

Règlement intérieur section gymnastique adultes 2024-2025

Les cours commencent en septembre et se terminent en juin. Pas de cours assurés pendant les vacances scolaires.

Les utilisateurs devront respecter le matériel mis à leur disposition. Ils seront responsables des dégradations qu'ils pourraient occasionner intentionnellement.

Pour les entraînements, les chaussures appropriées sont obligatoires. **Se munir d'un tapis et d'une serviette.**

Les cours sont donnés par des monitrices et moniteurs diplômés. Votre cotisation participe à leurs salaires et les charges. Elle comprend également la licence.

Pour qu'un cours vive, il est nécessaire que la fréquentation soit suffisante pour en couvrir les frais. Nous nous réservons le droit de supprimer tout cours qui ne présenterait pas assez de participants.

Le règlement total de l'année est à remettre dès l'inscription.

Pas de remboursement de cotisation en cours d'année.

La section Gymnastique de la Montjoie Saint-Denis-en-Val est affiliée à la **Fédération Sportive et Culturelle de France**. Son but est de promouvoir et développer les qualités sportives, physiques et morales en vue de l'épanouissement de chacun.

Une licence FSCF est établie pour chaque adhérent.

Le projet fédéral : Ouverture – Respect – Autonomie – Solidarité - Responsabilité.

Certificat médical

Le certificat médical est maintenant valable trois ans.

Si vous êtes déjà adhérent(e) à la Montjoie une « Attestation santé pour le renouvellement de la licence » vous sera remise. Si vous répondez de façon négative à toutes les questions le certificat que vous avez fourni est valable.

Cas où vous devez nous fournir un nouveau certificat médical :

- Si une des réponses du questionnaire est positive.
- Pour les nouveaux adhérents.
- Les certificats médicaux antérieurs au 1^{er} juillet 2021.

Horaires des cours

Lundi 19 h 15 Pilates (salle annexe)	Lundi 19 h 30 Zumba (Espace Pierre Lanson) Lundi 19 h 00 Pound (Espace Pierre Lanson)	Mardi 10 h 00 Gym douce (salle annexe)	Mardi 11 h 00 Gym musculation (salle de musculation)
Mardi 18 h 45 Gym d'entretien (Salle de gym Chemeau)	Mercredi 19 h 30 Renforcement musculaire (salle annexe)	Jeu di 10 h 00 Pilates (salle annexe)	Jeu di 11 h 00 Stretching (salle annexe)

Le règlement intérieur détaillé de la gymnastique est disponible sur le site

Site : <http://www.montjoiegym.fr/>