



**REGLEMENT COC SECTION MUSCULATION SPÉCIFIQUE COVID19**  
**POUR L'ACCÈS A LA SALLE DE MUSCULATION**

**I - ACCES A LA SALLE**

- Port du masque à l'arrivée, la sortie et durant les déplacements au sein du complexe.
- Les réservations des séances sont obligatoires et se feront uniquement auprès de Martine sur place ou par SMS 0612804231
- La salle de musculation sera ouverte du lundi au dimanche aux horaires ci-dessous :
  - a) avec la présence de MARTINE dans les créneaux indiqués ci-dessous
    - i. mardi, jeudi, samedi de 9h15 à 11h15
    - ii. lundi, mercredi, vendredi de 17h30 à 19h30
  - b) avec la présence de Jean-Michel Lecomte les :
    - i. mardi et vendredi de 19h30 à 21h30
    - ii. samedi de 18h à 20h00
  - c) avec la présence de Stéphane Comble les :
    - i. lundi et jeudi de 12h15 à 13h15
  - d) avec la présence de Frédéric Pelé :
    - i. mardi et jeudi de 14h à 15h30
  - e) avec la présence de Murielle Caffin
    - i. mardi et jeudi de 15h30 à 17h00
  - f) avec la présence de Jérôme Lootgieter :
    - i. dimanche de 10h à 12h

**II - A L'ACCUEIL**

- *Arriver en tenue de sport (pas de vestiaires ni de douches)*
- *Chaussures de sport réservées pour la salle dans votre sac à mettre sur place aux emplacements prévus à cet effet*
- *Désinfecter vos mains au gel hydroalcoolique mis à disposition*
- *Pas de serrage de mains ni de bises*
- *Votre bouteille d'eau étiquetée à votre nom*

**III- A L'ENTRAINEMENT**

- *Grande serviette sur les bancs ou assise des machines*
- *L'entraînement sera individuel (une personne par machine ou banc)*
- *Chacun désinfecte son matériel après chaque utilisation voire avant si cela le rassure (des solutions désinfectantes et papier jetable sont à disposition dans la salle)*

**IV- HORAIRES COURS COLLECTIFS**

- i. mardi et jeudi de 10h à 11h et lundi et mercredi de 18h15 à 19h15

**IV- LES TOILETTES**

- *Une seule toilette femme et une seule toilette homme ouvertes.*

*Nous comptons sur votre civisme pour que chacun puisse profiter de sa séance en toute sérénité. Des contrôles seront faits et tout non-respect des règles par l'adhérent pourra après un premier avertissement conduire au blocage temporaire de sa carte.*

*Tout vol ou détérioration de produits sanitaires amènera à une fermeture de la salle.*

Nom de l'adhérent :

Date :     /     /

Numéro de carte :

Signature