



Politique gestion de la salle d'entraînement

2014-04-12

Matériel d'entraînement :

Elliptique (Precor 534I)
Tapis roulant (Precor c932)
Vélo Spinnig (Evo Cx)
Rameur (Concept 2)
Machine muscle (Precor Multi 3,45)
Banc de musculation (2)
Barres, poids libres
Tapis protecteur
Ballons, élastiques
Tapis yoga, etc.

Programmes d'entraînement :

Des programmes d'entraînement seront disponibles pour les membres, cela permet de mieux cibler leur entraînement, sans risquer des blessures pour favoriser l'atteinte des objectifs de chacun. Si vous voulez perdre du poids, être plus musclé, renforcer certains muscles ou tout simplement maintenir votre forme physique, tout est possible.

Possibilité de service d'accompagnement personnalisé sur demande.

Surveillance du local :

Une surveillance du local sera mise en place avec l'ajout de camera.

Une procédure est mise en place afin de valider l'état de la salle et des appareils à plusieurs reprises dans la semaine.

Gestion du local :

- Les membres ont un set clef leur permettant d'aller à la salle d'entraînement;
- Un dépôt de 10 \$ sera demandé à chaque membre pour le set de clef;
- Les utilisateurs doivent obligatoirement avoir une serviette (produits nettoyants sur place) pour essuyer leurs appareils, après utilisation;
- Le ménage se fait par la personne en charge du ménage à la municipalité;
- Des règlements sont mis à la vue de tous. Tout manquement aux règlements sera passible du retrait de la carte de membre;
- Possibilité de programmes d'entraînement personnalisés. Des frais pourront être chargés;
- Capacité de la salle = 6 à 8 personnes à la fois;
- Des chartes d'entraînement sont installées sur les murs afin d'aider à la bonne pratique de certains mouvements;
- Un vestiaire est disponible à l'extérieur de la salle pour y déposer vos effets personnels. Il sera interdit d'entrer dans la salle avec manteaux, sac à dos, bottes, etc.
- La municipalité n'est pas responsable des objets perdus ou volés.

Fonctionnement:

- Les gens doivent se présenter à la municipalité pour signer la fiche d'inscription, faire le paiement et remettre le dépôt pour les clefs. Par la suite les membres devront aller voir Martin pour qu'il puisse vous remettre les règlements, les clefs et expliquer le fonctionnement des appareils ainsi que général;
- Les heures d'ouvertures (6h à 23h) : notamment pour voir au ménage de la salle;
- Un livre des commentaires sera disponible dans la salle pour connaître les besoins des utilisateurs;
- Un système de caméra sera installé afin de voir à la surveillance du local;
- Les membres devront signer le registre des entrées et sorties lors de chaque présence à la salle.

Règlements de la salle de conditionnement

Les heures d'ouvertures sont de 6h à 23h

L'utilisation d'appareils de conditionnement est limitée à 25 minutes par personne et 1h30 d'entraînement.

Pour votre sécurité, le port de vêtements appropriés est exigé.

Les sacs de sports ne sont pas permis dans la salle de conditionnement.

Par respect pour les autres usagers, vous devez nettoyer l'équipement après l'utilisation.

L'utilisation du vestiaire est obligatoire (manteaux, bottes, etc.)

Il est interdit de manger dans la salle de conditionnement, mais il est permis de boire de l'eau ou des boissons énergétiques.

**L'utilisation de radios est interdite (outre celle en place).
L'usage du baladeur est recommandé.**

Il est interdit de faire entrer (sans carte de membre) un ami, visiteur, etc.

Les jeunes âgés (es) de 15 ans et moins doivent être accompagnés d'un adulte

Vous devez signer le registre des membres lors de votre arrivée et à votre départ.

Si vous êtes la dernière personne à quitter la salle d'entraînement, vous devez fermer et verrouiller les portes ainsi que fermer les lumières.

Signaler immédiatement toute détérioration commise lors de l'utilisation de la salle/équipement ou constatée lors de votre arrivée sur les lieux.

Tout manquement à ces règlements peut vous faire perdre votre carte de membre



Formulaire d'inscription des membres

Nom du participant (e): _____

de téléphone : _____ Courriel : _____

Signature d'un parent (mineur) : _____

Type de carte:

ADULTE:

Annuel : ____ (300\$) 1 mensuel : ____ (30 \$)

13 – 17 ANS ET 65 ANS ET PLUS :

Annuel : ____ (150\$) 1 mensuel : ____ (20 \$)

12 ANS ET MOINS :

Gratuit (doit être accompagné d'un adulte en tout temps)

Réduction pour membership : ____ Coût total : _____

Date d'échéance : _____

Vous devez prendre rendez-vous avec Martin Beaulieu 418 235-4446 #245 pour connaître les détails de votre abonnement et la remise des clefs.

Modalités

- Tout manquement aux règlements (en annexe) peut entraîner la perte de votre carte de membre.
- Un dépôt de 10 \$ est exigé pour le prêt d'un set de clef.
- Vous devez signer le registre des membres lors de votre présence à la salle.
- Nous ne sommes pas responsables des objets perdus ou volés
- La municipalité se décharge de toutes responsabilités en ce qui concerne les blessures que peut causer un mauvais entraînement, le non échauffement...
- La vente de produits et services par les usagers est interdits
- Il est interdit pour les 12 ans et moins de faire de la musculation (appareil cardio seulement)

Nom en lettre moulée : _____ Date : _____

Signature : _____

