

Test à l'effort

Principe : afin de motiver ses membres à effectuer un test à l'effort, le CEPAL participe au frais du test sous certaines conditions.

Informations pratiques

Chez : Dr Devos - Centre Médico-Sportif des Nations.

Adresse : avenue Franklin Roosevelt 127 à 1050 Ixelles (à 300 m de l'hippodrome de Boitsfort).

Prise de RV : au 02 660 56 88 en signalant que vous êtes membre du club CEPAL.

Délai pour un RV : 4 à 8 semaines, selon vos exigences horaires.

Aspects du test :

- Échographie du cœur.
- Examen physique.
- Contrôle de l'aptitude cardiopulmonaire.
- Épreuve d'effort : évaluation des paramètres de performance physique et contrôle du fonctionnement cardiaque.
- Le cas échéant, certificat d'aptitude pour vos courses en France ou à l'étranger.

Coût (en 2018) :

- Visite : 35 € payé sur place en cash.
- Remboursement mutuelle : quasi 20 €.
- Solde : 15 € qui vous sont remboursés par le club, au plus tard au début de l'année suivante.

Matériel à prévoir :

- Vignettes ou carte mutuelle.
- Argent liquide.
- Short et chaussures de course.
- Essuie pour s'éponger.

Remarques

- Pour l'épreuve, il est préférable de choisir l'exercice où vous êtes le moins limité musculairement. Donc, logiquement, un coureur choisit le tapis de course et non le vélo.
- Pour que des épreuves à l'effort puissent être comparées dans le temps, il est important de faire les tests dans un même centre (chaque centre suit son propre protocole).
- Afin de rester équitable, les membres qui préfèrent faire un test à l'effort dans un autre centre - pour un budget probablement supérieur - peuvent demander le remboursement du montant proposé (15 €) en présentant un justificatif.
- Certaines mutuelles - comme Partenamut, Symbio - proposent, dans le cadre de leur assurance complémentaire, un remboursement supplémentaire de 10 € ou plus pour "Prévention et dépistage des maladies cardiovasculaires". Pour cela, il suffit d'imprimer le formulaire ad hoc de leur site et de le faire compléter par le médecin lors de votre visite. Ceci n'a pas d'incidence sur le remboursement club.