



Rue Alfred Debussy - 21500 MONTBARD  
Siège Social - Maison des Associations  
Route de Châillon - 21500 MONTBARD

# Association Physic Club Montbard

Adresse mail : [physic-club-montbard@orange.fr](mailto:physic-club-montbard@orange.fr)

Site internet : [www.physicclub-montbard.fr](http://www.physicclub-montbard.fr)

Tél. : 03.80.96.34.97 ( aux heures de permanence)

## DOSSIER D'INSCRIPTION

- ➔ UN MEMO PRATIQUE POUR VOUS INSCRIRE ET DES INFORMATIONS UTILES AU VERS
- ➔ UNE FEUILLE D'INSCRIPTION A REMPLIR
- ➔ UN REGLEMENT INTERIEUR (AU VERSO FEUILLE INSCRIPTION) A LIRE ET SIGNER

## MEMO PRATIQUE POUR VOUS INSCRIRE

### Contacts pour inscriptions :

Vincent au 06-88-07-37-00

Cécile au 06-79-70-62-51

Thierry au 06-87-74-55-35

Bernadette au 06 83 47 21 61

### Permanences pour inscriptions:

**Lundi de 9h30 à 12h00 avec Bernadette (inscription et réinscription)**

**Samedi de 15h30 à 17 h30 avec Thierry (inscription et réinscription)**

**Salle ouverte 7/7 jours de 6h00 à 22h00 sauf le mardi ouverte de 10h30 à 22h00**



**Certificat médical obligatoire lors de l'inscription  
Chaussures de salle propres et serviette obligatoire**

**La cotisation comprend l'accès à la salle de musculation et aux cours collectifs**



## MEMBRES DU BUREAU A PREVENIR EN CAS D'URGENCE

En qualité de Président de l'Association « Le Physic Club », j'entends par le mot **URGENCE** les situations suivantes :

- Accès impossible à la salle (si pas d'adhérent présent dans la salle),
- Constatation de dégradations,
- Problème lié aux locaux (dégât des eaux...),
- Situation comportementale grave (violence verbale et/ou physique) de la part d'un adhérent pouvant mettre en danger autrui.

Les autres situations de l'ordre d'un manquement relatif au Règlement Intérieur du Physic Club (présence d'une personne non inscrite, d'enfants, de mineur...) devront être signalées à un membre du bureau lors de sa présence à la salle.

Je rappelle que l'ensemble des membres du Bureau à la Responsabilité de faire appliquer le Règlement elle ne repose pas uniquement sur le Responsable de salle. D'autre part, tous les membres sont présents dans le cadre d'un bénévolat, il va donc du civisme de chacun de respecter ces personnes et leurs vies privées.

Monsieur FARACHE Vincent	03.80.96.71.66 06.88.07.37.00
Madame CHAUMET Cécile	06.79.70.62.51
Madame PERROT Bernadette	06.83.47.21.61
Madame DAUFELD-NICOLLE Mylène	06.32.68.22.77
Monsieur ZOCCHEDDU Thierry	06.87.74.55.35
Monsieur VERGER Jean-Jacques	06.30.62.84.36
Monsieur GOYER Jacques	07.78.66.55.16

Président  
V. FARACHE

# DOSSIER INSCRIPTION N°

Nom:	_____	Prenom:	_____
Né(e) le	_____		
Adresse:	_____		
Code postal:	_____	Ville:	_____
Téléphone:	_____	Mail:	_____

## ADHESION

caution de 1€ pour nouvelle inscription ou perte de carte

<u>MENSUELLE</u>	30	<input type="checkbox"/>	<u>ANNUELLE COUPLE</u>	190	<input type="checkbox"/>
<u>TRIMESTRIELLE</u>	65	<input type="checkbox"/>	<u>SCOLAIRE (16 ANS ET +)</u>	100	<input type="checkbox"/>
<u>SEMESTRIELLE</u>	85	<input type="checkbox"/>	<u>CHOMEURS - RETRAITES</u>	100	<input type="checkbox"/>
<u>ANNUELLE</u>	115	<input type="checkbox"/>			

## REGLEMENT

CHEQUE N° _____	<input type="checkbox"/>	ESPECES	<input type="checkbox"/>
TICKETS CAF	<input type="checkbox"/>	CHEQUES VACANCES	<input type="checkbox"/>
COMITE ENTREPRISE	<input type="checkbox"/>	CHEQUES SPORT	<input type="checkbox"/>

**paiement en trois fois possible pour inscription 1 AN UNIQUEMENT PAR CHEQUE**

**VALIDITE INSCRIPTION DU \_\_\_\_\_ AU \_\_\_\_\_**

## CERTIFICAT MEDICAL

Je soussigné(e), \_\_\_\_\_ docteur en médecine, atteste que l'examen médical pratiqué ce jour chez Mr ; Mme ; Mlle \_\_\_\_\_ n'a mis en évidence aucunes contre indications apparentes à la pratique de la musculation, du fitness, du cardiotraining et des cours collectifs (Zumba, renforcement, bodyattack, step, crossfit)

Signature et cachet

Fait à

Le

Signature de l'adhérent

"Lu et approuvé"

# PHYSIC CLUB DE MONTBARD



## REGLEMENT INTERIEUR

### ARTICLE 1

L'association dite « PHYSIC CLUB DE MONTBARD » fondée en avril 1976 (sous déclaration préfectorale à date) est régie par la loi de juillet 1901. Elle a pour but la promotion des sports de la forme, de la musculation et des cours collectifs.

