTE D'INFORMATION

CERTIFICAT MÉDICAL

attestant de l'absence de contre-indication à la
pratique de l'Aïkido, de l'Aïkibudo, du Kinomichi
ou du Wanomichi

FFAAA-2022-26-NDI-COMMEDICALE – PAGE 1/9

Annule et remplace l'édition du 26 mai 2020

Établie par la Commission Médicale Nationale de la FFAAA

Chère pratiquante,

Cher pratiquant,

Pour obtenir votre licence fédérale, vous devez être considéré(e) comme physiquement apte à la pratique de votre discipline. Depuis les décrets 2016-1157 du 24 août 2016, 2016-1387 du 12 octobre 2016 et 2021-564 du 7 mai 2021, les modalités sont les suivantes :

Adultes : Pour une première demande de licence, un certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique est exigé. Vous devez donc aller consulter votre médecin, à qui nous vous proposons de présenter le document suivant pour faciliter son évaluation.

Ce certificat médical peut ne concerner qu'une discipline ou porter plusieurs disciplines, à votre choix.

Pour un renouvellement de licence (qui s'entend comme la délivrance d'une nouvelle licence sans discontinuité avec la précédente et dans la même fédération sportive), le certificat médical est exigé tous les 3 ans. Entre chaque renouvellement triennal, vous devez remplir un questionnaire de santé. Vous devrez attester auprès de la Fédération que chacune des rubriques du questionnaire donne lieu à une réponse négative. A défaut, vous devrez fournir un nouveau certificat médical.

Si vous envisagez de passer un grade ou un diplôme d'enseignement cette année, vous aurez besoin d'un certificat médical mentionnant l'absence de contre-indication à la pratique en compétition. Les délais entre le certificat médical et l'épreuve sont précisés dans les textes règlementaires pour chaque épreuve.

Pour les enseignant(e)s exerçant contre rémunération, le formulaire CERFA de Déclaration d'éducateur sportif demande que soit fourni un certificat médical de non contre-indication à l'enseignement et à la pratique de la discipline, datant de moins d'un an au jour du dépôt du dossier, lors de la première demande et lors de chaque renouvellement (tous les cinq ans). Les enseignant(e)s qui exercent à titre bénévole ne sont pas concerné(e)s.

Mineurs : Que ce soit pour l'obtention ou le renouvellement de votre licence ou pour l'inscription à un passage de grade, vous devez répondre à un questionnaire de santé (avec l'aide de vos parents si besoin). **En cas de réponse oui à l'une des questions**, vous devrez fournir un certificat médical, mentionnant l'absence de contre-indication

- à la pratique loisir pour l'obtention ou le renouvellement de votre licence
- à la pratique en compétition si vous envisagez un passage de grade.

Cette procédure entre en vigueur au 1er juillet 2021.

Bien cordialement.

Docteur Florence GALTIER, Médecin fédéral.

11, rue Jules Vallès 75011 Paris
Tél. 01 43 48 22 22 - Fax. 01 43 48 87 91
WWW.AIKIDO.COM.FR
FFAAA@AIKIDO.COM.FR

NB : En cas de changement de club, nous vous conseillons de récupérer votre certificat médical pour le transmettre à votre nouveau club.

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, du Kinomichi ou du Wanomichi

FFAAA-2022-26-NDI-COMMEDICALE – PAGE 2/9

Annule et remplace l'édition du 26 mai 2020

Cher Confrère,

Vous allez signer un certificat d'aptitude à la pratique de l'Aïkido, de l'Aïkibudo, du Kinomichi ou Wanomichi.

Ce sont des arts martiaux où le pratiquant est amené à **travailler à genoux**, à **chuter** (en avant et en arrière), à initier ou recevoir des **saisies, des mouvements de frappes (sans impact porté) et des clés articulaires**, à **utiliser des armes en bois ou en métal, non-aiguës**.

