



Rue Alfred Debusay - 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 10h00 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  
**PERROT Bernadette** 06.83.47.21.61  
**LAMY Laurent** 06.30.44.69.94  
**GOYER Jacques** 07.78.66.55.16  
**FARACHE Vincent** 06.88.07.37.00

**FERREIRA Rosa** 06.33.02.96.56  
**VINCENT Annie** 06.71.00.22.10  
**ZOCCHEDDU Thierry** 06.87.74.55.35  
**VERGER Jean-Jacques** 06.30.62.84.36



## REGLEMENT INTERIEUR PHYSIC CLUB

### ARTICLE 1 : Statuts

L'association dite « PHYSIC CLUB » a été fondée en avril 1976 (sous déclaration préfectorale à cette même date). Elle est régie par la Loi de juillet 1901. Son but est de promouvoir les sports de forme : musculation, cours collectifs. Son encadrement est assuré par une équipe de bénévoles tous dévoués et motivés par la vie associative.

### ARTICLE 2 : Locaux / Matériel

L'équipement de la salle et le matériel sont la propriété du club. Les locaux quant à eux appartiennent à la Ville de MONTBARD. En cas de vol, de dégradation, une plainte sera déposée en gendarmerie. Le ou les personne(s) concernés(es) se verront donc dans l'obligation de remplacer ou réparer le préjudice commis. Cela entraînera une sanction à l'encontre de la ou les personne(s).

### ARTICLE 3 : Mission membres

Les membres élus au sein du Bureau et du Conseil d'Administration ont pour mission de veiller au fonctionnement correct de l'association, lors de leur présence sur les lieux. A eux, de faire respecter le règlement, d'être vigilant sur la sécurité et le comportement des adhérents (es).

D'autre part, tout propos discriminants, insultants, toute violence physique ou verbale de la part d'adhérent(e) envers un membre du bureau ou conseil d'administration, feront l'objet selon la gravité d'une sanction.

### ARTICLE 4 : Modalités inscription / renouvellement

Les cotisations lors de l'inscription sont payables de suite. Pour les inscriptions d'un an uniquement, il y a possibilité de payer en trois fois uniquement par chèque. Une caution de 1,50€ est demandée dans le cadre d'une nouvelle inscription ou en cas de perte ou détérioration de la carte magnétique.

Par ailleurs, pour chaque inscription (ou renouvellement) d'une durée d'un an, il est **OBLIGATOIRE** de fournir un certificat médical de moins de 3 mois à moins d'1 an établi par un médecin traitant et indiquant « aucunes contre-indications apparentes à la pratique de la musculation, du fitness, et des cours collectifs ». Tout dossier incomplet ne sera pas pris en compte.

Le club étant non affilié à une fédération et pour une raison d'assurance, le certificat médical a une validité d'un an. La présentation d'une licence de club ne justifie pas la non présentation d'un certificat médical à l'inscription.

Pour l'inscription d'un adolescent mineur, elle est autorisée à partir de 16 ans et ne sera validée que sur présentation d'une autorisation parentale et d'un certificat médical de moins de 3 mois à moins d'un an.

Deux séances d'essai sont autorisées avant l'inscription après accord d'un membre du bureau et la signature d'une décharge. La personne venant faire un essai est seule responsable en cas d'accident. De même, toute personne étant inscrite et venant avec une tierce personne pour montrer la salle ou les cours est tenue d'en

informer un membre du bureau. Nous rappelons qu'il est INTERDIT de laisser entrer une personne non inscrite à la salle.

### ARTICLE 5 : Permanences

Des permanences sont mises en places par des membres du bureau. Lors de celles-ci, la personne après avoir pris contact ou non, peut venir prendre des renseignements, s'inscrire, voire le complexe, mais également suite à son inscription, et après avoir fixé un rendez-vous avoir une initiation sur l'utilisation de l'ensemble des machines.

### ARTICLE 6 : Conditions d'accès et obligations relatives au complexe

Tout adhérent(e) est tenu d'accéder au complexe sportif uniquement avec sa carte magnétique, par l'accès principal et ceci même si la porte de « secours » est ouverte. La dernière personne qui quitte la salle à tout moment de la journée doit vérifier que les velux, la porte de « secours » soient fermés et les lumières soient éteintes.

