



LA SENTINELLE
Gymnase Robert Sallaz
Rue Albert Curioz
74100 Annemasse
e-mail : lasentinelle74@orange.fr

Fédération française de gymnastique
Agrément Jeunesse et Sport n°9605
Siret 383061470000027
APE 9312Z
Site : www.gym-annemasse.com

ASSOCIATION SPORTIVE LA SENTINELLE

REGLEMENT INTERIEUR

GYM ADULTES

Révisé 05.2026

Le présent règlement définit les modalités de fonctionnement de l'Association Sportive La Sentinelle d'Annemasse.

Il s'applique à tous ses membres, dans toutes les sections et sur tous les sites.

Chaque membre reconnaît lors de l'adhésion, avoir pris connaissance et accepté de se conformer au présent règlement intérieur, d'y adhérer sans restriction ni réserve et d'en respecter les termes et conditions suivantes.

1 GENERALITES

- **Les cours sont réservés aux personnes de 18 ans et plus, ayant déjà pratiqué la gymnastique artistique.**

Après un échauffement dirigé de 30 minutes, l'adhérent pourra accéder à toutes les installations à disposition dans la salle de gymnastique spécialisée.

Il sera encadré par un entraîneur salarié diplômé d'état ainsi qu'un référent qui seront présents pour répondre aux questions, prodiguer des conseils, des idées d'exercices, ceci dans le but de permettre aux membres de pratiquer à nouveau la gymnastique dans de bonnes conditions.

- Il n'y aura **pas de séances pendant les vacances scolaires et les jours fériés.**
- L'Association Sportive La Sentinelle – en tant que Club de gymnastique - est affiliée à la **Fédération Française de Gymnastique (FFGym)**.
- Les cours proposés sont exclusivement consacrés à la gymnastique artistique en pratique **loisir**. La décision de présenter ou non un adhérent à une ou plusieurs compétitions organisées par la Fédération Française de Gymnastique relève uniquement de l'entraîneur et du Comité directeur, en accord avec l'adhérent. Un certificat médical spécifique sera alors requis. Dans ce cas, les frais d'engagement ainsi que les dépenses liées à la tenue vestimentaire, au transport, à l'hébergement et à la restauration resteront entièrement à la charge de l'adhérent.

2 INSCRIPTION

2.1 / Cotisation

Le prix comprend la licence FFGym et l'assurance FFgym (pour les dommages causés à autrui) dont le coût s'élève à 70 € : elles sont **OBLIGATOIRES**.

Au prix de la cotisation s'ajoutent les frais administratifs s'élevant à 15 € (pour les nouveaux adhérents uniquement).

L'inscription ne sera validée qu'à réception de l'ensemble du dossier et du paiement intégral de la cotisation.

Elle est obligatoire et doit être réalisée avant la première participation aux entraînements.

Les modalités d'inscription (tarifs, modes de paiement, etc.) sont disponibles sur le site internet de La Sentinelle (www.gym-annemasse.fr).

Le montant de la cotisation est fixé par le Comité directeur chaque début de saison.

⚠ Toute année entamée est due. Sauf motif jugé exceptionnel (1 séance d'essai) par le Comité directeur, la cotisation versée ne sera en aucun cas remboursable.

En cas de non-paiement de la cotisation après trois relances, l'adhérent sera suspendu des cours jusqu'à ce que la situation soit régularisée.

2.1.a / Caution :

Un chèque de caution de 50 € sera exigé lors de l'inscription, et restitué après une demi-journée de bénévolat. Ce chèque devra être remis obligatoirement lors du 1er cours. Sans celui-ci, vous ne serez pas accepté. Il sera restitué après une participation bénévole d'une demi-journée lors d'un événement du club, ou encaissé en fin de saison.

- Indiquer au verso les nom et prénom du licencié sous lesquels l'inscription a été effectuée.
- Le chèque de caution devra être établi sur un compte bancaire approvisionné et demeurer valide pendant toute la durée de la saison sportive.

