

SAISON 2023/2024

REGLEMENT INTERIEUR

1. PRESENTATION DE L'ASSOCIATION

Créée en 1995, dans le but de faire découvrir et pratiquer le Fitness, l'Espérance Fitness est une des quatorze sections de l'association Espérance Omnisports sise à Nogent s/Seine.

L'Espérance Fitness propose à ses adhérent(e)s un grand choix d'activités, (Renforcement musculaire, Stretching, Step, Zumba, Pilates, Yoga) regroupées sous le terme de Fitness qui se pratiquent en cours collectifs et visent à améliorer l'activité cardio-vasculaire, musculaire et bien être.

Ces cours sont ouverts à toutes et à tous.

2 FONCTIONNEMENT DE L'ASSOCIATION

Le club est régi par la loi de 1901. Il est dirigé par un comité directeur, élu chaque année lors des Assemblées Générales et qui se compose de personnes volontaires et bénévoles.

Les membres du bureau :

<input type="checkbox"/> Présidente	Mme Marie-Claude GUELIN
<input type="checkbox"/> Communication	Mme Laurence GUELIN-COTTIAS
<input type="checkbox"/> Trésorière	Mme Sylvie FOTHERGIL-TISON
<input type="checkbox"/> Communication-Administratif	Mme Sandrine LEONARD
<input type="checkbox"/> Secrétaire	Mme Odile BOUDIGNAT
<input type="checkbox"/> Secrétaire adjointe	Mme Dominique MARMILLON
<input type="checkbox"/> Accueil animation	Mme Peggy LACOUR
<input type="checkbox"/> Accueil inscription	Mme Karine YASAROGLU
<input type="checkbox"/> Accueil inscription	Mme Edwige GAZE

3. MODALITES D'INSCRIPTION

L'association est ouverte à tous à partir de **14 ans**. Il faut toutefois remplir les conditions dictées par la loi.

Les adhérent(e)s devront fournir :

- Un certificat médical d'aptitude à la pratique du Fitness pour la saison dès le premier cours. Celui-ci sera valable 3 ans ; pensez à faire des photocopies pour les deux saisons suivantes.
- Une autorisation parentale pour les mineurs de 14 ans à 17 ans
- La cotisation annuelle
- La fiche d'adhésion dûment remplie
- Deux enveloppes timbrées et libellées à votre adresse **ou** adresse e-mail sur le site internet : www.sp-fitness.fr
- Deux photos d'identité (non réglementaires autorisées)

Les bons d'essais des nouveaux adhérents ainsi que les cartes doivent être présentés avant l'entrée en salle.



LES ADHESIONS IMCOMPLETES NE SERONT PAS PRISES EN COMPTE

Cotisation : 130 € pour l'ensemble du planning.

Payable en une fois ou semestriellement par chèques, espèces, chèques vacances, coupons sports ANVC :

Pour la saison 2023/2024, possibilité de 2 chèques de 65 € encaissés au semestre **sans possibilité d'annulation.**

Nota : **3 € de cotisation d'adhésion par adhérent sont reversés à l'Espérance Omnisports. Cette cotisation est unitaire, merci de nous préciser si vous avez déjà une carte d'une autre section sportive de l'Espérance via le bulletin d'inscription Espérance Fitness (veuillez cocher la case et nous présenter votre carte pour régularisation avec notre section).**



4. PRATIQUE DU FITNESS

Les séances de fitness ont lieu à la salle de Combat rue du 8 mai 1945 (derrière le collège), à l'Espace Heude Maccagno (à côté de la Poste) et à l'Espace Rielasingen-Worblingen, Avenue Saint Roch à Nogent-sur-Seine.

Les locaux sont mis gratuitement à la disposition des associations et ne doivent être soumis à aucune détérioration

La saison débute en septembre et s'achève fin juin.

Un planning allégé est proposé pendant les vacances scolaires (pas de cours le matin, salle occupée par le centre de la jeunesse) seuls les cours à partir de 18 heures sont assurés.

Pas de cours pendant les vacances de Noël (salle fermée).

En cas d'indisponibilité d'un professeur ses cours ne seront pas remplacés. Notre planning annuel regroupe en moyenne 15 cours par semaine. Les adhérent(e)s peuvent participer librement aux cours proposés sans restriction de jours ni d'horaires.

Les séances sont assurées par :

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Mégane JOLY | <input type="checkbox"/> Brevet d'Etat Métiers de la forme |
| <input type="checkbox"/> Maureen BLOY | <input type="checkbox"/> Brevet d'Etat Métiers de la forme |
| <input type="checkbox"/> Bastien PAYET | <input type="checkbox"/> Brevet professionnel activité gymnique de la forme et de la force |
| <input type="checkbox"/> Philippe BERTRAND | <input type="checkbox"/> Professeur de Yoga |
| <input type="checkbox"/> Pauline MAGNEN | <input type="checkbox"/> Professeur de yoga |

LES COTISATIONS REMUNERENT LES PROFESSEURS

Tenue vestimentaire :

Le pratiquant(e) devra porter des vêtements de sport confortables, se munir de bouteille d'eau et d'une **serviette de toilette obligatoire pour toutes séances (pilates, yoga, fitness etc.)** Le port de chaussures de sport adaptées à la pratique du Fitness **est obligatoire**.

LES CHAUSSURES DE SPORT DOIVENT IMPERATIVEMENT ETRE PROPRES ET SERVIR UNIQUEMENT POUR LE SPORT DANS LA SALLE AFIN DE NE PAS ENDOMMAGER LE PARQUET.

5. DEROULEMENT DES SEANCES

Les séances sont réservées aux personnes ayant rempli toutes les conditions d'inscription.

Il est possible de participer à 3 cours à titre d'essai gratuitement sur **présentation du certificat médical** pour les nouveaux adhérent(e)s. Au-delà l'inscription est **obligatoire**. Une fois réglée, la cotisation ne sera pas remboursée.

Les spectateurs sont tolérés, dans la mesure où ils ne perturbent pas le déroulement des cours. **Les enfants sont interdits pendant les heures de cours**. Les parents qui se présentent accompagnés de leurs enfants se verront interdire l'accès aux cours.

L'association décline toute responsabilité en cas de vol. Il est recommandé aux pratiquant(e)s de ne rien laisser dans les vestiaires, les affaires pouvant être entreposées dans la salle de cours.

Les mineurs sont sous la responsabilité de l'animateur **pendant les heures de cours uniquement** et ne sont pas autorisés à partir avant la fin de la séance. Les parents sont tenus de s'assurer de la présence du Professeur, l'Association n'étant pas responsable des mineurs en cas d'annulation du cours.

6. Matériels

Le matériel du fitness est à la disposition des adhérent(e)s. Tapis personnel vivement conseillé. Tout matériel utilisé doit être correctement rangé (altères, step, élastiques...)

Bonne lecture, n'oublions pas l'essentiel, prendre du plaisir, nous détendre dans la convivialité d'une association dynamique.
