



Informations utiles à la délivrance du certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique de l'Aïkido, de l'Aïkibudo ou du Kinomichi

Edition : 3 juillet 2017

Cher Confrère,

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

Ce sont des arts martiaux où le pratiquant est amené à **travailler à genoux**, à **chuter** (en avant et en arrière), à porter ou subir des **saisies, des frappes 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], mais un consensus s'est dégagé chez les enseignants pour les placer en **dynamique modérée, statique modérée**.

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 diplômes d'enseignement) sont 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.

Veuillez recevoir, cher Confrère, nos salutations confraternelles.

Docteur Florence GALTIER, Médecin fédéral.

Medecin.federal@aikido.com.fr



Informations utiles à la délivrance du certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique de l'Aïkido, de l'Aïkibudo et du Kinomichi

Edition : 3 juillet 2017

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 modéré, statique modéré

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 pratiquants

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