En cas de chèque sans provision, d'opposition au paiement, de compte clôturé ou de toute impossibilité d'encaissement, le Club pourra exiger un autre moyen de garantie, suspendre temporairement l'adhésion jusqu'à régularisation ou refuser toute nouvelle inscription ou réinscription tant que la situation n'aura pas été régularisée.

2.2 / Constitution du dossier

Les inscriptions sont à effectuer en ligne, via une plateforme internet dont le lien sera communiqué sur le site internet de La Sentinelle (www.gym-annemasse.fr).

Pour que l'inscription soit valide, le dossier doit obligatoirement contenir les éléments suivants :

- Le formulaire d'inscription dûment rempli (à remplir directement en ligne sur la plateforme d'adhésion) (*)
- Le questionnaire de santé dûment complété et lisiblement renseigné, puis joint au formulaire (**) (***)
ou
un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport ou de la discipline en compétition, datant de moins d'un an à la date de la compétition ➤ **obligatoire pour les gymnastes souhaitant être engagés en compétition.**
- La validation du règlement intérieur par l'adhérent
- Le règlement de la cotisation
- Le chèque de caution de 50 € à apporter lors du premier cours (cf. paragraphe 2.1.a)

(*) le lien internet et/ou QR code vers le formulaire d'adhésion sera disponible sur le site Internet de La Sentinelle (www.gym-annemasse.fr).

(**) document à télécharger sur le site internet.

(***) si une réponse au questionnaire de santé conduit à un examen médical, l'obtention ou le renouvellement de licence nécessite la production d'un certificat médical, datant de moins de six mois et attestant l'absence de contre-indication à la pratique sportive ou de la discipline concernée. Dans ce cas, pour les licenciés qui font de la compétition et quel que soit leur niveau, ce certificat médical doit indiquer l'absence de contre-indication à la pratique du sport ou de la discipline en compétition.

⚠ Les documents requis ont un caractère officiel ; ils doivent être complets, lisibles et conformes.

- **Aucun document raturé, modifié, incomplet ou remplacé ne sera accepté.**
- **Tout dossier incomplet, illisible ou non conforme entraînera le refus ou l'annulation immédiate de l'adhésion.**

Toute tentative de contournement entraînera l'annulation de l'adhésion.

2.3 / Licences, assurances, et certificat médical

Le Club est affilié à la Fédération Française de Gymnastique (FFGym).

En adhérent à La Sentinelle, chaque membre obtiendra la licence FFGym valable 1 an.

Licence : la licence FFGym est obligatoire pour la pratique de la gymnastique artistique. Le prix de l'adhésion comprend la licence FFGym.

Certificat médical : pour l'obtention de la licence FFGym, un certificat médical daté de moins d'un an est requis.

Assurance du Club (pour les dommages causés à autrui) : le prix de l'adhésion comprend l'assurance FFgym (OBLIGATOIRE). Il est également précisé que l'Association Sportive La Sentinelle est assurée au titre de sa Garantie Responsabilité Civile.

Assurance personnel de l'adhérent (dommages causés à soi-même) : le Club invite chaque membre à vérifier auprès de son assureur les modalités de leur Garantie Responsabilité Civile personnelle, ainsi que la possibilité de souscrire, s'ils le souhaitent, une assurance complémentaire de type Garantie Accidents de la Vie.

2.4 / Carte d'adhésion

Chaque membre se verra attribué une carte d'adhésion au moment de l'inscription. Cette carte d'adhésion sera disponible uniquement en format numérique.

Elle devra être présentée obligatoirement au gardien du gymnase et/ou à l'entraîneur pour accéder à la salle de gymnastique.

En cas de perte de la carte d'adhésion, celle-ci devra être remplacée. Elle sera facturée au tarif en vigueur dans le club.

