

RÈGLEMENT INTÉRIEUR - SALLE DE MUSCULATION

1. Accès à la salle

- L'accès est réservé aux personnes inscrites et à jour de leur cotisation.
- L'entrée est interdite aux mineurs non accompagnés.
- La salle de musculation est accessible de 7h30 à 19h30, à condition de ne pas être en temps de travail pointé.
- Toute personne doit préalablement avoir fait valider son accès par badge et s'inscrire sur les fiches de présence.
- Il est interdit de donner accès aux personnes non-membres de la section.

2. Tenue et hygiène

- Une tenue de sport correcte est obligatoire : t-shirt, brassière, legging, short/pantalon de sport et chaussures de sport propres (réservées à un usage intérieur) ainsi qu'une **serviette personnelle** pour utiliser les machines ou les bancs.
- Il est demandé de **nettoyer les appareils** après usage avec le produit désinfectant mis à disposition.
- Les comportements sales ou négligents sont interdits (laisser traîner ses affaires, laisser des déchets, etc.).

3. Utilisation du matériel

- Le matériel doit être utilisé conformément à sa fonction.
- Il est **interdit de lâcher les poids au sol** volontairement.
- Les poids, barres, haltères et autres matériels doivent être **rangés après usage**.
- L'utilisation des appareils doit être faite en bonne intelligence et est limitée à **20 minutes** en cas d'affluence.
- L'usage de magnésie est interdit.

4. Comportement

- Le respect de tout le monde est la règle : tout propos ou comportement discriminatoire lié notamment au genre, à l'origine, à la religion, au handicap ou à l'orientation sexuelle est proscrit dans la salle, et le harcèlement ainsi que les agissements et violences sexistes et sexuelles feront l'objet de sanctions.
- La musique personnelle est autorisée uniquement avec des écouteurs.
- Les téléphones portables doivent être utilisés discrètement.
- Il est interdit de fumer, boire de l'alcool, user de produits dopants ou consommer des substances illicites dans l'enceinte.

5. Sécurité

- Il est recommandé de s'échauffer avant toute séance.
- Chaque utilisateur s'entraîne sous sa propre responsabilité. L'association décline toute responsabilité en cas de blessure liée à une mauvaise utilisation des équipements.
- Toute blessure ou incident doit être immédiatement signalée à un responsable.
- En cas d'accident grave ou de malaise, prévenir immédiatement **le PC sécurité au 6277** qui se chargera d'appeler les secours.
- Les adhérents sont couverts par l'assurance de l'association.

6. Responsabilités

- L'association décline toute responsabilité en cas de vol. Il est conseillé de ne pas laisser d'objets de valeur dans la salle ou dans les vestiaires.
- Toute dégradation volontaire ou usage inapproprié du matériel pourra entraîner des sanctions.

7. Sanctions

- En cas de non-respect du règlement, des sanctions peuvent être prises : avertissement, suspension temporaire ou exclusion définitive, signalement auprès de l'établissement.

Fait à Saint-Mandé le :

Signature :