

SALLE MUSCULATION : REGLEMENT INTERIEUR

Une **salle de musculation** et une **salle de cardio-training** sont à la disposition des adhérents qui sont à jour de cotisation, aux heures d'ouverture du club house. L'utilisation de ces salles est sous la responsabilité de l'adhérent.

Important :

Les consignes ci-dessous **d'hygiène et sécurité**, doivent impérativement être respectées. Ces 2 salles de préparation physique sont sous la surveillance de caméras de contrôle. Il est rappelé que l'accès des mineurs à la salle de musculation n'est pas autorisé. **Le club de tennis se décharge de toute responsabilité à leur égard en cas d'accident.**

Consignes préalables

1- Avant de vous rendre à la musculation, veuillez récupérer la clé d'accès à l'accueil auprès du permanent du Club House.

2- Il est fortement conseillé de respecter les conditions de pratique préconisées pour chaque appareil (affichage mural).

D'autres règles à respecter (pour votre confort et celui des autres)

3- Pour votre propre sécurité, il est défendu de pratiquer seul dans la salle.

4- Les enfants seuls ou accompagnés sont interdits dans la salle de musculation.

5- Interdiction de manger ou fumer dans la salle.

6- Pour des raisons d'hygiène, on ne pratique ni pied-nu ni torse-nu.

7- Obligation d'avoir des chaussures propres et de placer une serviette sur les appareils lors des exercices.

8- Interdiction de déplacer les appareils.

9- Toujours mettre les sécurités et décharger les barres après utilisation.

10- Si nécessaire, ranger vos poids et nettoyer les appareils après utilisation.

11- Pensez à bien refermer la porte et rendre la clef au bar.

Merci