

THE ARDENNES MONSTER 2022

MEDICAL CERTIFICATE

Attesting to the non-contraindication to the practice of endurance sport, and ultra-distance cycling for a distance of 1030 KM and a maximum of 100 hours of practice.

**TO BE FILLED IN BY THE DOCTOR :**

I, the undersigned, ....., Doctor of  
Medicine, certify having examined ....., and  
see no contra-indication for taking part in competitive or non-competitive ultra-distance cycling events of  
many days.

This document is valid for one year since the date of this examination.

Date :

Signature and stamp of the Doctor :

---

**TO BE FILLED IN BY THE PARTICIPANT :**

I, the undersigned, ....., declare  
to be able to ride 250 km a day, for 4 days. It will be my choice and responsibility to ride day and/or night.

PATRICIPANT EMERGENCY CONTACT :

PARTICIPANT EMERGENCY CONTACT NUMBER :

Signature of the participant :

THE ARDENNES MONSTER 2022

CERTIFICAT MEDICAL

Attestant de la non-contre-indication à la pratique de sport d'endurance, et de cyclisme ultra distance pour une distance de 1030 KM et de maximum 100 heures de pratique.

**A REMPLIR PAR LE MEDECIN :**

Je soussigné(e), ....., Docteur en

Médecine, certifie avoir examiné .....,

et ne vois aucune contre-indication sa participation à un évènement cycliste ultra distance en compétition,

ou en randonnée, sur une durée de plusieurs jours.

Ce document est valable pendant un an, à partir de la date de l'examination.

Date :

Signature et cachet du Médecin :

---

**A REMPLIR PAR LE PARTICIPANT :**

Je soussigné, .....,  
déclare être capable de rouler 250km par jour, pendant 4 jours. Il en va de mon choix et responsabilité de rouler le jour et/ou la nuit.

CONTACT D'URGENCE DU PARTICIPANT :

NUMERO DU CONTACT D'URGENCE :

Signature du participant :