

Règlements de la salle d'entraînement



Avant de s'adonner à toute activité physique dans la salle d'entraînement, il est de la responsabilité de tout usager de consulter un médecin et de s'assurer que sa condition physique le lui permet. Tout usager accepte les risques associés à l'entraînement.

- 1.** Heures d'ouverture : de 6 h à 23 h.
- 2.** Le propriétaire se réserve le droit de fermer les lieux temporairement pour fins d'entretien et/ou de réparation ou de modifier les heures d'ouverture.
- 3.** Les enfants âgés de moins de 14 ans ne sont pas admis dans la salle d'entraînement.
- 4.** Chaque usager doit obligatoirement apporter sa serviette pour essuyer toute trace de sueur sur les équipements.
- 5.** Le port du chandail avec ou sans manches et d'un short ou pantalon de sport est obligatoire.
- 6.** Le port du jeans est interdit.
- 7.** Le port de chaussures de sport est obligatoire. Les chaussures doivent aussi couvrir entièrement le dessus et l'arrière du pied.
- 8.** Un invité doit être accompagné d'un locataire pour avoir accès à la salle d'entraînement. En cas d'achalandage important, les locataires ont priorité sur les invités.
- 9.** Chaque usager doit bien se familiariser avec le fonctionnement des équipements avant de les utiliser.
- 10.** Il est possible d'exécuter plus d'une série sur les appareils. Afin de favoriser un accès équitable aux équipements, il est obligatoire de céder sa place aux autres usagers entre chaque série.
- 11.** Tous les poids, barres et autres équipements doivent être remis aux endroits appropriés après chaque utilisation.
- 12.** Tout équipement apporté sur la surface de gym extérieur doit être rentré à l'intérieur après usage et être rangé à l'endroit approprié.
- 13.** Il est strictement interdit de laisser tomber les charges au sol ou sur les supports prévus à cette fin.
- 14.** L'usage de corde à sauter est interdit.
- 15.** Les lancers de « medicine ball » sur les murs ou les planchers sont interdits.
- 16.** Il est interdit de déplacer toute pièce d'équipement à l'extérieur de la salle d'entraînement, sauf sur la portion extérieure du terrain spécifiquement aménagée à cette fin.
- 17.** La durée maximale d'utilisation d'un appareil cardiovasculaire est de 30 minutes, à moins qu'aucun autre usager n'attende pour l'utiliser.
- 18.** Après usage, les appareils cardiovasculaires doivent être nettoyés à l'aide du produit et des papiers mis à la disposition des usagers. Pour éviter d'endommager les appareils, le produit nettoyant doit toujours être utilisé sur le papier brun et non directement sur l'appareil.
- 19.** Il est interdit de prendre des photos dans la salle d'entraînement.
- 20.** La consommation d'alcool et de drogue est interdite.
- 21.** Il est interdit de fumer.
- 22.** Aucun contenant de verre n'est autorisé.
- 23.** Il est interdit d'écouter ou de faire jouer de la musique qui serait audible par une autre personne.
- 24.** Les animaux ne sont pas permis.

LE PROPRIÉTAIRE SE RÉSERVE LE DROIT D'EXPULSER TOUTE PERSONNE QUI CONTREVIENT AUX PRÉSENTS RÈGLEMENTS.