



Benötigt wird eine ärztliche Attestierung der Gesundheit und Wettkampfeignung, die bei Anmeldung nicht älter als 3 Monate sein darf. Diese muss dem Veranstalter bei Abholung der Startunterlagen als Kopie vorgelegt werden.

BEACHTEN:

Ohne ärztliches Attest darf man nicht am SALOMON ZUGSPITZ ULTRATRAIL teilnehmen!

Empfehlung: Inhalte eines ärztlichen Attests

Von der deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention wird eine Basisuntersuchung zur Beurteilung der Gesundheit des Sportlers vorgesehen, die beliebig durch Zusatzuntersuchungen der Leistungsdiagnostik etc. ergänzt werden kann.

Diese BASIS sieht vor:

Basismodul (entspricht D-Kader Test)

- Anamnese / Sportanamnese (siehe Anlage)
Klinische Untersuchung (internistisch: Herz, Lunge, Bauchorgane, Mundhöhle, Ohren, ev. Genitale; orthopädisch; neurologisch)
- Labor
 - Urinstatus (zum Ausschluß von Hämaturie, Proteinurie, Glucosurie)
 - Blutbild mit Hämatokrit und Hämoglobin
 - Entzündungsparameter: Blutsenkungsgeschwindigkeit BSG und/oder C-reaktives Protein CRP
 - Lipidprofil (Gesamtcholesterin, HDL, LDL, Triglyzeride), Blutglukose nüchtern
 - Ruhe-EKG
 - Belastungs-EKG mit Ruhe-, Belastungsblutdruck
 - Abschlussbefund mit ausführlicher Dokumentation und Bescheinigung über das Fehlen von bestehenden Gesundheitsproblemen, die durch die Ausübung von Leistungssport zu Komplikationen führen könnten.
 - Liegen Risikofaktoren (z.B. familiäre Vorbelastung, Bluthochdruck, etc. für Herz-Kreislaufkrankungen) vor, können gegebenenfalls weitere Untersuchungen gefordert werden oder aber die gute Kontrolle durch medikamentöse Therapie wird dokumentiert.



www.zugspitz-ultratrail.com - info@zugspitz-ultratrail.com



TREK'N EAT
FOOD FOR YOUR OUTDOOR LIFE

