

**Pour consultation**

## RÈGLEMENT INTÉRIEUR ADMISNISTRATIF de la section A.S.M. MUSCULATION

La section Musculation est rattachée à l'Association Sportive de Martignas et de ce fait son règlement intérieur s'applique.

### 1. Fonctionnement de la section

1.1. La section est représentée par un président, un secrétaire et un trésorier; de dirigeants et de membres.

1.2. Sont membres de la section, toutes les personnes payant une cotisation annuelle, conformément aux articles 4 et 5 des statuts de l'ASM. La cotisation comprend les éléments suivants :

- la licence/assurance(FSGT ou ASM)
- la participation ASM
- l'adhésion à la section annuelle

1.3. La section reçoit une subvention d'équilibre de l'ASM, sur sa demande et après étude de ses bilans financiers et budget prévisionnel. Elle reçoit également les adhésions de ses membres

1.4. La section est responsable de l'utilisation des salles de sport mises à sa disposition pendant les créneaux horaires qui lui sont impartis. En particulier, toute anomalie (dégradation, vol, utilisation par des personnes étrangères à la section, etc....) sera signalée auprès du responsable du bureau directeur de l'ASM.

### 2. Bureau

2.1. La section est administrée par un bureau composé de membres élus lors de l'assemblée générale annuelle.

2.2. Le bureau siège une fois tous les deux mois et chaque fois qu'il est nécessaire.

2.3. Un entraîneur ou professeur salarié peuvent faire partie de la section, mais sans voix délibérative.

L'élection des membres du bureau de la section s'effectue lors de l'Assemblée générale. Sont éligibles les membres de la section.

2.4. Le bureau se compose au minimum de 3 postes suivants pour chaque groupe :

- Président
- Secrétaire

- Trésorier

Le bureau élit parmi ses membres les titulaires des fonctions décrites ci-dessus, plus les représentants (2 titulaires et 2 suppléants) au Conseil d'Administration de l'ASM.

### 3.

### 4. Assemblée générale

4.1. L'assemblée générale est organisée au moins une fois par an et chaque fois qu'elle est convoquée par le bureau ou sur la demande du quart au moins des membres de la section. Les adhérents sont informés par courrier et par affichage dans les salles d'entraînement.

4.2. Son ordre du jour est réglé par le bureau. Il comportera au minimum les volets suivants :

- rapport moral
- présentation et approbation du bilan financier et le bilan consolidé
- présentation du budgets prévisionnel et le prévisionnel consolidé
- vote du montant des adhésions pour l'exercice suivant
- renouvellement du bureau.

4.3. L'assemblée générale ne peut se tenir qu'en présence, au moins du 1/3 des adhérents de la section.

Le nombre de personnes est vérifié par la tenue d'une feuille de présence recensant les adhérents et les pouvoirs.

Le nombre de pouvoirs est limité à 3 par adhérents.

4.4. Si le quorum n'est pas atteint, l'AG est reportée d'une demi-heure et peut délibérer quel que soit le nombre de représentants..

4.5. Peuvent prendre part au vote, tous les adhérents, à jour de leur cotisation, âgés de 16 ans à la date du scrutin. Les adhérents de -16 ans sont représentés par leur tuteur légal.

4.6. Sont éligibles au bureau, tous les adhérents majeurs à jour de leur cotisation, les représentants légaux des

mineurs ainsi que les membres honoraires reconnus par le bureau.

4.7. La section informe le bureau directeur de l'ASM de la tenue de son assemblée générale, qui délèguera un représentant pour y assister.

#### 5. Présidence de la section

5.1. Le président de la section préside toutes les instances fonctionnelles de la section

5.2. Le président peut déléguer certaines de ses attributions en accord avec le bureau en particulier :

- les actes de représentations de la section
- la présidence des instances fonctionnelles de la section
- les vacances pour maladie et incapacité.

5.3. Le président de la section doit obligatoirement participer ou se faire représenter aux conseils

d'administration et assemblées générales de l'ASM.

#### 6. Assurances

6.1. Il appartient à la section de vérifier la couverture des membres du bureau, ainsi que celles des bénévoles, notamment en matière de responsabilité civile.

#### 7. Mise en sommeil et dissolution de la section

7.1. La section peut être mise en sommeil sur décision du bureau.

7.2. La dissolution de la section ne peut être prononcée que par le conseil d'administration de l'ASM.

7.3. En cas de mise en sommeil ou de dissolution, la section devra remettre l'ensemble des pièces administratives et comptables, ainsi que les avoirs et les matériels détenus au bureau directeur de l'ASM.

## II- RÉGLEMENT INTÉRIEUR SECTION MUSCULATION

### A. Fonctionnement de la section

A.1. La musculation est constitué d'un groupe dont le site de l'activité est situé salle Dolange,

A.2. Chaque adhérent doit s'acquitter d'une cotisation

A.3. L'adhérent doit fournir un certificat médical l'autorisant à la pratique la musculation.

A.4. En s'acquittant de la cotisation, en fournissant le certificat médical l'adhérent peut pratiquer notre activité.

A.5. La saison sportive débute en septembre et se termine fin juin.

Pendant les vacances scolaires et les jours fériés, les cours pourront être suspendus ou aménagés.

A.6. L'association n'est pas responsable des objets ou vêtements déposés pendant les cours et oubliés sur les lieux d'entraînement.

A.7. Pour préserver la propreté des locaux, il est demandé de pratiquer l'activité avec des chaussures spécifiques à l'entraînement autres que celles utilisées pour le trajet.

