

SURAT KETERANGAN KEHAMILAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Dokter :

SIP :

Alamat Praktik :

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama :

Tempat/Tanggal Lahir :

Usia Kehamilan : minggu

Berdasarkan hasil pemeriksaan kesehatan yang telah dilakukan pada tanggal, yang bersangkutan dalam kondisi kesehatan yang baik dan **diperbolehkan untuk mengikuti kegiatan lari/race dengan intensitas ringan hingga sedang**, dengan memperhatikan kondisi kehamilan saat ini serta menghentikan aktivitas apabila muncul keluhan seperti pusing, sesak napas, nyeri perut, perdarahan, kontraksi, atau keluhan lainnya.

Surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagai persyaratan mengikuti kegiatan lari dan dipergunakan sebagaimana mestinya.

....., 2026

Dokter Pemeriksa,

(Tanda Tangan & Stempel)

.....

Nama Dokter

Catatan: Untuk peserta hamil, surat keterangan kehamilan sebaiknya dikeluarkan oleh dokter kandungan atau dokter yang menangani kehamilannya, karena keputusan aman atau tidaknya mengikuti lomba lari bergantung pada usia kehamilan dan kondisi medis masing-masing peserta.