



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

(le lundi matin et samedi après-midi)

### DOSSIER INSCRIPTION

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



**Sont obligatoires à la salle et aux cours collectifs**

Certificat médical à l'inscription

Chaussures type indoor utilisation unique

Tenue adéquate et serviette



**UNE FEUILLE D'INSCRIPTION A REMPLIR**



**UN REGLEMENT INTERIEUR (AU VERSO) A SIGNER ET A CONSERVER**

### MEMO PRATIQUE POUR VOUS INSCRIRE

Contacts pour inscription / réinscription :

**Bernadette** au 06 83 47 21 61

**lundi de 9h30 à 12h00**

**Thierry** au 06-87-74-55-35

**samedi de 15h30 à 17h30**

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

**Sont considérées comme situations urgentes :**

- ✓ Accès impossible à la salle (si aucun adhérent(e) présent(e) dans la salle),
- ✓ Constatation de dégradations,
- ✓ Problèmes liés aux locaux (dégât des eaux...),
- ✓ Situation comportementale **grave (violence verbale et/ou physique)** de la part d'un(e) adhérent(e) pouvant mettre en danger autrui.
  
- ✓ Les autres situation de l'ordre d'un manquement relatif au règlement intérieur du Physic Club (**présence d'une personne non inscrite, d'enfants, de mineurs...**) devront être signalés à un membre du bureau lors de sa présence à la salle.
- ✓ Les Membres du Bureau et du Conseil d'Administration ont la responsabilité de faire appliquer le règlement. Celle-ci ne repose pas uniquement sur le **Responsable de salle**. Il est rappelé que tous les Membres sont présents dans le cadre d'un **bénévolat**. Il va donc du civisme de chacun(e) de respecter ces personnes et leur vie privée.

**CHAUMET Cécile** 06.79.70.62.51

**FERREIRA Rosa** 06.33.02.96.56

**PERROT Bernadette** 06.83.47.21.61

**VINCENT Annie** 06.71.00.22.10

**LAMY Laurent** 06.30.44.69.94

**ZOCCHEDDU Thierry** 06.87.74.55.35

**GOYER Jacques** 07.78.66.55.16

**VERGER Jean-Jacques** 06.30.62.84.36

**FARACHE Vincent** 06.88.07.37.00



## REGLEMENT INTERIEUR

### ARTICLE 1

L'association dite « PHYSIC CLUB DE MONTBARD » fondée en avril 1976 (sous déclaration préfectorale à cette 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, 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 concernée(s) se verraient 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, tonges, 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, vibrer ou messenger au sein des cours collectifs et dans la salle de musculation. Le reste du complexe reste utilisable pour les communications.

LA PRESIDENTE

L'ADHERENT(E)

# DOSSIER INSCRIPTION N°

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

## ADHESION

caution de 1,50€ pour nouvelle inscription ou perte de carte

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

## REGLEMENT (paiement en 3 fois uniquement pour abonnement 1 an par chèque)

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

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

## CERTIFICAT MEDICAL

Je soussigné(e), \_\_\_\_\_ docteur en médecine, atteste que l'examen médical

pratiqé 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, yoga ...)

Signature et cachet

Fait à

Le

Je reconnais avoir pris connaissance du règlement intérieur

Signature de adhérent / adhérente

