

REGLEMENT INTERIEUR DES EQUIPEMENTS SPORTIFS

ANNEXE : SALLE DE MUSCULATION DES MERISIERS

ACCES AUX LOCAUX

- L'accès de la salle est réservé aux personnes inscrites et relevant d'un organisateur (employeur mairie, services municipaux, associations, éducation nationale ou autres partenaires).
- L'accès se fait via la salle E (salle de sport) en respectant un cheminement et en respectant les utilisateurs ainsi que les pratiques qui s'y déroulent. Aussi les arrivées et départs ne pourront être échelonnées et devront respecter les horaires de créneaux des activités organisées dans la salle de musculation afin de proscrire les va et vient, au même titre que les différentes activités sportives se déroulant dans l'équipement.
- Les occupations sont mixtes quelque que soit l'organisateur de l'activité.
- Dans un souci de sécurité et de responsabilité, les utilisateurs ne peuvent être accompagnés de personne non inscrite.
- Afin de ne pas gêner les utilisateurs, les conversations téléphoniques devront s'effectuer dans les circulations ou à l'extérieur de l'équipement.
- La diffusion musicale est interdite.
- Tout démarchage ou publicité privée sont interdits.
- Il est interdit de manger dans la salle.
- Les animaux ne sont pas admis.
- Des racks à vélo sont disponibles à l'extérieur de la salle et il est interdit de stationner un vélo dans la salle.
- Les utilisateurs doivent toujours avoir leur carte d'utilisateur avec eux afin de pouvoir être identifiés par l'intervenant ou toute personne susceptible de le remplacer.
- L'accès à la salle se fait uniquement pendant les heures et jours d'ouverture fixés par la Mairie. Ils peuvent changer selon les contraintes du service et sur certaines périodes de l'année.
- Aucune présence ne sera tolérée avant ou après les horaires mentionnés.
- L'entrée et la sortie par la porte de secours donnant sur l'extérieur sont interdites.

UTILISATION

Il est obligatoire pour l'utilisateur de remettre à l'organisateur de l'activité à laquelle il s'inscrit les éléments suivants afin de respecter les obligations administratives et médicales :

- Un formulaire d'inscription avec photo d'identité.
- Un certificat médical qui fait office de « non contre – indication à la découverte et la pratique de la musculation ».
- De payer l'inscription le cas échéant.
- Un justificatif de domicile.
- Une attestation d'assurance civile couvrant l'utilisateur pour les dégradations pour lesquelles il pourrait être tenu pour responsable, volontairement ou non.
- Une autorisation parentale pour les mineurs. L'âge minimum requis étant de 15 ans.

UTILISATION DU MATERIEL

- Respect des règles, de soi-même, des autres (quelque soit leur sexe, apparences ou capacités physiques, conditions sociales, préférences sexuelles, opinions religieuses ou politiques) et des institutions sportives et publiques.
- Respect des locaux et du matériel mis à disposition pour pratiquer le sport.
- Toute dégradation volontaire du matériel ou mauvaise utilisation (entraînant une détérioration), donnera lieu à une suspension de l'accès à la salle et une obligation de réparation.
- Chaque appareil devra être utilisé à bon escient.
- Aucune utilisation autre que celle d'origine ne sera acceptée.
- La réservation d'appareil est interdite.
- Le partage d'appareil entre utilisateur est obligatoire si nécessaire.
- Obligation d'attacher la corde de sécurité pour l'utilisation du tapis de course.

- La structure n'étant pas adaptée, les mouvements d'haltérophilie sont interdits (arraché, épaulé-jeté).
- Les appareils devront être utilisés après explication d'un éducateur ou après avoir bien étudié et compris la notice explicative (QR code).
- Les charges doivent être accompagnées jusqu'à stabilisation et non jetées au sol.
- Afin de travailler en toute sécurité, les exercices avec des charges libres devront se faire avec une personne à proximité pour assister le cas échéant.
- La magnésie est interdite.
- Interdiction d'ouvrir l'issue de secours donnant sur l'extérieur.
- Le coaching est interdit (mis à part pour les éducateurs responsables de la salle)
- Il est impératif dans un souci de sécurité, de respecter les règles mises en place par les responsables de la salle :
 - o Être assisté par un pareur pour les exercices sur charges libres et lourdes, non guidées
 - o Ne pas pratiquer (interdiction absolue) les mouvements d'haltérophilie : « arraché, épaulé - jeté »

TENUE ET HYGIENE

- Exigence du port d'une tenue sportive propre, correcte y compris les chaussures.
- Elle doit être adaptée à la pratique de la musculation avec machines, proche du corps pour éviter les coincements de matière.
- Une paire de chaussure couvrant l'intégralité du pied est obligatoire.
- Il est interdit de s'entraîner torse nu.
- L'utilisation des vestiaires est obligatoire pour se changer.
- Dans un souci d'hygiène et de préservation du matériel l'utilisation d'une serviette propre, fournie par l'utilisateur, est obligatoire pour couvrir les appareils même en phase de repos.

DEPART DE LA SALLE

- Avant de quitter la salle, il est impératif d'y mettre de l'ordre :
 - o Ranger les disques sur les portiques.
 - o Ranger les haltères, serre disques, élastiques et cordes à sauter dans les espaces prévus.
 - o Éteindre les lumières, fermer les fenêtres, les portes en s'assurant que personne ne reste à l'intérieur.
 - o Vérifier la fermeture des portes et fenêtres.
 - o L'alarme est mise en service par les agents municipaux.

ENCADREMENT

- Une personne sera présente pour l'accueil des usagers. Elle sera, entre autres, chargée de faire appliquer le règlement et de vérifier l'autorisation des accès.
- Pour tous conseils relatifs à l'entraînement et à la bonne exécution des mouvements, une personne compétente sera présente à des heures déterminées.
- Les organisateurs prendront en charge les novices avant et pendant le 1er entraînement
- L'organisateur qualifié sera présent pendant toute la durée de la séance y compris sur les pratiques libres avec les initiés.