

## Informacje dla kandydatów:

Wysiłek fizyczny stanowi obciążenie dla organizmu. Wymusza intensywną aktywność układów regulacyjnych. Z jednej strony oddziałuje pozytywnie poprzez zmniejszenie ryzyka wystąpienia wielu chorób, jednocześnie może stanowić zagrożenie dla zdrowia osób aktywnych fizycznie po 60-tym roku życia.

### Bezwzględne przeciwwskazania do intensywnego treningu:

- Choroba niedokrwienna serca powodujące ból dławicowy przy minimalnej aktywności ruchowej;
- Wczesny okres po zawale mięśnia sercowego;
- Niewydolność serca;
- Zaburzenia rytmu serca i przewodzenia niepoddające się leczeniu;
- Wady zastawkowe serca, zwłaszcza z sinicą;
- Znaczne powiększenie mięśnia sercowego;
- Nadciśnienie tętnicze niepoddające się leczeniu;
- Rozrusznik serca (szczególnie bez autoregulacji);
- Niewyrównana cukrzyca;
- Duża otyłość;
- Ostre choroby infekcyjne;
- Zaostrzenie choroby astmatycznej;
- Choroby nowotworowe;
- Choroby metaboliczne niewyrównane.

## Ważne informacje organizacyjne:

### Uczestnicy proszeni są o zabranie w dniu badania:

1. Dokumentu tożsamości ze zdjęciem np. (dowód osobisty).
2. Okularów do czytania (jeśli to konieczne).
3. Wygodnego stroju sportowego wraz z obuwaniem umożliwiającym przeprowadzenie testów sprawnościowych.

Zwracamy się z uprzejmą prośbą o punktualne przybycie na wyznaczoną godzinę badania. Państwa termin zostanie ustalony w celu minimalizacji czasu oczekiwania w kolejce, co pozwoli nam sprawnie przeprowadzić wszystkie zaplanowane badania. O terminie badań lekarskich będziemy informowali drogą telefoniczną.



Województwo  
Kujawsko-Pomorskie

Dofinansowano z budżetu  
Województwa  
Kujawsko-Pomorskiego



POWIAT  
INOWROCŁAWSKI