Ces arts martiaux n'apparaissent pas dans la classification des sports issue de la conférence de Bethesda de 2005 [J H. Mitchell ; J Am Coll Cardiol. 2005 ;45(8) :1364-1367].

Une étude, réalisée dans un club d'aïkido en 2017, a permis de classer l'aïkido en **dynamique forte** (la composante statique n'a pas été évaluée).

Nous vous communiquons une liste des contraintes et des risques appareil par appareil, de façon à vous permettre d'évaluer l'existence de contre-indications temporaires ou définitives à la pratique.

Il n'existe pas à proprement parler de compétition dans ces disciplines, mais les situations amenant à la délivrance d'un titre (passage de grade ou épreuves techniques des diplômés d'enseignement) peuvent être considérées comme des équivalents de compétition en raison des contraintes physiologiques plus importantes avec souvent volonté de se « dépasser ». Dans ces situations, un certificat médical mentionnant l'absence de contre-indication à la pratique en compétition est requis.

Nous espérons que ces informations vous seront utiles pour la délivrance du certificat.

Veillez recevoir, cher Confrère, nos salutations confraternelles.

Docteur Florence GALTIER, Médecin fédéral.

Medecin.federal@aikido.com.fr

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, du Kinomichi ou du Wanomichi

FFAAA-2022-26-NDI-COMMEDICALE – PAGE 3/9

Annule et remplace l'édition du 26 mai 2020

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 modérée, statique modérée

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 glycémique

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 pratiquant-e-s.

Lors des équivalents de compétition (passages de grades et épreuves techniques des diplômes d'enseignement), les pratiquant-e-s doivent pouvoir subir une augmentation de l'engagement, de l'intensité physique et de la charge émotionnelle.

CERTIFICAT MÉDICAL

attestant de l'absence de contre-indication à la
pratique de l'Aïkido, de l'Aïkibudo, du Kinomichi
ou du Wanomichi

FFAAA-2022-26-NDI-COMMEDICALE – PAGE 4/9

Annule et remplace l'édition du 26 mai 2020

Je soussigné-e Dr.

Certifie avoir examiné ce jour, M/Mme

Né-e le

et n'avoir constaté aucune contre-indication à la pratique :

- de l'Aïkido
- de l'Aïkibudo
- du Kinomichi
- du Wanomichi

Nombre de cases cochées : ____

Fait à _____

Le _____

Cachet et signature du médecin :

CERTIFICAT MÉDICAL

attestant de l'absence de contre-indication à la pratique de
l'Aïkido, de l'Aïkibudo, du Kinomichi ou du Wanomichi
pour les passages de grades et les épreuves techniques des
diplômes d'enseignement

FFAAA-2022-26-NDI-COMMEDICALE – PAGE 5/9

Annule et remplace l'édition du 26 mai 2020

Je soussigné-e Dr.

Certifie avoir examiné ce jour, M/Mme

Né-e le _____

et n'avoir constaté aucune contre-indication à la pratique en compétition* :

- de l'Aïkido
- de l'Aïkibudo
- du Kinomichi
- du Wanomichi

Nombre de cases cochées : ____

Fait à _____

Le _____

Cachet et signature du médecin :

** Il n'existe pas à proprement parler de compétition dans ces disciplines, mais les situations amenant à la délivrance d'un titre (passage de grade ou épreuves techniques des diplômes d'enseignement) peuvent être considérées comme des équivalents de compétition en raison des contraintes physiologiques plus importantes, avec souvent la volonté de se « dépasser ».*

