

# REGLEMENT INTERIEUR 2023-2024 - NAC MUSCULATION

## Agrément ministériel N°448 1145

### 1. GENERAL

- 1.1 Les documents d'adhésion sont conservés au bureau de l'association.
- 1.2 Les salles ne sont accessibles qu'aux adhérents. Un contrôle aléatoire pourra être fait pour vérifier l'adhésion.
- 1.3 Les salles sont ouvertes par les professeurs ou par les membres du bureau 15min maximum avant les cours du lundi matin au samedi midi. En dehors de ces heures, les salles sont fermées pour tous, adhérents et membres du bureau. Les salles sont fermées les dimanches et jours fériés.
- 1.4 Les horaires de fermeture doivent être respectés. Les adhérents doivent regagner les vestiaires 5 minutes avant la fermeture.
- 1.5 Les effets personnels tels sacs, casques, ne peuvent être déposés dans l'espace d'accès au cours collectifs, ils doivent être rangés dans les aménagements prévus à cet effet. Le NAC Musculation ne pourra pas être tenu responsable d'un vol ou dégradation des effets personnels des adhérents.
- 1.6 Chaque adhérent doit se munir d'un cadenas personnel afin de sécuriser un des casiers mis à disposition durant l'entraînement. Il est interdit de laisser ses affaires personnelles à l'intérieur des casiers après avoir quitté les salles du NAC MUSCULATION, les cadenas oubliés seront automatiquement coupés sans indemnisation.
- 1.7 Le NAC Musculation se réserve le droit de modifier les horaires et contenus des activités au cours de l'année en fonction de l'affluence, des périodes, du nombre d'adhérents. Les informations sont diffusées sur les supports suivants : tableaux d'affichage, site internet et réseaux sociaux.
- 1.8 L'adhésion au NAC MUSCULATION est possible à partir de 16 ans minimum.

### 2. SÉCURITÉ

- 2.1 Un défibrillateur DAE se trouve à l'entrée du NAC MUSCULATION.
- 2.2 Les consignes d'utilisation des appareils de musculation sont affichées dans les salles et doivent être respectés. L'adhérent devra prendre connaissance du mode d'emploi des appareils avant toute utilisation. En cas de doute, l'adhérent est invité à demander à un de nos professeurs présents à la salle, la manière d'utiliser un appareil.
- 2.3 Pour la sécurité de tous, signaler toute anomalie de fonctionnement des appareils auprès du bureau.
- 2.4 Les numéros de téléphone relatifs à la sécurité : SAMU et pompiers, services techniques et d'urgence de la mairie, gendarmerie sont affichés à l'entrée du Nac Musculation.
- 2.5 Après entraînement sur les machines, chaque adhérent doit décharger les barres et ranger les poids libres et haltères à leur emplacement.
- 2.6 Ne pas laisser tomber le matériel bruyamment et en particulier les altères, disques et barres.
- 2.7 Aucune boisson alcoolisée n'est autorisée pendant la pratique sportive.

### 3. HYGIENE ET SAVOIR VIVRE

- 3.1 Une tenue de sport correcte est exigée. Le port de chaussures de sport est obligatoire toute la saison dans toutes les salles. Sont interdites les chaussures ouvertes (pieds-nu, sandales, espadrilles, tongs). Il est interdit de se mettre torse nu dans la salle. Pour se changer, des vestiaires sont à disposition.
- 3.2 L'utilisation d'une serviette individuelle est obligatoire, pour l'ensemble des activités dans les trois salles. Un tapis de sol est nécessaire pour la salle de Gym / Fitness. L'adhérent doit déposer sa serviette sur les machines avant utilisation afin d'éviter un contact direct avec les appareils et d'en préserver la propreté. Le NAC MUSCULATION met à disposition de tous un produit nettoyant et essuie-tout pour permettre à chaque adhérent de nettoyer l'équipement après utilisation.
- 3.3 Les adhérents sont tenus de respecter les règles de savoir-vivre et d'adopter un comportement courtois envers les autres adhérents, nos professeurs et les membres du bureau du NAC MUSCULATION.