A.8 Pour des raisons d'hygiène et d'usure des divers revêtements, il est recommandé de prévoir une serviette éponge pour couvrir les tapis et bancs pendant les exercices.

A.9. Chaque adhérent se doit de participer à toutes les petites tâches nécessaires au bon déroulement de l'entraînement en participant au rangement après les séances.

### B. Le bureau de la section

B.1. Il se réunit plusieurs fois dans l'année, chaque fois qu'il est nécessaire.

B.2 Un compte-rendu de séance est affiché dans les salles.

B.3 Un panneau d'affichage informe les adhérents sur la vie de la section.

C. L'assemblée générale

C. L'assemblée générale

C.1. Elle est commune à l'ensemble des adhérents

C.2. Au cours de l'assemblée la section détermine le fonctionnement et le montant des cotisations pour l'année suivante.

1

## II-B. REGLEMENT MUSCULATION

### 1. Fonctionnement du groupe Musculation

1.a. La section Musculation informe l'ensemble des adhérents de ses décisions lors des réunions.

1.b. Ses responsables sont membres du bureau de la section.

1.c. Les responsables de la section proposent le montant des cotisations de leurs adhérents en fonction de leur budget prévisionnel. Ce montant est fixé lors de l'assemblée générale.

1.d. Les responsables gèrent :

- La délégation aux bénévoles chargés d'ouvrir et de fermer les locaux d'entraînement.

- Les adhésions, les demandes de licence, d'assurance, la déclaration à l'ASM.

1.e. Toute nouvelle demande d'ouverture de créneau horaire doit être faite auprès des responsables du groupe qui décident et avertissent le bureau.

1.f. Une réunion a lieu en fin de saison sportive (en général début juillet) pour définir la mise en sommeil ou l'activité réduite pendant les deux mois d'été. A cette occasion, les responsables de cours doivent remettre les clés à disposition de la section.

### A- Délégation aux responsables d'ouverture et de fermeture des locaux

**A1** Les membres du bureau du groupe musculation peuvent remettre les clés à ceux qui acceptent la responsabilité d'une séance.

**A2** Cette prise de responsabilité se concrétise par la signature d'un règlement spécifique.

**A3** L'utilisation des clés est réservée à un usage collectif qui correspond aux horaires définis en début de saison ou au moment de la prise de responsabilité. Tout

manquement aux règles ou toute reproduction des clés pourra être sanctionné par le retrait de la délégation et la restitution des clés.

**A4** Lors de son arrivée le responsable du groupe signale son heure d'arrivée sur le cahier d'émargement et fait les remarques qu'il juge nécessaires sur ce même cahier. Au moment de son départ il note l'horaire et signe ce cahier.

**A5** Avant de quitter les locaux, le responsable veille :

- Au rangement du matériel notamment de la presse
- A fermer les fenêtres,
- A réduire les radiateurs
- dans la salle d'entraînement
- A éteindre les lumières des douches, vestiaires, salle et couloirs.
- A fermer à clé les placards, la salle, le couloir
- A laisser la porte des vestiaires ouverte

**A6** En fin de saison il devra remettre les clés (cf. partie IIB article 1 §1.f.)

### B- Le pratiquant

**B1** La musculation est affiliée à une fédération sportive omnisports (FSGT) permettant la pratique des compétitions en haltérophilie, force athlétique et autres activités organisées par cette fédération. L'adhérent peut ne pas pratiquer des compétitions ou être affilié à la FSGT, mais adhère à l'ASM.

Les membres du bureau ainsi que les responsables de salle sont automatiquement affiliés à la FSGT.

**B2** Il veillera à respecter les consignes de sécurité affichées dans la salle :

- S'entraîner à deux ou travailler léger (en dessous de 70%, cette charge permet d'exécuter une douzaine de répétitions) surtout pour les mouvements de développé couché

ou de flexion sur jambes où il n'est pas rare de rester prisonnier sous la barre.

- Respecter les postures de sécurité qui ont été apprises, dos fixé notamment.

**B3** L'ouverture et la fermeture de la salle étant sous la responsabilité de bénévoles, le respect des horaires s'impose.

**B4** Chacun doit veiller au rangement du matériel après l'entraînement :

- ranger les haltères, disques, tapis, bâtons
- remettre les freins de disques sur les barres
- dégager le sol pour permettre le nettoyage des locaux
- Décharger la presse oblique afin d'éviter la tension permanente de la chaîne.

**B5** Chacun fera en sorte de respecter la propreté de locaux :

## **2. Bureau**

2.a. Le groupe constitue un bureau avec un président, un trésorier, un secrétaire

2.b. Les membres doivent assister aux réunions de la section.

2.c. Ils informent l'ensemble du bureau de la section des décisions prises entre deux réunions.

## **6. Assurances**

6.a. Chaque adhérent en payant sa cotisation souscrit une licence assurance (FSGT ou ASM) par l'intermédiaire du bureau de la section.

6.b. Les membres responsables sont couverts par la licence assurance (FSGT) dans le cadre de leur activité de dirigeant.

## **7 Réseaux sociaux**

Il est demandé aux membres du bureau, aux responsables de salle et à tous les adhérents de ne divulguer aucune photos sans l'autorisation des personnes concernées, de ne faire aucun commentaires désobligeants ou insultants sur le club et à un de ces membres ( membre du bureau, responsables de salle, adhérents). Tout manquement à ces dispositions, la personne sera exclue du club, ne sera pas remboursée de la cotisation pour l'année en cours.

Le bureau se réservera le droit de l'accepter ou pas l'année suivante.