



RAPPEL DES REGLES DE BASE

➤ CHAUSSURES :

Vous devez avoir des chaussures adaptées à l'activité pratiquée : tongs, ballerines (et autres chaussures légères) sont INTERDITES sous peine d'exclusion.

➤ SERVIETTE : Elle est obligatoire → C'est simplement une question d'hygiène et le respect de celui qui vient après vous, le cas échéant, vous pourrez vous éponger.

➤ CIGARETTE : Il est interdit de fumer dans les locaux, merci de ne pas fractionner une séance de sport pour une pause cigarette.

➤ JEUNE DE 16 A 18 ANS :

Les mouvements doivent être réalisés correctement et avec des charges légères (principe de précaution).
Ceux de 16 ans (et moins) seront sous la responsabilité d'un parent, le club n'ayant pas d'encadrant pour cette catégorie d'âge.

➤ PORTABLE/ APPAREIL D'ECOUTE

Il peut être allumé pour les appels d'urgence, mais **Merci** de sortir de la salle quel que soit l'utilisation qui en est faite (appel, sms...).

Il faut également rappeler que les appareils d'écoutes (MP3 et autre ...) sont interdits pendant les séances .

➤ ACCES A L'EXTERIEUR – PORTE EXTERIEURE

La porte donnant sur l'extérieur N'EST PAS UNE PORTE D'ENTREE, destinée à un va et vient incessant. Vous pouvez y dire bonjour, mais merci de faire le tour pour aller au vestiaire et entrer dans la salle.

On amène des détritux et on abîme le revêtement de sol spécifique.

➤ LES APPAREILS/ RANGEMENT/ SECURITE

Ne monopolisez pas les appareils, tournez à plusieurs, le temps de repos des uns est le temps de travail des autres.

Pensez à remettre en place le matériel que vous utilisez dès la fin de l'exercice → les responsables de salle ne sont vos « esclaves » .

➤ POINTAGE :

Le pointage en salle n'est pas «un flicage» mais un moyen de vérifier les heures les plus chargées, faire des statistiques pour demander à la mairie des créneaux supplémentaires, des moyens supplémentaires ...

➤ ENCADREMENT :

Le fonctionnement de cette salle est basé sur le bénévolat, les encadrants sont là pour répondre au maximum à vos attentes dans la limite de leur formation et de leurs compétences.

D'autres personnes expérimentées sont capable de vous conseiller : n'hésitez pas à faire appel à eux et à écouter leurs conseils.