



RÈGLEMENT – SALLE D’ENTRAÎNEMENT (GYM) – Notre-Dame-du-Rosaire-

HORAIRE DU GYM :

-tous les jours de la semaine de 7 h à 23 h

COÛT DE L’ABONNEMENT (RÉSIDENTS SEULEMENT)

- 1 mois : 20\$
- 3 mois : 50\$
- 6 mois : 95\$
- 1 an : 160\$

GESTION DU LOCAL :

- Les membres ont en leur possession une carte magnétique leur permettant l’accès à la salle d’entraînement
- Un dépôt de 20\$ sera demandé à chaque membre pour l’obtention de la carte magnétique; en cas de perte ou de vol de la carte, le membre devra déboursier un montant de 20\$ pour le remplacement de la carte magnétique
- Les utilisateurs doivent avoir obligatoirement une serviette (produits nettoyants sur place) pour essuyer leurs appareils, après utilisation
- Des règlements vous sont remis à l’inscription et seront affichés à la vue de tous. Tout manquement aux règlements sera passible du retrait de la carte de membre;
- Capacité de la salle est de 8 personnes à la fois
- Il est interdit de circuler avec les bottes, les souliers d’extérieur et les manteaux dans la salle, un espace à l’entrée est prévu à cet effet
- Une douche est disponible, veuillez laisser les lieux propres après utilisation
- La Municipalité n’est pas responsable des objets perdus ou volés
- Il est défendu de flâner dans l’édifice. L’accessibilité est seulement pour le local du gym

- Le port de vêtements appropriés est exigé. Interdit de s'entraîner torse nu
- Les poids doivent être replacés après chaque utilisation. Ne pas laisser tomber vos poids au sol
- En tout temps, vous devez être deux dans le gym
- Les membres doivent partager les appareils et faire preuve de respect. Laissez la place entre chaque séance d'utilisation d'un appareil ou chaque série d'entraînements
- Il est interdit de manger dans la salle de conditionnement, mais il est permis de boire de l'eau ou des boissons énergétiques
- Le volume de la radio doit être raisonnable, pour ne pas déranger les autres usagers de l'édifice
- Signaler immédiatement toute détérioration commise lors de l'utilisation de la salle/équipement ou constatée lors de votre arrivée sur les lieux
- Le cellulaire est obligatoire en cas d'urgence
- Garder les lieux propres
- La Municipalité se réserve le droit d'annuler ou de refuser un abonnement
- La Municipalité se réserve le droit à tout changement de prix des abonnements

FONCTIONNEMENT ET RÈGLEMENTS :

- Les gens doivent se présenter à la municipalité pour signer le contrat d'abonnement, faire le paiement et remettre le dépôt de la carte magnétique. Les règlements et la carte magnétique leur seront remis
- Formulaire Q-AAP à remplir obligatoirement
- Les résidents ou propriétaires de la Municipalité de Notre-Dame-du-Rosaire seront admis sous présentation d'une preuve de résidence, compte de taxe, etc.
- Toute personne âgée de 17 ans ou moins devra obligatoirement être accompagnée d'une adulte
- Il est strictement interdit aux membres de donner accès à une autre personne qui n'est pas membre ou qui n'a pas sa carte (à l'exception des services d'urgence) incluant de lui ouvrir la porte même si vous connaissez la personne. Les contrevenants sont passibles de poursuite en justice et la Municipalité se réserve le droit de résilier immédiatement l'abonnement des contrevenants
- Tolérance zéro quant à des paroles ou gestes agressifs auprès des autres membres. La plus grande courtoisie et le respect d'autrui sont de mise en tout temps
- Les contraventions graves ou répétées au code de vie des membres peuvent entraîner la résiliation de l'abonnement
- Le présent abonnement ne peut être cédé, transféré ou revendu de quelque façon que ce soit
- Il est interdit de solliciter les autres membres abonnés pour quoi que ce soit
- Étant donné que certaines situations hors de notre contrôle peuvent survenir occasionnellement, nous nous réservons le droit de fermer temporairement le

gym, sans compensation monétaire, en cas de panne majeure, de panne électrique ou autre

CE QU'IL FAUT SAVOIR :

- La Municipalité met à la disposition des membres, des équipements pour la pratique d'activité physique. Le membre accepte les risques inhérents à la pratique et à l'utilisation de ce qui est mis à sa disposition et renonce à toutes poursuites envers la municipalité.
-
- Toute activité physique comporte un risque de blessures traumatiques telles que des maux de dos (hernie discale), tendinopathie, blessure inflammatoire ou élongation musculaire ou autre. Ces blessures sont habituellement liées à un manque d'échauffement, manque de stabilité lombaire et abdominale, surcharge, mauvaise technique d'entraînement, l'absence d'étirements après l'effort ou un temps de récupération trop court entre les exercices.
- L'activité physique d'intensité modérée à élevée peut également présenter un risque d'incident cardiovasculaire. Toutefois, sauf en présence de maladie cardiovasculaire pour laquelle les facteurs de risque auraient été déjà évidents, le risque de réactions cardiovasculaires indésirables durant l'activité physique est extrêmement faible chez les adultes et les adolescents apparemment en bonne santé et généralement, est compensé par les bienfaits considérables que l'activité physique confère pour la santé. Même les membres qui sont dans une condition physique optimale sont exposés aux blessures lors de l'entraînement. Un mode de vie sédentaire, la vieillesse, l'arthrose ou un surplus de poids sont parmi les conditions qui peuvent faire en sorte que certains membres soient plus à risque de souffrir d'une blessure liée à l'entraînement. Tous les membres devraient consulter leur médecin avant d'entreprendre un programme d'entraînement.
- Le membre convient d'indemniser la Municipalité et leurs représentants de toute cause d'action qui pourrait découler de sa négligence dans l'utilisation du gym, des installations ou des équipements pour tous les frais juridiques et d'experts qui pourraient être nécessaires pour assurer leur défense.

CONTRAT D'ABONNEMENT

Nom, Prénom : _____

Adresse : _____

Date du début de l'abonnement : _____

Durée de l'abonnement : Mensuel Trimestriel Annuel

Coût de l'abonnement : _____

Téléphone : _____

Numéro de la clé : _____

Version du règlement : _____

****Il est de votre responsabilité de renouveler ou non votre abonnement à la date d'échéance de votre contrat. Dans le cas contraire, votre carte ne sera plus en fonction****

J'ai lu et j'accepte le fonctionnement, les règlements et les risques associés à l'utilisation des appareils tels que mentionnés dans le règlement-Salle d'entraînement-gym, version REV-00 de la municipalité de Notre-Dame-du-Rosaire.

Je déclare **décharger** de toutes **responsabilités** la municipalité ainsi que toutes les personnes m'aillant mis le matériel à disposition, concernant les blessures, dommages matériels et/ou corporels occasionnés ou subis, en cas de vol ou de perte de bien ainsi que pour toute autre dégradation lors de l'activité.

Signature : _____

Date : _____