



REGLEMENT du CLUB

► **LES INSCRIPTIONS ET RENOUELEMENTS**

Les renouvellements d'inscription devront être faits **au plus tard le 18 septembre**.

Vous avez la possibilité de faire parvenir votre dossier par courrier postal dès le 1^{er} juillet (voir contact).

Les certificats médicaux ne sont plus obligatoires (une attestation spéciale est indispensable pour handisport))

Chaque adhérent commencera les cours uniquement après avoir rendu son dossier d'inscription complet.

Les nouvelles inscriptions seront prises après 2 essais, et **seront closes le 9 octobre** (Sauf conditions très particulières validées par le bureau)

Les pièces à fournir :

- La fiche d'inscription remplie
- 1 photo
- Le règlement par chèque, espèces, chèque vacances (nous ne prenons pas les coupon sport)
- La fiche santé QS-Sport de la FCD remplie
- Une copie de la pièce d'identité et de la carte grise (pour les nouveaux inscrits)
- Et pour la section Handisport, l'attestation santé spécifique handisport

► **LES HORAIRES DES SEANCES DE GYM**

Gym Fitness :

- le lundi de 19h00 à 20h30,
- le jeudi de 19h15 à 20h45

Pilates :

- le mardi matin de 9h30 à 11h00

Gym Handisport : le jeudi de 17h30 à 19h00

Enfants Handisport : mardi de 17h15 à 18h30

Gym Santé/reprise en douceur/programme poids : mardi de 17h00 à 18h30

Les séances démarrent à l'heure précise, chaque participant devra être prêt dans le gymnase dès le début de la séance, pour ne pas déranger ou modifier le déroulement du cours.

Pour tout renseignement, les encadrants sont présents et à votre disposition 15mn avant l'heure de début du cours.

► **ACCÈS À LA CASERNE ET STATIONNEMENT**

Les personnes accédant au gymnase doivent **impérativement** se présenter au poste de sécurité : se garer devant le poste, et attendre que le gendarme de garde vous fasse signe. Un macaron à présenter devant le poste sera distribué.

! Sauf modification réglementée par le commandant de la gendarmerie, **le stationnement des véhicules des personnes ne résidant pas dans l'enceinte de la caserne se fera uniquement sur les places prévues vers l'entrée et le long du Mess, et non pas devant le gymnase**, ces emplacements étant attribués aux familles résidentes de la caserne (voir en bleu plan ci-dessous)

La dépose des personnes venant en synchro-accès pourra s'effectuer directement devant le gymnase.

Les personnes en situation de handicap pourront se garer dans le parking devant le gymnase, hors places balisées en blanc

► CIRCULATION DANS LA CASERNE :

La caserne c'est comme la cour de votre maison : les enfants y circulent librement. La vitesse des véhicules est limitée à **15 km/h**, et les panneaux « stop » doivent être respectés.

► LE GYMNASSE ET SON MATERIEL

La section gymnastique met à votre disposition du matériel spécifique dont chacun devra prendre soin.

La salle de musculation avec ses appareils, ainsi que la cage de Crossfit et le matériel correspondant sont strictement réservés à la section Musculation et aux sections Handisport et gym santé .

Chaque adhérent devra impérativement s'équiper de chaussures de sport servant exclusivement à l'intérieur pour pénétrer dans le gymnase.

► LES TARIFS DE L'ADHESION

- **Gym Fitness et Gym Santé : 140€** (tarif couple : 230€) jusqu'à 3 séances/semaine
- **Bénévoles handisport : 90€** (pour participer aux séances de fitness)
- **Handisport Adulte et Enfants : 100€** (1 séance/semaine)
- **Programme poids personnalisé : 60€** (en plus de la cotisation à gym fitness)
- **Cours particuliers : 300€ les 10 séances**

Une facture de cotisation pourra vous être donnée, si vous avez coché la case sur la fiche d'inscription

Une fois le dossier d'inscription rendu, aucune cotisation ne pourra être remboursée, ni reportée, quelle qu'en soit la raison

► LE DROIT A L'IMAGE

Des photos et vidéos sont prises régulièrement pendant les séances, pour promouvoir notre club. Sauf avis contraire écrit de votre part, ces images seront utilisées pour notre site internet, les réseaux sociaux du club, les flyers, book pour les partenariats ou affiches diverses.

► CONTACT

CSG-S – Bernadette Frison – 42 chemin du Violet – 73230 ST ALBAN LEYSSE - tel 06.79.84.27.20

galopine73@gmail.com - <http://csqs-galopins.e-monsite.com/> - www.facebook.com/gymgalopins/

