

SALLE DE RENFORCEMENT MUSCULAIRE



Le club bénéficie de la **salle de renforcement musculaire** du stade de VILLERS LES NANCY suivant ce créneau horaire :

Mardi de 18h30 à 20 h

Que nous partageons avec la section athlé de VILLERS. Cohabitez bien avec eux. Le président du club étant responsable, nous vous demandons de respecter un certain nombre d'impératifs afin que la salle, fournie gracieusement par la Mairie de VILLERS nous soit laissée à disposition dans l'avenir.

ORGANISATION ET FONCTIONNEMENT

- la salle ne peut contenir plus de 40 personnes, minimum 2
- L'accès de la salle n'est pas autorisée aux mineurs de moins de 16ans
- Les mineurs de -18 ans sont placés sous la responsabilité d'un adulte majeur
-

RESPECT DU MATERIEL :

- Le plus grand soin dans la manipulation des appareils est recommandée pour des raisons à la fois de conservation des équipements et de préservation de la santé des utilisateurs
- Les câbles des appareils à poulie doivent être reposés doucement et non pas lâchés brusquement
- Les haltères ne doivent pas être jetées au sol
- Par respect pour autrui,, les appareils doivent toujours être déchargés et les poids rangés après leur utilisation
-

SECURITE

- Il est recommandé de suivre une démarche cohérente dans l'utilisation des appareils de musculation à l'aide d'ouvrage ou en suivant les conseils de personnes qualifiées, afin de ne pas risquer des conséquences négatives lors d'une mauvaise utilisation des agrès.
-

HYGIENE

- Une tenue de sport est exigée avec le port d'un tee-shirt ou haut de survêtement
- Une paire de chaussures de sport réservée uniquement à l'accès de la salle est exigée
- Il est obligatoire de prévoir une serviette à poser sur les appareils avant utilisation
- Il est interdit de manger dans la salle