FFAAA-2022-26-NDI-COMMEDICALE – PAGE 6/9

Annule et remplace l'édition du 26 mai 2020

RÉPONDEZ AUX QUESTIONS SUIVANTES PAR OUI OU PAR NON. DURANT LES DOUZE DERNIERS MOIS :	OUI	NON
1) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexplicée ?		
2) Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?		
3) Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?		
4) Avez-vous eu une perte de connaissance ?		
5) Si vous avez arrêté le sport pendant 30 jours ou plus pour des raisons de santé, avez-vous repris sans l'accord d'un médecin ?		
6) Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?		
À CE JOUR :		
7) Ressentez-vous une douleur, un manque de force ou une raideur suite à un problème osseux, articulaire ou musculaire (fracture, entorse, luxation, déchirure, tendinite, etc.) survenu durant les 12 derniers mois ?		
8) Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?		
9) Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?		
10) Si vous avez plus de 50 ans, présentez-vous un facteur de risque cardiovasculaire ? (diabète, hypertension, cholestérol, tabagisme, obésité, antécédents familiaux)		
<i>NB : Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du/ de la licencié-e.</i>		

Si vous avez répondu NON à toutes les questions :

Pas de certificat médical à fournir : attestez simplement, selon les modalités prévues par la Fédération, avoir répondu NON à toutes les questions lors de la demande de renouvellement de la licence.

Si vous avez répondu OUI à l'une ou plusieurs questions :

Certificat médical à fournir : consultez un médecin et présentez-lui ce questionnaire renseigné.

Ce questionnaire de santé est confidentiel.

Vous devez uniquement transmettre à votre club une attestation (cf. modèle sur la page suivante), selon laquelle vous avez répondu par la négative à l'ensemble des questions, mais pas le questionnaire-même.

QUESTIONNAIRE DE SANTÉ MINEURS exigé pour l'établissement ou le renouvellement d'une licence sportive

FFAAA-2022-26-NDI-COMMEDICALE – PAGE 7/9

Annule et remplace l'édition du 26 mai 2020

Cher pratiquant, chère pratiquante,

Vous souhaitez pratiquer l'Aïkido, l'Aïkibudo, le Kinomichi ou le Wanomichi

Pour obtenir votre licence fédérale, vous devez être considéré(e) comme physiquement apte à la pratique de votre discipline.

Le décret du 7 mai 2021 permet de demander une licence fédérale pour les – 18 ans en remplissant un questionnaire médical. Toutefois, il est recommandé en cas de doute, de consulter son médecin pour l'établissement du Certificat d'Absence de Contre-Indications à la pratique de l'Aïkido, de l'Aïkibudo, du Kinomichi et du Wanomichi.

Lorsque vous souhaitez **une licence ou son renouvellement**, vous devez remplir le questionnaire de santé ci-dessous avec l'aide de vos parents.

Selon vos réponses au questionnaire, vous devrez fournir l'un des documents suivants pour obtenir votre licence :

- Attestation de renseignement du questionnaire
- Certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique de l'Aïkido, de l'Aïkibudo, du Kinomichi et du Wanomichi

« **QUESTIONNAIRE RELATIF À L'ÉTAT DE SANTÉ DU SPORTIF MINEUR** EN VUE DE L'OBTENTION, DU RENOUELEMENT D'UNE LICENCE D'UNE FÉDÉRATION SPORTIVE OU DE L'INSCRIPTION À UNE COMPÉTITION SPORTIVE AUTORISÉE PAR UNE FÉDÉRATION DÉLÉGATAIRE OU ORGANISÉE PAR UNE FÉDÉRATION AGRÉÉE, HORS DISCIPLINES À CONTRAINTES PARTICULIÈRES



Avertissement à destination des parents ou de la personne ayant l'autorité parentale : Il est préférable que ce questionnaire soit complété par votre enfant, c'est à vous d'estimer à quel âge il est capable de le faire. Il est de votre responsabilité de vous assurer que le questionnaire est correctement complété et de suivre les instructions en fonction des réponses données.

Faire du sport : c'est recommandé pour tous. En as-tu parlé avec un médecin ? T'a-t-il examiné (e) pour te conseiller ? Ce questionnaire n'est pas un contrôle. Tu réponds par OUI ou par NON, mais il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Tu peux regarder ton carnet de santé et demander à tes parents de t'aider.

