

.....
pieczętka zakładu służby zdrowia

.....
Miejscowość, data

ZAŚWIADCZENIE LEKARSKIE

Zaświadcza się, że Pan (Pani)

Imię i Nazwisko

Urodzony (a) W

data urodzenia

miejsce urodzenia

może przystąpić do testu sprawności fizycznej obejmującego:

- **próbę wydolnościową metodą "Beep test"**
(bieganie między dwoma znacznikami, oddalonymi od siebie o 20 metrów w określonym, stałe rosnącym tempie - liczy się liczba przebiegniętych odcinków);
- **podciąganie się na drążku** (mężczyźni)
(liczy się liczba pełnych podciągnięć);
- **rzut piłką lekarską** (kobiety)
(rzut oburącz znad głowy piłką o wadze 2 kg - liczy się odległość rzutu);
- **bieg po kopercie**
(na polu o wymiarach 3m x 5m - liczy się czas pokonania trasy trzykrotnie).

Zaświadczenie wydaje się celem przedłożenia - w związku z ogłoszonym naborem do służby przygotowawczej w Komendzie Miejskiej Państwowej Straży Pożarnej w Bydgoszczy.

.....
pieczętka i podpis lekarza

