



## **Règlement intérieur - FITNESS**

Les adhérents sont priés de se conformer au règlement intérieur du club.

- Le présent règlement s'applique au sein de l'enceinte fitness. Il s'applique à tous les membres du Club fréquentant cet espace.
- Tout membre est présumé avoir pris connaissance du présent règlement, y avoir adhéré et s'être engagé à en respecter toutes et chacune de ces dispositions.
- La Section fitness comprend l'espace cardio-training, le plateau de musculation, l'espace du RPM, salle de cours et la salle de Yoga et d'arts martiaux.

### **CONDITIONS D'ACCES**

- La section fitness est réservée aux membres du Club inscrits et à jour de la cotisation donnant accès à l'espace fitness.
- L'entrée se fait exclusivement à l'aide du badge d'adhésion par le portique réservé et contrôlé par un agent d'accueil.
- La fréquentation de l'enceinte est strictement interdite aux mineurs âgés de moins de 16 ans.
- Un accord parental préalable est nécessaire pour l'accès des enfants âgés entre 16 et 18 ans.
- L'accès aux espaces est interdit en dehors des horaires affichés à l'entrée de chaque salle ou en l'absence d'un coach.

### **ORDRE - TRANQUILLITE - MORALITE - PROPRETE**

- Toute personne présente dans l'enceinte fitness s'engage à respecter scrupuleusement les prescriptions et directives qui lui seraient données par les coaches.
- Le port d'une tenue de gymnastique correcte est obligatoire pour l'accès aux espaces d'entraînement.

- L'utilisation d'une serviette personnelle est obligatoire dans la salle de fitness afin de garantir l'hygiène et le confort de tous les utilisateurs.
- Il est interdit de circuler en chaussures autre que celles destinées au sport à l'intérieur des salles.
- Il est obligatoire de ranger le matériel utilisé à la fin de chaque séance afin de maintenir l'ordre et la sécurité dans la salle de fitness.

#### **Il est formellement interdit de :**

- Fumer, manger, boire dans des contenants métalliques ou en verres, prendre des médicaments à l'intérieur des salles.
- S'entraîner avec des plaies ou pansements quelconques ou en étant atteint d'une maladie contagieuse.
- Organiser des séances collectives de culture physique en dehors de celles programmées par le Club.

#### **VESTIAIRES**

- Toute personne fréquentant l'enceinte fitness accepte de se soumettre aux injonctions qui lui sont faites par le personnel du Club en ce qui concerne les modalités d'utilisation des vestiaires.
- Le déshabillage et le rhabillage ne peuvent impérativement se faire qu'à l'intérieur des vestiaires et cabines prévues à cet effet.
- L'utilisation des vestiaires ne doit pas excéder 30 minutes avant et après la séance d'entraînement.
- La durée maximale sous la douche est de 5 minutes (douche rapide sans gommage et produits qui nécessitent un temps d'utilisation long de la cabine de douche).
- Les casiers des vestiaires sont utilisés sous la seule responsabilité des usagers.
- Les membres sont priés de laisser les vestiaires dans l'état de propreté dans lesquels ils les ont trouvés.

#### **RESPONSABILITE - SECURITE**

- Le personnel du Club est seul habilité à dispenser des cours et des conseils. Leurs instructions doivent être respectées.
- L'utilisation des tapis de sol et des appareils de musculation nécessite impérativement l'utilisation d'une serviette individuelle.
- L'utilisation des équipements doit se faire durant les horaires d'ouverture et conformément aux usages pour lesquels ils sont disposés.
- Il est interdit de déplacer les équipements en dehors des salles.

- Tout incident ou accident doit immédiatement être signalé au responsable de la section.
- Chaque membre est responsable des accidents ou dommages subis.
- La direction du Club décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol au sein de l'enceinte fitness ou dans les vestiaires.