Son encadrement est assuré par une équipe de bénévoles tous dévoués et motivés par la vie associative.

### ARTICLE 2

L'équipement de salle, le matériel sont la propriété du club. Les locaux sont quant à eux communaux. En cas de vol, détérioration, dégradation, une plainte sera déposée à la gendarmerie. La ou les personnes concernées se verront dans l'obligation de remplacement ou de réparation du préjudice. Selon le cas, une éviction temporaire ou définitive pourra être prise à l'encontre de la personne.

### ARTICLE 3

Les membres du CA sont tenus de veiller au fonctionnement correct de l'association, lors de leur présence sur les lieux. A eux, de faire appliquer le règlement, d'être vigilant sur la sécurité et le comportement des personnes.

### ARTICLE 4

Toute personne ne respectant pas le présent règlement ainsi que les règles de base de la vie en communauté, sera refusée ou exclue de l'association.

### ARTICLE 5

Les cotisations lors de l'inscription sont payables de suite sauf pour celles d'une durée d'un an pour lesquelles le paiement en 3 fois s'applique uniquement par chèque. Chaque inscription ou demande de renouvellement sera accompagnée systématiquement d'un certificat médical\* d'un médecin traitant. Tout dossier incomplet ou en attente de documents ne permettra aucun accès, ni activité au sein du complexe.

**Les inscriptions ou réinscriptions se font uniquement sur les permanences prévues à cet effet. Le dossier complet peut être déposé au bureau ou dans la boîte aux lettres et sera traité ultérieurement.**

\* De - de 3 mois à moins d'un an

### ARTICLE 6

Tout adhérent est tenu d'accéder au complexe sportif uniquement avec son badge, par l'accès principal et ceci même si la porte de secours est ouverte. Tous les autres accès ou facilités de passage sont interdits sous peine de sanctions.

La dernière personne qui quitte le complexe a l'obligation de vérifier la fermeture des portes, fenêtres, velux ainsi que l'extinction des lumières. Des sanctions seront prises à l'encontre de ces personnes.

### ARTICLE 7

La carte magnétique est personnelle et nominative. Le prêt est formellement interdit. Toute personne suspectée sera immédiatement exclue de l'association temporairement ou définitivement.

### ARTICLE 8

Des conseils peuvent être donnés par les membres du CA sur le fonctionnement du complexe sportif, l'utilisation des machines ou toutes interrogations concernant la vie du club.

### ARTICLE 9

L'utilisation du complexe et des différentes salles ne peut se faire qu'aux conditions suivantes :

- Une tenue de sport adéquate obligatoire,
- Chaussures de type indoor avec utilisation unique à la salle,
- Vêtements de sport spécifiques (short, jogging, tee-shirt...).

**Sont interdits** chaussures extérieures, sandales, longs, jeans, tous vêtements pouvant griffer ou percer les revêtements des machines. Le non respect de ces consignes pourra aller jusqu'à l'éviction définitive du Physic Club.

Une **serviette est obligatoire** pour toute utilisation sur les bancs de musculation. Le rangement du matériel utilisé en salle de musculation ou lors des cours collectifs (barres, haltères, tapis...) est systématique. Lors des exercices avec des haltères, un tapis de protection sera mis sur le sol.

### ARTICLE 10

L'**hygiène et le respect d'autrui étant très important**, aucun changement vestimentaire ne sera toléré au sein de la salle. Seuls les vestiaires sont prévus à cet effet. De plus, une hygiène corporelle doit être respectée pour le bien-être collectif : forte transpiration, odeurs nauséabondes sont à proscrire.

Chaque adhérent est responsable de lui-même et de son comportement vis-à-vis du club et des autres membres. En cas d'accident, sa propre responsabilité sera engagée et ne pourra contraindre le club à une prise en charge.

### ARTICLE 11

Deux séances d'essai pourront être autorisées **après accord d'un membre du CA**. La personne sera seule responsable en cas d'accident. Pour les inscriptions à partir de 16 ans, une autorisation parentale est **obligatoire** ainsi que le certificat médical.

### ARTICLE 12

Dans le cadre de son rôle d'échange et de promotion du sport dans la région de Montbard, le Physic Club engage des relations et des partenariats avec d'autres clubs ou associations et s'inscrit lors de manifestations (Téléthon...) Chaque adhérent peut s'il le souhaite, s'y présenter.

### ARTICLE 13

L'Association peut être amenée à organiser des compétitions ou des manifestations de fitness ou bodybuilding. Elle peut également y participer. Dans ce cadre, elle peut aider à la promotion de sportifs représentant le club

### ARTICLE 14

L'utilisation du portable est dorénavant soumise à des règles, du fait de trop nombreux problèmes liés à son utilisation dans les lieux publics et au respect d'autrui. Il est donc demandé aux utilisateurs/utilisatrices de mettre leur téléphone en mode veille, vibreur ou messagerie au sein des cours collectifs et dans la salle de musculation. Le reste du complexe reste utilisable pour les communications.

LE PRESIDENT

L'ADHERENT