



# FITNESS

## RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Club sportif et de loisirs de la Gendarmerie Nevers- Decize

### REGLEMENT INTERNE

Les cours auront lieu de septembre 2021 à septembre 2022.

- **Tenue sportive et sécurité**

Il est demandé :

- de porter une tenue sportive correcte, des baskets propres (non utilisées à l'extérieur) et antidérapantes
- d'apporter une bouteille d'eau pour vous hydrater
- d'apporter une serviette pour des raisons d'hygiène

- **Organisation des cours (lieu, horaires)**

Les cours se déroulent dans le gymnase au sein de la caserne de l'escadron 43/7 de Decize, tous les mardis et jeudis en 2 sessions de 18h00 à 18h45 et de 19h00 à 19h45 sous condition de disponibilité accordée par le commandement de caserne.

Si un cours est annulé, vous serez prévenu par SMS et/ou mail afin de ne pas vous déplacer inutilement et le cours pourra être rattrapé ultérieurement en fonction des disponibilités du professeur et des salles utilisées.

- **Responsabilité**

Nous déclinons toute responsabilité pour les dégradations volontaires occasionnées durant les cours.

Nous nous donnons le droit de refuser toute personne dont le comportement nuirait au bon déroulement du cours (retard, irrespect du prof et des élèves, dégradation du matériel et des locaux...)

Il est possible de faire 1 cours d'essai sur inscription