

## Code de conduite GYM TONUS SANTÉ et informations complémentaires

1. **Équipement et code vestimentaire à respecter :**
  - a. T-Shirt, camisole, pantalon de sport ou short, chaussures de sport (fermées sur le dessus et derrière le pied) sont demandés.
  - b. Sandales/bottes/crocs/souliers mouillées ou sales interdits.
  - c. Les souliers propres de sports peuvent être laissés à l'entrée principale. Vous aurez besoin d'une paire de soulier différente de celle de l'extérieur pour garder les lieux propres.
  - d. Les manteaux peuvent être laissés à l'entrée
  - e. Les bottes et sacs doivent être laissés aux vestiaires dans les cases à cette effet, ils sont interdits dans le gym.
2. **Le contrôle des charges** est de mise du début à la fin de l'exercice pour éviter tout bruit ou choc excessif. Il faut donc éviter de laisser tomber les charges.
3. **Hygiène des appareils et équipements :**
  - a. **Nettoyer après** chaque utilisation, les appareils ou équipements utilisés (incluant les douches), à l'aide du papier à main, outils et des produits mis à disposition dans la salle et les salles de bain.
  - b. **Nous vous demandons de vous apporter une serviette** afin d'éviter de laisser des traces de « cernes » ou de transpiration sur les appareils.
4. **Lors des périodes de repos (entre les séries d'exercices) :** voir à libérer les appareils et en retirer tous ses effets personnels : serviette, gourde, etc. Pour laisser les autres qui les attendent les utiliser.
5. **N'utiliser qu'un seul appareil à la fois :** un usager ne peut interdire à un autre, d'utiliser un appareil sous prétexte qu'il est réservé.
6. **Décharger complètement** les barres de poids et les replacer dans les espaces de rangement appropriées après utilisation.
7. **Litige :**
  - a. En cas de litige, il est important de faire appel à notre personnel.
  - b. Le numéro de téléphone au besoin est placé à côté des 2 entrées ou vous pouvez écrire via Messenger de Facebook sur la page GYM TONUS SANTÉ.
8. **Assurance responsabilité personnelle :** Il est recommandé aux usagers d'avoir leur propre assurance, afin de couvrir les risques d'accidents inhérents aux activités.
9. **Vol ou perte d'objets :** dans le cas d'un vol, ou encore de la perte d'objets ou d'argent, le Gym Tonus Santé n'assume aucune responsabilité. En conséquence, il est recommandé :

- a. De ne pas laisser d'objets précieux ou de sommes d'argent importantes au vestiaire.

#### **10. Utilisation de la puce pour accès 24h/7 :**

- a. Il est interdit de prêter ou de faire entrer quelqu'un avec votre puce.
- b. Vous ne pouvez-vous trouver dans le GYM si vous n'avez pas d'abonnement en cours.
- c. Afin d'assurer le bon fonctionnement et circulation dans le GYM, la « flânerie » n'y sera pas tolérée. Si vous y êtes, cela est pour vous entraîner.

#### **11. Civisme**

- a. Bien entendu le civisme est de mise, le GYM se veut un lieu d'entraînement et d'entraide, si vous pouvez aider d'autres usagers dans leurs entraînements ou que vous avez besoin d'aide, n'hésitez pas à demander.
- b. Aucune forme de harcèlement, intimidation ou violence ne sera tolérée.
- c. Les cris excessifs lors des poussées de charges ne seront pas tolérés.

#### **12. Enfants**

- a. Un enfant doit avoir au moins 14 ans pour s'abonner au gym.
- b. Aucun enfant n'est permis dans le gym du lundi au vendredi de 17h à 21h.
- c. L'enfant ne doit pas utiliser les appareils et équipements, il doit rester assis et vous êtes responsable de sa surveillance.
- d. Une décharge devra être signée si vous apportez votre enfant pendant les heures permises.

N.B. Tout manquement sévère à nos règlements peut mener à la résignation de votre abonnement.

**Nous comptons sur vous pour garder notre nouveau GYM  
conviviale, invitant et propres!**

**Le succès de celui-ci repose sur la collaboration de tout le  
monde!**

**Le comité du GYM TONUS SANTÉ**