<input type="checkbox"/> Tu es une fille <input type="checkbox"/> un garçon	Ton âge : ans	
Depuis l'année dernière	OUI	NON
Es-tu allé (e) à l'hôpital pendant toute une journée ou plusieurs jours ?		
As-tu été opéré (e) ?		
As-tu beaucoup plus grandi que les autres années ?		
As-tu beaucoup maigri ou grossi ?		
As-tu eu la tête qui tourne pendant un effort ?		
As-tu perdu connaissance ou es-tu tombé sans te souvenir de ce qui s'était passé ?		
As-tu reçu un ou plusieurs chocs violents qui t'ont obligé à interrompre un moment une séance de sport ?		
As-tu eu beaucoup de mal à respirer pendant un effort par rapport à d'habitude ?		
As-tu eu beaucoup de mal à respirer après un effort ?		
As-tu eu mal dans la poitrine ou des palpitations (le cœur qui bat très vite) ?		
As-tu commencé à prendre un nouveau médicament tous les jours et pour longtemps ?		
As-tu arrêté le sport à cause d'un problème de santé pendant un mois ou plus ?		
Depuis un certain temps (plus de 2 semaines)		
Te sens-tu très fatigué (e) ?		
As-tu du mal à t'endormir ou te réveilles-tu souvent dans la nuit ?		
Sens-tu que tu as moins faim ? que tu manges moins ?		
Te sens-tu triste ou inquiet ?		
Pleures-tu plus souvent ?		
Ressens-tu une douleur ou un manque de force à cause d'une blessure que tu t'es faite cette année ?		
Aujourd'hui		
Penses-tu quelquefois à arrêter de faire du sport ou à changer de sport ?		
Penses-tu avoir besoin de voir ton médecin pour continuer le sport ?		
Souhaites-tu signaler quelque chose de plus concernant ta santé ?		
Questions à faire remplir par tes parents		
Quelqu'un dans votre famille proche a-t-il eu une maladie grave du cœur ou du cerveau, ou est-il décédé subitement avant l'âge de 50 ans ?		
Etes-vous inquiet pour son poids ? Trouvez-vous qu'il se nourrit trop ou pas assez ?		
Avez-vous manqué l'examen de santé prévu à l'âge de votre enfant chez le médecin ? (Cet examen médical est prévu à l'âge de 2 ans, 3 ans, 4 ans, 5 ans, entre 8 et 9 ans, entre 11 et 13 ans et entre 15 et 16 ans.)		

Si tu as répondu OUI à une ou plusieurs questions, tu dois consulter un médecin pour qu'il t'examine et voit avec toi quel sport te convient. Au moment de la visite, donne-lui ce questionnaire rempli.

ATTESTATION DE SANTÉ

FFAAA-2022-26-NDI-COMMEDICALE – PAGE 9/9

Annule et remplace l'édition du 26 mai 2020

Dans le cadre de la demande de licence auprès de la FFAAA, je soussigné-e atteste avoir rempli le Questionnaire de santé fixé par arrêté du Ministre chargé des Sports, (adultes : daté du 20 avril 2017 et publié au Journal officiel du 4 mai 2017 ; enfants : daté du 7 mai 2021 et publié au Journal officiel du 8 mai 2021)

Dans le respect du secret médical, je conserve ledit questionnaire strictement personnel et m'engage à remettre la présente attestation au club au sein duquel je sollicite le renouvellement de ma licence.

Conformément aux dispositions de l'article D. 231-1-4 du Code du sport,

J'ai répondu NON à la totalité des rubriques du questionnaire.

⇒ Dans ce cas, je transmets la présente attestation au club au sein duquel je sollicite le renouvellement de ma licence.

J'ai répondu OUI à l'une ou à plusieurs rubriques du questionnaire.

⇒ Dans ce cas, je suis informé-e que je dois produire à mon club un certificat médical attestant l'absence de contre-indication à la pratique.

NOM et prénom : _____

Date : _____

Fait à : _____

Signature :