

REVISIONS MÈDIQUES TEMPORADA 2019/20

Benvolguts socis, des d'aquesta temporada implantarem al club les revisions mèdiques obligatòries. Aquestes les farà el **Centre Mèdic Running Salut**. Amb aquesta iniciativa volem que tots els socis de l'entitat facin una revisió mèdica esportiva cada dos anys, avançant-nos al que creiem que en pocs anys hauria de ser obligatori per poder fer qualsevol esport.

El cost de les revisions aniran a càrrec de l'entitat i, per tant, no suposaran cap despesa extra pels associats. Es podran fer a les pistes d'atletisme dins de l'horari que oferirem o es pot reservar assistència al centre directament (Passeig de Llorenç Serra, 27 Santa Coloma de Gramenet)

DATES DE LES REVISIONS A LES PISTES D'ATLETISME

Per poder fer les revisions a les pistes, el centre mèdic enviarà una Unitat Mòbil a les mateixes pistes.

Dates: Del 28 al 31 d'octubre i del 4 al 8 de novembre.

Horari: De 17:30h a 21:30h

Lloc: Pistes atletisme Paco Àguila.

TIPUS DE REVISIONS:

- **Nivell 1:** Aquesta serà la que pagarà l'entitat. Inclou:
 - Valoració ortopèdica.
 - Valoració cardiorespiratòria.
 - Valoració podològica.
 - Electrocardiograma basal.
 - Espirometria.
- **Nivell 2:** Aquesta revisió s'ha de fer al centre mèdic directament i caldrà demanar hora. Preu real: 77€. Preu subvencionat: 45€. Inclou:
 - El mateix que Nivell 1.
 - Prova d'esforç maximal
- **Nivell 3:** Aquesta revisió s'ha de fer al centre mèdic directament i caldrà demanar hora. Preu real: 140€. Preu subvencionat: 85€. Inclou:
 - El mateix que Nivell 2.
 - Anàlisi de gasos amb determinació de:
 - VO2 max.
 - Umbral aeròbic.
 - Umbral anaeròbic.
 - Ritme de cursa.
 - Training zones.

CONDICIONS PER PODER FER LA REVISIÓ MÈDICA:

- Ser soci en actiu de qualsevol tipus: escola, familiar, ruta, federat,...
- Estar al corrent del pagament de les quotes.

APUNTAR-SE A LA REVISIÓ MÈDICA

Per apuntar-se caldrà entrar a la intranet del club i fer clic al botó REVISIONS MÈDIQUES. Una vegada allà caldrà fer clic a l'enllaç que ens portarà al sistema de torns.

Una vegada obert la web de torns, caldrà seleccionar el torn que us vagi bé i indicar:

- **Pago al club** a l'opció "Selecciona pago"
- **Nivel 1** l'opció "Selecciona revisión"

PREGUNTES QUE US PODEUS FER:

- **Tinc una revisió mèdica que vaig fer fa menys de dos anys. Cal que torni a fer-la?**
No, no cal. Només al que ens facis arribar la part on diu que ets apte per fer esport i la data de la revisió. El teu període de 2 anys serà a partir de l'any de la revisió que presentis. Si l'has passat aquest any, hauràs de tornar a fer-la amb el club o pel teu compte a l'octubre de 2021. Si es de l'any passat, serà a l'octubre de 2020
- **És obligatori fer la revisió o presentar una revisió vàlida?**
Si. Serà condició indispensable per formar part de l'entitat mostrar que ets apte per fer esport.
- **Puc fer-me la revisió mèdica a un altre centre?**
Si. En aquest cas el club t'abonarà, com a màxim, el import que el club pagaria si la fessis amb l'entitat.
- **Si vull fer una revisió de Nivell 2 o 3 o vull fer-me la revisió a un altre centre, he d'avisar prèviament al club?**
Si. És condició INDISPENSABLE avisar prèviament. Si no ho fas, no s'abonarà el import corresponent.
- **Si vull fer una revisió de Nivell 2 o 3 tinc que pagar el import total de la revisió?**
Si. Un cop feta la revisió hauràs de presentar la factura a l'entitat i t'abonarem el import corresponent. És important que les dades de la factura fiscals de la factura siguin les del club o com, a mínim, la part que pagarà l'entitat.
- **Com sap el centre mèdic qui es soci i qui no?**
El centre mèdic tindrà un llistat actualitzat els socis que compleixen amb els requisits per poder fer la revisió mèdica.
- **Vull concertar hora al centre per fer la revisió. Com contacto amb ells?**
Primer de tot recorda informar-nos que tries l'opció d'anar al centre directament. Després caldrà contactar directament amb el metge Dr. Joan Vilaseca per whatsapp al telèfon 647.733.181