La carte d'adhésion est personnelle et non cessible, ni entre adhérents, ni à une personne étrangère au club. De même, il est interdit d'user de sa carte d'adhésion, pour donner accès à une personne non adhérente dans le club. Si le cas s'avérait, cela deviendrait une fraude. En cas de récidive à la fraude et une mise en danger possible d'autrui, ce fait pourrait entraîner l'exclusion de l'adhérent du club, sans que celui-ci puisse prétendre à aucun remboursement des sommes versées pour son abonnement.

2.5 / Communications entre le club et les adhérents

Afin de garantir une communication efficace et respectueuse de l'environnement, le Club privilégie les échanges **par voie numérique**.

 Une **adresse e-mail valide** est **obligatoire** pour recevoir les informations importantes du Club (annulations, infos diverses, etc.)

 L'application **WhatsApp** est également **requis**, pour permettre des échanges rapides entre les entraîneurs du Club et les adhérents :

- Annulations ou modifications de cours
- Informations pratiques
- Communication en temps réel (absences, etc.)

- Merci de signaler au Club **tout changement d'adresse e-mail et de numéro de téléphone**, afin de maintenir des échanges fluides et fiables.

3 ENTRAINEMENTS

3.1 / Généralités

- **Les entraînements ne sont pas ouverts au public.**
Pour des raisons de sécurité et d'assurance, les enfants ne sont pas admis au sein du Club.
Seuls les adhérents, les entraîneurs et les membres du Comité directeur sont autorisés à accéder aux zones d'entraînement.
- Il est signalé que le gymnase dans lequel ont lieu les cours est sous la surveillance d'un gardien.
Les cours et l'accès à la salle de gymnastique sont réservés aux seuls adhérents qui ont donc une relation contractuelle avec l'Association Sportive La Sentinelle.
L'accès sera autorisé uniquement sur présentation de la carte d'adhésion.
- Aucune affaire ne devra être laissée dans les vestiaires. En cas de perte ou de vol, le club décline toute responsabilité.
Le club met des casiers à disposition de ses adhérents qui ne sont utilisables que le temps de la séance.
En conséquence, ils seront libérés au départ de l'adhérent. Un casier privatisé par un adhérent sera vidé de son contenu.
-  Sont interdits : Chewing-gum, bonbons ou autre nourriture.

3.2 / Horaires et lieux d'entraînement

Les cours ont lieu dans la salle spécialisée de gymnastique du gymnase Robert Sallaz situé rue Albert Curioz à Annemasse, selon le calendrier scolaire français de septembre à fin juin : PAS DE COURS les jours fériés ni pendant les vacances scolaires.

Mesures exceptionnelles : le Comité directeur du Club peut, pour des raisons sanitaires, de sécurité, d'indisponibilité du gymnase, d'absence des entraîneurs ou d'événements majeurs, supprimer, modifier ou ajouter des prestations, aménager des horaires ou modifier le planning des cours, voire fermer momentanément le Club. Aucun remboursement ne sera effectué.

3.3 / Absences, retards, maladie

Il est demandé aux adhérents de se présenter à l'heure, afin de prendre part à l'échauffement dirigé. Tout retard entraînera l'obligation d'effectuer un échauffement de manière autonome.

Les cours seront assurés à partir d'1 personne présente, donc les retards ou absences doivent être signalés à l'entraîneur via l'application de messagerie instantanée avant le début du cours.

3.4 / Tenues vestimentaires

L'adhérent ne peut pénétrer dans la salle de gymnastique qu'en tenue de sport.
L'adhérent portera une tenue correcte et adaptée, pour pratiquer la gymnastique artistique.

Tenue obligatoire :

- Justaucorps ou tenue près du corps (legging, short, débardeur...)
- Chaussons ou pieds nus (selon agrès)
- Cheveux attachés
- Si nécessaire, l'adhérent devra être équipé de chaussures de salle propres, réservées pour le club. En aucun cas, il ne viendra de l'extérieur avec cette paire de chaussures aux pieds.
>> PAS DE CHAUSSURES AUTORISEES SUR LES AGRES (sauf praticable en cas de cours collectif)

Interdits :

- Vêtements amples

- Bijoux, faux ongles ou ongles longs (pour des raisons de sécurité)

Tout manquement entraînera l'exclusion immédiate du cours.
Il est vivement conseillé à chaque adhérent d'avoir une gourde.

