

RÈGLEMENT DE PRATIQUE DU CROSS-FIT

Salle FAE TUAKO

Afin d'assurer la sécurité, l'hygiène et le bon usage des installations, les règles suivantes doivent être respectées :

1. Accès et encadrement

- La pratique du Cross-Fit est **réservée aux personnes autorisées**
- Les **mineurs doivent être encadrés** par un responsable
- Les séances doivent se dérouler **aux horaires autorisés**

2. Tenue et hygiène

- Le **port de chaussures de sport propres est obligatoire**
- Une **tenue de sport adaptée** est exigée
- L'utilisation d'une **serviette personnelle est obligatoire**
- Il est demandé de **nettoyer le matériel et les sols après usage**

3. Sécurité

- L'échauffement est **obligatoire avant chaque séance**
- Les charges doivent être **adaptées au niveau du pratiquant**
- Les mouvements doivent être **maîtrisés** (charges lâchées volontairement interdites sauf zones prévues)
- L'utilisation du matériel se fait **sous la responsabilité de l'utilisateur**

4. Utilisation du matériel

- Le matériel (barres, disques, kettlebells, cordes, racks, etc.) doit être utilisé correctement
- **Ranger le matériel** après chaque séance
- Toute dégradation ou dysfonctionnement doit être **signalé immédiatement**

5. Comportement

- Le **respect des autres pratiquants** est obligatoire
- Les comportements dangereux ou inadaptés entraîneront une **exclusion**
- Il est interdit de fumer, de consommer de l'alcool ou des substances illicites dans la salle

 **Le non-respect de ce règlement pourra entraîner l'exclusion temporaire ou définitive de la salle, sans remboursement.**



COMMUNE DE HIVA-OA
F E N U A E N A T A