

Règlement intérieur – Cours de gym douce seniors

Organisateur : Commune de Saint-Thuriau

Lieu : Salle des sports – Rue des Lavandières – 56300 SAINT-THURIAU

Horaires : tous les jeudis de 16h30 à 17h30, hors vacances scolaires (un cours peut être programmé exceptionnellement durant les vacances scolaires)

Public : Seniors

Gratuité : le cours est gratuit, mais l'inscription est obligatoire.

1. Conditions d'accès

- Inscription obligatoire : chaque participant doit remplir une fiche d'inscription.
- Capacité d'accueil : Le nombre de places est limité à 30 participants par séance. Les inscriptions sont prises dans l'ordre d'arrivée.
- Priorité : en cas de forte affluence, la priorité sera donnée aux personnes inscrites régulièrement.

2. Engagement des participants

- Ponctualité : le respect des horaires permet le bon fonctionnement de l'activité.
- Tenue adaptée : porter des vêtements confortables et des chaussures de sport fermées et antidérapantes.
- Matériel : apporter une serviette, une bouteille d'eau et, si vous le souhaitez, un tapis de gym (des tapis sont mis à disposition sur place).
- Respect du lieu : ne pas dégrader le matériel mis à disposition et laisser la salle propre après chaque séance.

3. Santé et sécurité

- Adaptation des exercices : chaque participant doit écouter son corps et adapter les mouvements à ses capacités. En cas de doute, demander conseil à l'éducateur sportif.
- Problèmes de santé : informer l'éducateur sportif de tout problème de santé (douleurs, limitations physiques, etc.) avant le début du cours.

- Urgences : en cas de malaise, prévenir immédiatement l'éducateur sportif ou un autre participant.

4. Comportement et respect

- Ambiance bienveillante : le cours se déroule dans une ambiance conviviale et respectueuse. Tout comportement agressif ou inapproprié pourra entraîner l'exclusion du cours.
- Respect de l'éducateur sportif : suivre les consignes de l'éducateur sportif pour garantir la sécurité de tous.
- Téléphone portable : éteindre ou mettre en mode silencieux son téléphone pendant la séance.

5. Annulations et absences

- Absence : en cas d'absence, le participant n'a pas à prévenir l'éducateur sportif.
- Annulation du cours : en cas d'absence de l'éducateur sportif, les participants seront informés par message via WhatsApp.

6. Responsabilités

- L'organisateur décline toute responsabilité en cas de blessure, accident ou vol survenant avant, pendant ou après le cours, sauf en cas de faute grave ou intentionnelle de sa part.
- Chaque participant est responsable de ses affaires personnelles.

7. Droit à l'image

- Les participants autorisent la commune de Saint-Thuriau à utiliser les photos ou vidéos prises lors des cours à des fins de communication non commerciale (site web, réseaux sociaux, affiches, etc.), sauf opposition écrite de leur part.

8. Modifications du règlement

- Ce règlement peut être modifié à tout moment. Les participants en seront informés par affichage ou par email.

Fait à Saint-Thuriau, le 1^{er} septembre 2026

Signature de l'organisateur :