### 4. SANTE

- 4.1 Un certificat médical de non contre-indication à la pratique du sport fitness et musculation réalisé par un médecin est obligatoire pour les nouveaux adhérents et valable 3ans.
- 4.2 Un questionnaire de santé pour **les anciens adhérents** doit être obligatoirement complété chaque année en l'absence de présentation de nouveau certificat médical de non contre-indication. L'ensemble des questions doivent être répondues par "NON" en l'absence de quoi un certificat médical sera exigé.

### 5. DROIT À L'IMAGE

- 5.1 J'autorise l'association NAC MUSCULATION à réaliser des prises de vue photographiques, des vidéos ou des captations numériques dans le cadre de l'association. En conséquence de quoi et conformément aux dispositions relatives au droit à l'image, j'autorise le NAC MUSCULATION à fixer, reproduire et communiquer au public les photographies, vidéos ou

captations numériques prises dans le cadre associatif. Les images pourront être exploitées et utilisées directement par l'association sous toute forme et tous supports connus et inconnus à ce jour, pour un territoire illimité, sans limitation de durée, intégralement ou par extraits et notamment : presse, livre, supports d'enregistrement numérique, publicité, site internet, réseaux sociaux. Le NAC MUSCULATION s'interdit expressément de procéder à une exploitation des photographies susceptible de porter atteinte à la vie privée ou à la réputation, et d'utiliser les photographies, vidéos ou captations numériques de la présente, dans tout support ou toute exploitation préjudiciable.

- 5.2 Je me reconnais être entièrement rempli de mes droits et je ne pourrai prétendre à aucune rémunération pour l'exploitation des droits visés aux présentes.
- 5.3 Je garantis que ni moi, ni le cas échéant la personne que je représente, n'est lié par un contrat exclusif relatif à l'utilisation de mon image ou de mon nom.
- 5.4 Pour tout litige né de l'interprétation ou de l'exécution des présentes, il est fait attribution expresse de juridiction aux tribunaux français.

**Cochez la case :**

<input type="checkbox"/>	J'accepte les conditions d'utilisation du droit à l'image (voir le chapitre « 5 » ci-dessus)
<input type="checkbox"/>	Je refuse les conditions d'utilisation du droit à l'image (voir le chapitre « 5 » ci-dessus)

### **6. Remboursement adhésion et séance découverte**

- 6.1 Une séance découverte gratuite ne se fait qu'en avertissant un membre du bureau DU NAC MUSCULATION et en présence d'un de nos professeurs, et sera soumis au même règlement intérieur que les adhérents.
- 6.2 En cas de non-respect du règlement intérieur, le NAC Musculation pourra refuser l'accès des salles du NAC Musculation temporairement ou définitivement sans préavis. Aucun remboursement ne sera effectué à l'adhérent.
- 6.3 Aucun remboursement ne pourra être fait à un adhérent sauf sur présentation d'un certificat médical de contre-indication.

### **7. REGLEMENT ADHESION 2023/2024**

Nous vous proposons de régler votre adhésion en 3 fois par chèque bancaire ou espèces.

- **1 chèque** encaissé au 1er octobre 2023
- **1 chèque** encaissé au 1er janvier 2024
- **1 chèque** encaissé au 1er avril 2024

Ces règles sont valables sur la période d'ouverture de la salle pour la saison 2023/2024.

Tout trimestre commencé sera dû.

<b>Tarif Annuel Adulte seul</b> À partir du 28 Août 2023	<b>185€</b>	Paiement en 3 fois 85€ / 50€ / 50€
<b>Tarif famille 2<sup>ème</sup> adhérent</b> À partir du 28 Août 2023	<b>175€</b>	Paiement en 3 fois Soit pour <b>2 adhérents</b> : 360€ 120€ / 120€ / 120€
<b>Tarif famille 3<sup>ème</sup> adhérent</b> À partir du 28 Août 2023	<b>165€</b>	Paiement en 3 fois Soit pour <b>3 adhérents</b> : 525€ 175€ / 175€ / 175€
<b>Tarif étudiant / Apprenti à partir de 16 ans</b> (sur présentation carte étudiant/justificatif) À partir du 28 Août 2023	<b>155€</b>	Paiement en 3 fois 55€ / 50€ / 50€
<b>Tarif dégressif</b> À partir du 1er janvier 2024		Se rapprocher du bureau

Sportivement,

Le bureau du NAC MUSCULATION

**En signant ce document, j'accepte le règlement intérieur du NAC Musculation.**

Date :	Nom :	Signature adhérent(e) :
	Prénom :	