

תאריך \_\_\_\_\_ שם משפחה \_\_\_\_\_  
 שם פרטי \_\_\_\_\_ ת.זהות \_\_\_\_\_  
 גובה \_\_\_\_\_ משקל \_\_\_\_\_ זכר \ נקבה \_\_\_\_\_  
 הופנה ע"י \ גורם מפנה : \_\_\_\_\_  
 אחוזי שומן \_\_\_\_\_  
 דופק \_\_\_\_\_ דופק מירבי \_\_\_\_\_ דופק תת-מירבי \_\_\_\_\_

תאריך לידה \_\_\_\_\_  
 ענף ספורט \_\_\_\_\_  
 מחלות עבר \_\_\_\_\_  
 בדיקה גופנית \_\_\_\_\_  
 תפקודי נשימה \_\_\_\_\_  
 א.ק.ג. במנוחה \_\_\_\_\_  
 ל"ד במנוחה \_\_\_\_\_

| התאוששות                 |      |       | לחץ דם | דופק | עומס | שיפוע | מהירות | פרוטוקול |
|--------------------------|------|-------|--------|------|------|-------|--------|----------|
| לחץ דם                   | דופק | זמן   |        |      |      |       |        | שלב דקה  |
|                          |      | דקה 1 |        |      |      |       |        |          |
|                          |      | דקה 2 |        |      |      |       |        |          |
|                          |      | דקה 3 |        |      |      |       |        |          |
|                          |      | דקה 4 |        |      |      |       |        |          |
|                          |      | דקה 5 |        |      |      |       |        |          |
|                          |      | דקה 6 |        |      |      |       |        |          |
|                          |      | דקה   |        |      |      |       |        |          |
|                          |      | דקה   |        |      |      |       |        |          |
| סיבת הפסקת המאמץ :       |      |       |        |      |      |       |        |          |
| דופק מטרה - % אסימפטומטי |      |       |        |      |      |       |        |          |
| עייפות יתר               |      |       |        |      |      |       |        |          |
| כאב שרירים ברגליים       |      |       |        |      |      |       |        |          |
| כאב - לחץ בחזה           |      |       |        |      |      |       |        |          |
| קוצר נשימה - קשיי נשימה  |      |       |        |      |      |       |        |          |
| אחר :                    |      |       |        |      |      |       |        |          |

סיכום \_\_\_\_\_ בוצע מאמץ של \_\_\_\_\_  
 הושג דופק מקסימלי : \_\_\_\_\_  
 לחץ דם מקסימלי : \_\_\_\_\_  
 שינויים בתרשים א.ק.ג. : לא נצפו  
 הפרעות בקצב הלב : לא נצפו  
 תלונות סוביאקטיביות : ללא תלונות

מסקנות \_\_\_\_\_  
 כשיר/ה לפעילות ספורט ללא הגבלה בענף ספורט :  
 כשיר/ה לפעילות ספורט עם מגבלה \_\_\_\_\_  
 הפניה לבירור נוסף \_\_\_\_\_