

Règlement déconfinement après COVID.

Avant votre départ pour la salle :

- Vérifiez votre température. En cas de symptômes, merci de rester chez vous et d'appeler votre médecin.
- Chaque adhérent devra s'inscrire sur l'application de la salle, que ce soit pour les cours collectifs comme pour l'accès au **plateau cardio musculation**.
- Toute personne non inscrite, sera refusée si le nombre maximum dans la salle est atteint. Prochainement le libre accès sera possible avec le nouveau logiciel. Nous l'attendons avec impatience !
- Pour le moment, vous pouvez accéder au plateau cardio musculation en réservant des plages, de 1h, 1h30 et 2h maximum selon les horaires d'ouverture de cette période test (voir mail).

A votre arrivée à la salle :

- N'empruntez pas le parking balisé par les cônes. Il est réservé aux cours collectifs en extérieur.
 - ➔ Vous pourrez vous garer en épi dans l'herbe.
 - ➔ Par temps de pluie, les cours collectifs n'ayant pas lieu, vous pourrez utiliser les parkings normalement.
- Des marques au sol seront tracées devant la salle afin de garder les distances réglementaires.
- Chaque adhérent devra venir directement en tenue de sport, avec sa propre serviette, sa bouteille d'eau, des baskets propres et un sac plastique. Il changera ses baskets et les déposera dans le sac plastique à l'intérieur des casiers préparés à cet effet.
- Si vous voyez un adhérent sortir de la salle, merci d'attendre votre tour à distance.

A l'intérieur de la salle :

- En arrivant vous devez obligatoirement vous laver les mains avec du gel hydroalcoolique qui sera à votre disposition sur le bureau.
- Les vestiaires, douches et sanitaires seront fermés. Prenez donc vos dispositions à la maison :)
- Vous devrez nettoyer les machines comme par le passé. Vous devrez en plus, nettoyer poids, haltères, barres et **DISQUES**.
- Il est interdit, comme par la passé, de toucher aux téléphones et aux climats. Les climats ne peuvent de toute façon pas être utilisés à cause du COVID-19.
- Quelques appareils seront condamnés, d'autres déplacés dans la salle de cours collectifs pour respecter au mieux les distances ainsi que du petit matériel enlevé.
- Il faut essayer de vous répartir au mieux dans les salles et ne pas vous croiser dans l'escalier.

- Le travail doit rester individuel.
- Le coach reste à votre disposition et sera masqué dès les déplacements dans la salle.
- Le port du masque est déconseillé car dangereux pour la pratique du sport.

Lors de votre sortie :

- Lavez-vous les mains au gel hydroalcoolique avant de toucher la poignée de la porte.
- Changez vos baskets à l'extérieur et rapportez chez vous votre sac plastique et votre bouteille.
- Tout objet trouvé, finira à la poubelle. Pour information, les poubelles extérieures seront condamnées.

Toute personne qui n'aura pas rapporté le nouveau règlement signé, ne pourra pas accéder à la salle lors de la remise en place du libre accès (sa carte sera bloquée).

Si le règlement n'est pas respecté, nous serons dans l'obligation de prendre des sanctions d'éviction.

Nom :

Prénom :

Le :

Signature précédée de la mention " Lu et approuvé " :

Vitae ~~Forme~~