

SECTION « GYMN SAINT PAUL »

RÈGLEMENT INTÉRIEUR

ARTICLE 1:

" GYMN SAINT PAUL" est une section du Club Sportif et Artistique de la Gendarmerie de La Réunion. Les membres de la section acceptent le règlement intérieur du C.S.A.G.

ARTICLE 2:

Lors de la souscription de leur adhésion, les adhérents de la section reconnaissent avoir eu connaissance du présent règlement et l'accepter.

ARTICLE 3:

Les éventuelles sanctions pour non-respect du règlement intérieur de la section sont celles prévues par l'article 12 du règlement intérieur du C.S.A.G.

ARTICLE 4:

Les conditions d'accès sont celles exigées pour adhérer au C.SAG, notamment avoir obtenu le parrainage d'un membre de la gendarmerie active.

Fournir un certificat médical spécifiant la non contre-indication à la gymnastique . Autorisation parentale pour les mineurs.

ARTICLE 5:

Nature de l'activité: "GYMN SAINT PAUL" est une section de gymnastique douce et/ ou tonique.

Son but : - Entraîner les adhérents à la gymn type « fitness » et : ou au stretch dans des activités d'étirements s'apparentant au « pilates, barre au sol ou yoga ».

- Valoriser le lien social et développer la cohésion.
- Améliorer le renforcement musculaire, le bien-être et l'harmonie du corps.

ARTICLE 6:

Composition des dossiers:

Chaque nouveau licencié ou adhérent désirant s'inscrire est tenu de fournir les documents indiqués ci-dessous dans les délais demandés. Tout dossier incomplet sera retourné immédiatement à l'intéressé, d'où retard pour la demande de licence et prise en charge par l'assurance.

- Certificat médical de non contre-indication mentionnant les disciplines suivantes : « gymnastique en salle » Le certificat devra être daté de moins de trois mois au moment de l'inscription.
- Paiement en espèces ou en chèque(s) à l'ordre du C.S.AG REUNION. Possibilité de payer en plusieurs chèques déposés à l'inscription (mentionner le mois au dos du chèque).
- Fiche d'inscription dûment remplie.

ARTICLE 7:

Cotisation:

Le montant total de la cotisation pour la saison 2016/2017 est de 175 € pour les « non-gendarmes » et de 153 € pour les gendarmes et leurs familles. Elle comprend les 8 € de cotisation CSAG et les 16 € d'assurance qui ne sont dûs qu'une fois pour l'ensemble du CSAG REUNION.

A compter du mois de mars 2017 la cotisation sera de 100 € (y compris les 24 €)

ARTICLE 8:

Les monitrices Brigitte CARO 06 92 720 721
et Reine- Claude MAILLOT dite Kéké 02 62 44 06 09
se répartissent les cours de la façon suivante :

Lundi : Kéké : 16H 30/ 17H 30 : tonique.
Mardi : Kéké : 8H 30/ 9H30 : tonique.
 Brigitte : 16H / 17H 45 : 30" dance+ 60" stretch + 15" relaxation
Mercredi : Brigitte : 16H /17H 45 : 60" tonique+ 30" stretch + 15"relaxation.
Jeudi : Kéké : 8H 30/ 9H30 : tonique, une fois sur deux.
 Kéké : 16H 30/ 17H 30 : tonique.
Vendredi : Brigitte : 8H 45 / 10H : 60" stretch + 15" relaxation.

Chacun/e s'engage à arriver et à partir sans déranger le bon déroulement des séances.

ARTICLE 9:

La gymnastique se pratique dans une tenue confortable. Chacun/e se munira d'un tapis de sol de type grande serviette ou paréo. Il est recommandé d'avoir une petite bouteille d'eau qui ne se renverse pas sur le tatami.

ARTICLE 10:

Le dojo où se déroulent les cours ne peut accueillir plus de 20 personnes simultanément.

Compte-tenu de l'affluence dans les cours du soir chaque adhérent/e s'inscrit prioritairement à jusqu'à 2 cours du soir.

Pour les autres cours il/elle pourra y participer sans problème à condition que le nombre de participants n'excède pas 20. (ce qui heureusement ne s'est jamais produit les années précédentes....)

ARTICLE 11:

Le règlement intérieur de la section peut être modifié selon les besoins de fonctionnement par la responsable de section : Brigitte CARO