### ARTICLE 7 : Carte magnétique

La carte magnétique est personnelle et nominative. Le prêt est formellement interdit. Toute personne qui s'aviserait à le faire se verra immédiatement retirer ses droits d'accès à la salle. Pour des raisons de sécurité et un suivi statistique, chaque personne doit systématiquement badger. Par ailleurs, toute personne pratiquant une activité physique (cours collectifs ou salle de musculation) sans être en possession de la carte magnétique se verra exclue tant que sa situation ne sera pas en règle.

### ARTICLE 8 : Obligations des adhérents (es)

Dans le cadre d'une pratique sportive, chaque utilisateur du complexe (salle de musculation ou gymnase) est tenu de la faire dans les conditions suivantes :

- ↳ Tenue de sport adéquate et correcte obligatoire,
- ↳ Chaussures de type indoor propres avec utilisation unique à la salle,
- ↳ Vêtements de sport spécifiques (short, jogging, tee-shirt...),

Sont interdits chaussures extérieures, sandales, tongs, jeans, tous vêtements pouvant griffer ou percer les revêtements des machines.

Une serviette est obligatoire pour toute utilisation sur l'ensemble des machines et du matériel de l'espace « cardio ».

↳ Décharger et ranger SYSTEMATIQUEMENT les poids pour les machines les utilisant et ranger le matériel utilisé lors des cours collectifs,

↳ Utiliser OBLIGATOIREMENT un tapis de protection pour tout exercice avec des haltères pour protéger le sol,

↳ Les vestiaires, douches et toilettes doivent être laissés propres.

L'ensemble de ces points fait partie des règles de base du savoir-vivre en collectivité. Les personnes qui ne les respecteront pas se verront passibles d'une sanction.

**ARTICLE 9 : Responsabilité de l'adhérent(e)**

L'hygiène et le respect d'autrui étant très importants, aucun changement vestimentaire ne sera toléré au sein de la salle, dans le hall d'entrée. Des vestiaires sont prévus à cet effet. De plus, une hygiène corporelle doit être respectée pour le bien être collectif.

La diffusion d'images, vidéos prises au sein la salle est strictement interdites.

Chaque adhérent(e) est responsable de lui-même et de son comportement vis à vis du club et des autres adhérent(e)s. Tout propos de nature homophobe, discriminant, racial envers un adhérent(e) seront passibles d'une sanction. En cas d'accident, sa propre responsabilité sera engagée et ne pourra contraindre le club à une prise en charge.

**ARTICLE 10 : Relations / partenariats sportifs**

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. Il s'inscrit également lors de manifestations tels que le TELETHON

**ARTICLE 11 : Concours**

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

**ARTICLE 12 : Sanctions**

Des sanctions pourront être prises à l'encontre de l'adhérent(e), si après un rappel de la part d'un membre du bureau ou conseil d'administration, le nécessaire n'a pas été fait de la part de la personne.

**❶ Exclusion temporaire (information par courrier à l'adhérent(e) pour :**

- S'entraîner ou participer aux cours collectifs :
  - Sans être inscrit(e) après les 2 essais,
  - Sans avoir fait sa réinscription,
- Prêt de sa carte magnétique,
- Laisser entrer une personne non inscrite,
- Venir avec une personne extérieure et ne pas prévenir un membre du bureau,
- Non-respect des obligations de l'adhérent(e) (voir article 8).

**❷ Exclusion définitive (information par courrier à l'adhérent(e) pour :**

- Non respect du règlement intérieur,
- Problème de comportement grave (articles 3 et 9 du règlement intérieur),
- Dégradation importante envers les locaux.

**LA PRESIDENTE**

Mme CHAUMET Cécile



Je reconnais avoir pris connaissance de l'ensemble du règlement intérieur

Date :

Signature

(précédée de la mention « Lu et approuvé »)

# 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                      
**TRIMESTRIELLE**            65                      
**SEMESTRIELLE**            85                      
**ANNUELLE**                    115                  

**ANNUELLE COUPLE**            190                     
**SCOLAIRE (16 ANS ET +)**    100                     
**CHOMEURS - RETRAITES**    100                  

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

**ESPECES**                                        **CHEQUE**                        **BANQUE** \_\_\_\_\_  
**TICKETS CAF**                      
**COMITE ENTREPRISE**                                N° \_\_\_\_\_ Montant \_\_\_\_\_  
**CHEQUE VACANCES**                                N° \_\_\_\_\_ Montant \_\_\_\_\_  
**CHEQUE SPORT**                                        N° \_\_\_\_\_ Montant \_\_\_\_\_

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

## **CERTIFICAT MEDICAL**

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

pratique 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