

Règlements et recommandations du GymX

Tenue vestimentaire

Pour des raisons de sécurité et d'entretien le GymX doit imposer une tenue vestimentaire adéquate pour les disciplines pratiquées au centre.

Tout bijoux avec des bouts pointus ou accrocheurs ou pendentifs sont interdits.

Casquettes, ceintures et/ ou bracelets avec "stud" ou bout contondant sont interdits.

Souliers d'extérieurs sont interdits dans TOUT le gymnase, les souliers d'intérieurs sont acceptés à l'escalade et dans le jeu aérien.

Les jeans, pantalons cargo ou avec zipper ou accessoires sont interdits.

Générale

Respecter la tenue vestimentaire;

Interdiction de courir (sauf dans les endroits prévus à cet effet).

Respect des moniteurs, instructeurs, profs, personnels et équipements.

Aucun breuvages ou nourriture sur le plancher du gymnase, jeu ou espace d'escalade.

Souliers obligatoires dans le jeu et les voies d'escalades.

Souliers interdits dans le gymnase (parkour, cirque et trampolines).

Escalade

Interdit de s'amuser avec les cordes et les équipements au sol.

Laisser l'aire d'assurage libre en **TOUT** temps.

Toujours vérifier les équipements avant de les utiliser.

Être raisonnable avec la "**PUFF**" quand vous grimpez.

Art du déplacement/ Sol/ Cirque

Toujours placer le sol avec la sécurité en premier plan, la vôtre et celle des autres.

Toujours demander la **permission (autorisation) des moniteurs** pour déplacer ou ouvrir un appareil.

Toujours respecter les cours qui se déroulent sur le plancher.

Trampolines

Aucun obstacles, appareils ou objets sont acceptés sur et autour des trampolines

Il est strictement interdit d'être plusieurs sur un trampoline, 1 personne à la fois.

Aucun transfert (sauter d'un trampoline à l'autre) est accepté hors cours.

Aucun saut de sortie, en tous temps.

Jamais sauter à genoux.

Les sauts périlleux (flip avant ou arrière) sont interdits sans l'approbation d'un instructeur.

Si les moniteurs, entraîneurs ou surveillants ressentent qu'un membre ou client est dangereux pour lui-même ou les autres, manque de respect ou ne se conforme pas aux règlements, **il ou elle peut terminer la séance d'entraînement de cet individu.**