4 COMPORTEMENT

4.1 / Généralités

- Il est formellement interdit d'ouvrir les portes de secours. De même l'adhérent ne doit pas utiliser ces portes pour entrer ou sortir du gymnase, ni faire pénétrer une personne abonnée ou non dans le gymnase.
- Chaque adhérent est prié de ramasser ses déchets et de les déposer dans une poubelle.
- Durant les cours, l'usage des téléphones mobiles est interdit.
- L'accès des personnes en état d'ébriété sera refusé.

4.2 / Respect et attitude

La politesse, le respect et la bienveillance sont attendus de tous, en toutes circonstances, envers :

- les entraîneurs (salariés et bénévoles),
- les autres adhérents,
- les membres du Comité directeur,
- les gardiens du gymnase,
- et toute autre personne présente lors des cours.

4.3 / Comportements inacceptables

Tout comportement dangereux, irrespectueux, agressif, ou contraire aux règles de vie du Club pourra entraîner **une sanction immédiate**, allant :

- de l'**exclusion du cours**,
- voire, dans les cas graves ou répétés, à une **exclusion définitive du Club**, sur décision du Comité directeur.

4.4 / Matériel

Chaque adhérent est responsable du respect du **matériel mis à disposition**.

Il lui est demandé de participer :

- à la mise en place du matériel, si besoin,
- et à son rangement en fin de séance.

Toute dégradation volontaire pourra faire l'objet d'une sanction.

Il est interdit de créer des montages de fortune qui pourraient mettre en danger l'adhérent et son entourage. Le matériel mis à la disposition des adhérents doit être respecté. Les réglages ponctuels se font après les conseils dispensés par l'entraîneur.

Le déplacement et la fixation des agrès ne peuvent être effectués qu'en présence et sous la supervision de l'entraîneur.

Pour la sécurité de tous, toute anomalie de fonctionnement d'un agrès doit être signalée.

4.5 / Objets personnels et téléphones

Les **téléphones portables doivent être éteints et rangés** dans les sacs pendant les cours. L'utilisation en séance est **interdite**, sauf autorisation exceptionnelle d'un entraîneur.

Les **objets personnels (bijoux, argent, vêtements, etc.)** restent **sous la responsabilité du gymnaste**.

Ni le Club ni la Mairie d'Annemasse ne pourront être tenus responsables en cas de **perte, vol ou dégradation**.

Par précaution, il est **vivement déconseillé** d'apporter des objets de valeur à l'entraînement.

4.6 / Photos et vidéos

La **prise de photos ou de vidéos pendant les cours est strictement interdite**, sauf **autorisation préalable** de l'entraîneur.

5 COMPETITIONS

Le calendrier des compétitions sera transmis aux adhérents dès qu'il sera porté à la connaissance du Club par la Fédération Française de Gymnastique.

Chaque gymnaste adhérent a la possibilité de participer aux compétitions organisées par la Fédération Française de Gymnastique, sous réserve de présenter un certificat médical (cf. paragraphe 2.2).

Sauf disposition contraire décidée par le Club, les frais d'engagement aux compétitions ainsi que les frais de déplacement, d'hébergement et de restauration liés à la participation aux compétitions restent à la charge des adhérents.

6 PARTICIPATION AUX EVENEMENTS & CAUTION

Le Club organise chaque saison plusieurs manifestations (compétitions, gala, événements associatifs, actions de promotion, etc.) qui contribuent à son fonctionnement, à son développement et à sa visibilité.

L'organisation de ces événements repose principalement sur l'investissement de bénévoles, notamment les membres du Comité, qui consacrent une part importante de leur temps à la vie du Club en parallèle de leurs activités professionnelles et personnelles.

Afin de garantir le bon déroulement de ces manifestations, les familles sont régulièrement sollicitées pour apporter leur aide. Les besoins en bénévolat sont communiqués en amont par les différents canaux d'information du Club.

