

# **Règlement intérieur de la salle de musculation (espace bien-être)**

## **Article 1 :**

Le but de ce règlement est d'assurer l'hygiène et la sécurité des lieux, de faciliter la cohabitation des usagers de la salle et d'améliorer la durée de vie du matériel. Tout utilisateur doit respecter le règlement intérieur, sous peine d'être exclu de la salle.

## **Article 2 :**

L'occupation de la salle est partagée entre créneaux libres et séances encadrées.

## **Article 3 : créneaux libres**

### **Accès :**

Le planning des créneaux libres est affiché à l'entrée de la salle.

Pendant les créneaux libres, seuls les membres du Club des Nageurs de Paris (CNP) majeurs et à jour de leur cotisation sont autorisés à accéder à la salle. Toutefois, l'accès peut être accordé à d'autres utilisateurs sous réserve de la signature d'un accord spécifique avec le club.

### **Utilisation du matériel :**

Le matériel doit être utilisé avec tout le soin requis et dans le respect des consignes affichées sur ou à proximité des machines.

Les appareils doivent être nettoyés après chaque utilisation avec les produits mis à disposition.

Les utilisateurs doivent ranger le matériel à la fin de leur séance. En particulier, ils doivent décharger les barres et de remettre les poids à leur place après utilisation.

Le matériel ne doit pas être sorti sur la terrasse.

## **Bien être, hygiène et propreté de la salle :**

Il est interdit de consommer de la nourriture à l'intérieur de la salle. Seules les gourdes ou les bouteilles d'eau sont autorisées.

Le port d'une tenue de sport propre et adaptée à la pratique des activités sportives est exigé. Les chaussures utilisées dans la salle doivent être exclusivement dédiées à un usage intérieur.

Une serviette doit être utilisée sur les appareils de musculation. La pratique du torse nu n'est pas autorisée sur les appareils de fitness (tapis de course, vélo, vélo elliptique, rameur, ...).

Il est interdit de se déshabiller dans la salle. Un vestiaire est prévu à cet effet.

Les habits d'extérieur doivent être rangés dans les casiers situés dans les vestiaires, ou à défaut, dans un sac. Ils ne doivent gêner ni l'utilisation des appareils, ni la circulation dans la salle.

## **Article 4 : séances encadrées**

### **Accès :**

Le planning des séances encadrées est affiché à l'entrée de la salle.

L'accès à la salle pendant les séances encadrées est exclusivement réservé aux membres du Club des Nageurs de Paris (CNP) à jour dans leur cotisation.

### **Utilisation des lieux :**

Pendant les séances, l'entraîneur s'assure du bon usage du matériel et du respect du règlement de la salle. Les élèves de son groupe ont la priorité quant à l'utilisation des espaces et du matériel. Les membres du club présents doivent ainsi les rendre disponibles si l'entraîneur en formule la demande.

Pendant les séances de yoga, il est demandé aux adhérents présents de maintenir dans la salle un environnement calme en évitant tout bruit excessif.