

INFORMAZIONI UTILI PER VISITA IDONEITÀ ALL'ATTIVITÀ SPORTIVA AGONISTICA

Prima della visita è importante seguire le seguenti norme comportamentali:

1. Si invita a presentarsi il giorno concordato, 10 minuti prima dell'appuntamento, con puntualità, muniti di tutta la documentazione necessaria (**RICHIESTA DELLA SOCIETÀ IN CARTACEO E DEBITAMENTE COMPILATA** in tutte le sue parti, libretto/attestazione vaccinale, provetta urine, *con urine del mattino raccolte al risveglio*).
2. **NON** bere caffè, cola o altre bevande con caffeina il giorno della visita.
3. Sconsigliati pasti abbondanti nelle 2 ore precedenti la visita, solo colazione leggera, spuntino, almeno un'ora antecedente la visita.
4. **NON FUMARE**, soprattutto nelle 3 ore precedenti la visita.
5. Presentarsi il giorno della visita in tuta ginnica, maglietta, **SCARPE SPORTIVE PULITE** e allacciabili, per le ragazze è necessario top o reggiseno sportivo (no jeans, gonna, vestiti lunghi, scarpe con tacco, ciabatte, infradito etc.).
6. Portare eventuali elettrocardiogrammi e/o accertamenti cardiologici eseguiti in precedenza.
7. Portare precedente documentazione medico-sanitaria (es. visite specialistiche, referti esami del sangue, lettere di dimissione ospedaliera, lettera di dimissione ricoveri e/o dal Pronto Soccorso etc.).