

REGLEMENT INTERIEUR SECTION MUSCULATION PLEUMELEUC

Le certificat médical est obligatoire dès la première séance d'essai.

Aucun adhérent ne sera admis aux entraînements tant que le dossier n'ai pas rendu complet.

Aucune cotisation ne sera remboursée en cas de démission en cours d'année.

Le port de chaussures propres et réservées à la salle est obligatoire.

L'emploi d'une grande serviette sur les appareils et tapis est obligatoire.

Tenue décente et correcte exigée.

Nous déclinons toute responsabilité en cas de vol dans les vestiaires.

L'utilisation des casques et écouteurs n'est tolérée que dans les salles cardio.

Vous devez changer de chaussures pour toute sortie de salle.

Les conversations téléphoniques se feront à l'extérieur.

Le non-respect de ces consignes peut entraîner l'exclusion de l'adhérent.

REGLEMENT INTERIEUR DU BUREAU

L'élection des membres du bureau se fait à l'assemblée générale.

L'élection du bureau et des nouveaux se fera à bulletin secret à majorité présente (un pouvoir par adhérent).

Les propositions d'achat seront présentées et validées ou non à majorité présente (un pouvoir par encadrant).

Ne sont membres du bureau que les encadrants.

Radiation : (non-respect des statuts)

La qualité de membre se perd par :

1. La démission ;
2. Le décès ;
3. La radiation prononcée par le bureau pour non-paiement de la cotisation ou motif grave. Avant la prise éventuelle d'une radiation, le membre concerné est invité, au préalable, à fournir des explications écrites au bureau.

Exclusion : (non-respect du règlement intérieur)

- L'exclusion temporaire est prise sur décision des membres du bureau par vote.
- L'exclusion définitive est prise sur décision des membres du bureau par vote.
- L'exclusion immédiate est prononcée par le président (vol, dégradation, etc.).

Le règlement intérieur est validé et applicable à la date de l'Assemblée Générale.

REGLEMENT INTERIEUR UTILISATION DES APPAREILS

Les charges utilisées sont pour tous les appareils sous votre responsabilité aucun recours possible en cas de blessures.

Nous déclinons tout accident de portable.

Développé-couché :

1. Il doit se faire avec un pareur en ayant les sécurités au bon niveau avec les stops disques.
2. L'utilisation à plusieurs est conseillée.

Squat :

1. Vous devez pratiquer ces mouvements dans les deux cages avec les sécurités.
2. L'utilisation à plusieurs est conseillée.

Soulevé de terre :

1. La pratique se fera uniquement sur les dalles amortissantes du plateau insert.
2. Les barres doivent être contrôlées et accompagnées lors de la descente.

Haltères :

Elles ne doivent pas être projetées sur le sol.

Tous les appareils et barres doivent être déchargés après utilisation.

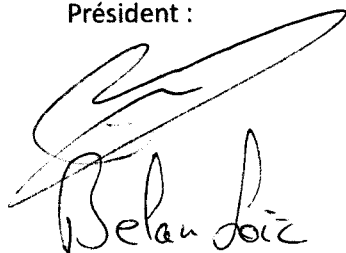
Le non-respect de ces consignes ou la détérioration de nos équipements entrainera votre exclusion après avertissement sans recours et dédommagement.

Les référents de séances sont les seuls à donner les consignes de positions et de sécurité.

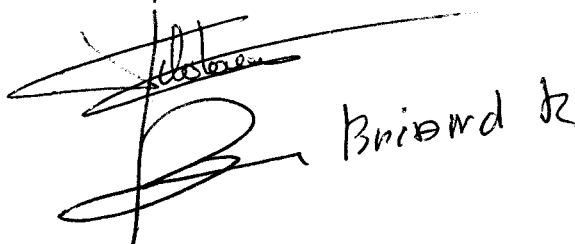
Les cris répétés et excessifs ne seront pas tolérés.

Fait à Pleumeleuc, le 13 mai 2023

Président :


Beaudouin

Vice-président :


Briard R

Trésorier :

BEAUDOUIN R
3