L'implication de chacun, même ponctuelle, est essentielle à la réussite de ces événements. Ces moments permettent de valoriser le travail des gymnastes, de renforcer la cohésion entre les familles et de contribuer au rayonnement du Club.

Le maintien et la qualité de ces manifestations sont directement conditionnés par la mobilisation des bénévoles. En l'absence d'un nombre suffisant de participants, le Club se réserve la possibilité d'adapter, de réduire ou d'annuler certaines actions ou événements.

Afin de garantir une participation suffisante à l'organisation de ces événements, une caution de 50€ sera demandée lors de l'inscription.

Cette caution sera restituée uniquement sous réserve de la participation effective à une demi-journée de bénévolat dans le cadre de l'organisation des événements du Club. (cf. paragraphe 2.1.a)

Si des frais sont engagés par les bénévoles dans le cadre de leurs missions pour le Club, leur prise en charge s'effectuera conformément aux dispositions prévues par le règlement intérieur général de La Sentinelle.

7 DROIT A L'IMAGE

Les photographies et les vidéos prises et/ou recueillies par l'association « LA SENTINELLE » sont nécessaires au développement et à la promotion médiatique des disciplines représentées par l'association concernée et ne seront pas utilisés à des fins commerciales. Ils feront l'objet d'un traitement informatique et seront destinés à la diffusion sur notre site internet, nos réseaux sociaux ainsi que dans les brochures (Guide des Sports, etc.) ou encore dans les journaux locaux (Le Dauphiné, etc.)

En conséquence de quoi et conformément aux dispositions relatives au droit à l'image, nous sollicitons l'autorisation des adhérents au moyen d'un questionnaire « droit à l'image » à remplir lors de l'inscription.

Tout changement de décision quant au droit à l'image de l'adhérent devra être obligatoirement signifié au Club par écrit en envoyant un e-mail à l'adresse suivante : lasentinelle74@orange.fr

Sauf mention contraire, c'est la décision indiquée sur ledit questionnaire « droit à l'image » qui sera appliquée.

8 RESEAUX SOCIAUX

En début de saison, un groupe est créé sur l'application de messagerie instantanée afin de communiquer simplement et rapidement (cf. paragraphe 1.5 ci-avant).

Selon un communiqué concernant les informations diffusées grâce à l'utilisation des réseaux sociaux au sens large et transmis par la Fédération Française de Gymnastique, le Club sera apte à gérer tout éventuel litige apparaissant sur les groupes officiels créés en début d'année par le Club dont le président du Club fait partie, ainsi que la vice-présidente et l'entraîneur salarié du Club.

⚠ Tous les autres groupes, créés en parallèle, sont considérés comme privés.

Le Club :

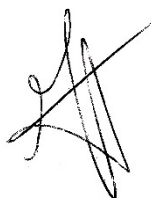
- n'a aucun lien officiel avec ces groupes,
- ne peut en vérifier ni les contenus, ni les informations diffusées,
- et décline toute responsabilité en cas de litige ou de problème survenant dans ces espaces privés.

9 SYNTHÈSE

La fréquentation de notre salle implique le respect du présent règlement intérieur. Il est défini dans un souci de bien-être, pour l'ensemble des utilisateurs. En cas de non-observation de celui-ci ou d'attitude et de comportement présentant un risque ou une gêne pour les autres usagers, le Comité directeur pourrait envisager la rupture amiable du contrat d'abonnement, après avoir échangé avec l'adhérent en cause.

**LA VALIDATION DU FORMULAIRE D'ADHÉSION
VAUT ACCEPTATION PLEINE ET ENTIÈRE
DU PRÉSENT RÈGLEMENT INTÉRIEUR PAR L'ADHÉRENT.**

**La Présidente et le Comité directeur
de La Sentinelle**



LA SENTINELLE
Rue A. Curioz
74100 ANNEMASSE
Tél 06 23 16 44 16