

## RÈGLEMENTS & POLITIQUES

# CENTRE DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE



Le port du chandail est obligatoire pour les hommes. La camisole est tolérée pour les femmes; elle doit cependant couvrir le ventre.



Aucun sac n'est toléré dans le gym. Vous devez avoir des souliers d'intérieur propres.



Vous devez effectuer la réservation de votre appareil cardio sur le tableau réservé à cet effet pour une période de 30 minutes maximum.



Vous devez adopter un comportement adéquat et respecter tous les autres utilisateurs de la salle d'entraînement.



Vous devez nettoyer votre appareil une fois l'utilisation terminée. Vous trouverez des serviettes et des produits nettoyants dans le gym.



Évitez de laisser de l'argent ou des objets de valeur dans les vestiaires et les casiers. La Sporthèque se dégage de toute responsabilité en ce qui concerne les vols ou autres qui pourraient survenir à l'intérieur, ou à l'extérieur du club.



Les cadenas fermés laissés sur les casiers seront coupés en fin de journée, à la fermeture du centre.



Vous devez posséder votre serviette.



Le centre de conditionnement physique est accessible aux 13 ans et plus.



La carte de membre est obligatoire et doit être présentée à chacune de vos visites.



Si vous devez utiliser votre cellulaire, veuillez libérer votre appareil d'entraînement afin de ne pas restreindre l'accès aux autres.

## SÉANCE D'ORIENTATION

Il est possible de recevoir une séance d'orientation pour vous guider dans la réservation des machines et le fonctionnement de base du conditionnement physique si vous le désirez (il ne s'agit pas d'un programme personnalisé). Pour en savoir plus et prendre rendez-vous avec entraîneur, contactez Marie-France Couet [marie-france@sporthèque.com](mailto:marie-france@sporthèque.com)

Les plages horaires sont disponibles sur le calendrier mensuel qui se trouve sur le tableau noir dans le gym et sur la page Facebook de la Sporthèque.