

### **Atestado Médico**

**Para percurso médio (25k) e longo (45k), certificado médico assinado contendo:**

Nome completo do atleta.

Modalidade que irá participar.

Confirmação de aptidão física e médica para uma corrida trailrun na distância escolhida.

Carimbo legível e assinatura do médico responsável.

Data (o certificado não poderá ter data superior a 8 meses).

Dados do plano de saúde (seguradora e número da apólice).

Telefone de um responsável em caso de emergência.