

SAISON 2025/2026

RÈGLEMENT INTÉRIEUR

1. PRÉSENTATION DE L'ASSOCIATION

Créée en 1995, dans le but de faire découvrir et pratiquer le Fitness, l'Espérance Fitness est une des 13 sections de l'Association Espérance Omnisports, sise à Nogent s/Seine et régie par la loi 1901.

L'Espérance Fitness propose à ses adhérent(e)s un grand choix d'activités, (Renforcement musculaire, Stretching, Step, Zumba, Pilates, Yoga, Gym douce) regroupées sous le terme de Fitness qui se pratiquent en cours collectifs et visent à améliorer l'activité cardio-vasculaire, musculaire et bien être. Ces cours sont ouverts à tous à partir de 14 ans.

Pour information, les cotisations rémunèrent les professeurs. La section Espérance Fitness verse 3€/Adhérent à l'Espérance Omnisports.

2 FONCTIONNEMENT DE L'ASSOCIATION

Le bureau est composé de personnes volontaires et bénévoles :

☐ Présidente	Mme Marie-Claude GUELIN
☐ Secrétaire	Mme Odile BOUDIGNAT
☐ Trésorière	Mme Sylvie FOTHERGILL-TISON
☐ Accueil-Inscription	Mme Edwige GAZE
☐ Communication	Mme Laurence GUELIN-COTTIAS
☐ Accueil-Animation	Mme Peggy LACOUR
☐ Communication-Accueil	Mme Sandrine LEONARD
☐ Secrétaire adjointe	Mme Dominique MARMILLON
☐ Accueil-Inscription	Mme Karine YASAROGLU

3. MODALITÉS D'INSCRIPTION

La section est ouverte à tous à partir de **14 ans**.

Les adhérent(e)s devront fournir :

- Un certificat médical d'aptitude à la pratique du Fitness pour la saison dès le premier cours. Celui-ci sera valable 3 ans (pensez à faire des photocopies pour les deux saisons suivantes).
- La fiche d'adhésion dûment remplie
- Une autorisation parentale pour les mineurs (fournie par l'Association Fitness),
- La cotisation annuelle
- Deux photos d'identité (non réglementaires autorisées)
- Si vous n'avez pas Internet, 2 enveloppes timbrées libellées à votre adresse



LES ADHÉSIONS IMCOMPLÈTES NE SERONT PAS PRISES EN COMPTE

Cotisation : 140 € pour l'ensemble du planning.

Payable en une fois ou semestriellement par chèques, espèces, chèques vacances, coupons sports ANCV, pass seniors :

Pour la saison 2025-2026, possibilité de 2 chèques de 70 € encaissés au semestre **sans possibilité d'annulation**.

Une fois réglée, la cotisation ne sera pas remboursée.



4. PRATIQUE DU FITNESS

Les séances de fitness ont lieu à Nogent-sur-Seine :

- ✚ à l'Espace Rielasingen-Worblingen, Avenue Saint Roch,
- ✚ à l'Espace Heude Maccagno (à côté de la Poste).

La saison débute en Septembre et s'achève avec les vacances scolaires d'été.

Pas de cours pendant les vacances de Noël (salles fermées).

En cas d'indisponibilité d'un professeur, ses cours peuvent ne pas être remplacés. Notre planning annuel regroupe en moyenne 15 cours par semaine. Les adhérent(e)s peuvent participer librement aux cours proposés sans restriction de jours ni d'horaires.

Les séances sont assurées par :

- | | |
|--|--|
| ☐ Mégane JOLY | ☐ Brevet d'Etat Métiers de la forme |
| ☐ Maureen BLOY | ☐ Brevet d'Etat Métiers de la forme |
| ☐ Bastien PAYET | ☐ Brevet professionnel activité gymnique de la forme et de la force |
| ☐ Anne-Sophie PETITJEAN | ☐ Professeur de Yoga |
| ☐ Tiffany MOREAU | ☐ Brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport |

5. MATÉRIELS ET TENUE VESTIMENTAIRE

Le matériel du fitness est à la disposition des adhérent(e)s. Tapis personnel vivement conseillé. Tout matériel utilisé doit être correctement rangé (haltères, steps, élastiques...)

Port de vêtements de sport confortables et chaussures de sport adaptées à la pratique du Fitness. Il est conseillé de se munir d'une bouteille d'eau et d'une serviette de toilette si vous utilisez les tapis mis à disposition (pour l'hygiène).



LES CHAUSSURES DE SPORT DOIVENT IMPÉRATIVEMENT ÊTRE PROPRES ET SERVIR UNIQUEMENT POUR LE SPORT DANS LA SALLE AFIN DE NE PAS ENDOMMAGER LE PARQUET.

6. DÉROULEMENT DES SÉANCES

Les séances sont réservées aux personnes ayant rempli toutes les conditions d'inscription.

Il est possible de participer à 3 cours à titre d'essai gratuitement sur présentation du certificat médical pour les nouveaux adhérent(e)s. Au-delà l'inscription est obligatoire.

Les bons d'essais ainsi que les cartes doivent être présentés avant l'entrée en salle.

Les enfants ne sont pas tolérés pendant les heures de cours.

L'association décline toute responsabilité en cas de vol.

Les mineurs sont sous la responsabilité de l'animateur pendant les heures de cours uniquement et ne sont pas autorisés à partir avant la fin de la séance. Les parents sont tenus de s'assurer de la présence du Professeur, l'Association n'étant pas responsable des mineurs en cas d'annulation du cours.

N'oublions pas l'essentiel, prendre du plaisir, nous détendre dans la convivialité d'une association dynamique.
