



REGLEMENT INTERIEUR

Ce règlement s'adresse à toute personne suivant des cours au sein du studio **Spin Or Tricks**, que cela soit de manière régulière ou ponctuelle.

20. Conditions d'acceptation :

Les cours sont ouverts aux personnes majeures et en bonne santé.

Spin or Tricks se réserve le droit de refuser des inscriptions en fonction du nombre d'élèves déjà inscrites.

Les cours réguliers ne sont actuellement pas mixtes. Seuls les cours indiquant que les hommes sont acceptés peuvent être réservés par ceux-ci (hors cours pour enfants qui eux peuvent être mixtes). Les workshops et stages sont en général ouverts à tous (vous renseigner en amont si vous avez un doute).

Les mineurs âgés de 16 à 17 ans révolus sont acceptés au sein des cours adulte sous réserve d'une autorisation parentale écrite. En dessous de cet âge, des cours spéciaux sont mis en place.

Si vous avez un doute sur votre état de santé, merci d'en informer les instructeurs en amont de votre inscription pour avoir leur avis. Pour plus de précaution, nous vous recommandons de consulter votre médecin.

En début d'année, vous devez solliciter un certificat médical attestant de votre aptitude à pratiquer les disciplines sportives choisies ainsi qu'une attestation responsabilité civile, à renouveler à chaque inscription annuelle. Pour les étudiants leur attestation de scolarité en cours de validité.

Les femmes enceintes ne sont pas acceptées en cours pour leur sécurité.

Les disciplines proposées au sein de notre studio ne sont pas accessibles aux personnes à mobilité réduite.

2. Réservation :

Toute réservation doit être effectuée via notre plateforme de réservation sur internet : <https://clients.mindbodyonline.com/ASP/home.asp?studioid=32882>

Le Prestataire pourra modifier sa plateforme de réservation et/ou de paiement à tout moment et vous informera dans les meilleurs délais.

Vous devez au préalable créer un compte privé et personnel sur ce système en y renseignant les données personnelles demandées. Veuillez à ne créer qu'un seul compte à votre nom. Dans le cas où vous n'arriveriez pas vous connecter à votre compte n'hésitez pas à contacter le studio par email.

Vous avez jusqu'à 24h avant l'heure de début du cours pour vous inscrire en ligne (48h pour les stages et workshops). Passez ce délai, vous ne pourrez plus vous inscrire en ligne. Vous pourrez contacter le studio par email à spinortricks@hotmail.fr pour faire une demande d'inscription mais nous ne pourrions pas vous garantir une place.

Un email de confirmation vous sera automatiquement envoyé après chaque réservation (sauf dans le cas de réservations dites de récurrence).

Une récurrence de 15 jours est possible pour les abonnés à la carte. Ceci signifie que vous pouvez effectuer vos réservations sur une période de 15 jours à partir de la date du jour.

Attention, si vous êtes placés sur liste d'attente vous recevrez également un email vous l'indiquant.

Dans le cas où un élève se désisterait vous recevrez également un email pour vous informer que vous n'êtes plus sur liste d'attente. Merci de nous prévenir si vous n'étiez plus disponible à ce moment là afin de laisser la place à quelqu'un d'autre. Si le désistement parvient moins de 24h avant le début du cours, nous vous avertirons nous même de la place par email ou SMS (si vous avez rempli votre numéro de téléphone dans votre compte personnel).

Dans le cas où il n'y aurait plus de place pour le cours ou stage convoité, ni sur la liste d'attente, aucune inscription ne sera possible.

Afin de vérifier les cours et stages auxquels vous êtes inscrits, rendez-vous dans votre espace personnel.

3. Annulation :

Toute annulation devra être effectuée par le biais de la plateforme de réservations sur internet dans les conditions prévues aux conditions générales.

4. Sécurité :

Pour votre sécurité, il est interdit de porter des bijoux tels que bagues et bracelets en cours. De même, afin de ne pas glisser, nous vous demandons de ne pas vous enduire d'huile ou crème pour le corps le jour du cours, et si possible la veille.

Le studio n'engage pas sa responsabilité en cas d'accident dus au défaut de respect des consignes de sécurité et à l'utilisation inappropriée du matériel, en particulier lors d'éventuels pole practice ou vous serez en autonomie. N'hésitez pas à utiliser des tapis pour votre sécurité si vous n'êtes pas sûres.

Les vestiaires ne faisant l'objet d'aucune surveillance, nous vous recommandons de ne pas apporter d'objets de valeur. Si des casiers sont à votre disposition, vous pouvez apporter un cadenas pour les fermer (les casiers pourront être partagés par 2 à 3 personnes). Nous vous demandons de bien retirer vos affaires et votre cadenas à chaque fin de cours afin de laisser la place à d'autres élèves.

5. Tenue :

Il est impératif que vous vous munissiez pour les cours de Pole Dance d'un short court et souple de type shorty laissant vos cuisses découvertes pour avoir une bonne accroche sur la barre. Evitez les shorts trop longs et trop rigides tels que bermudas, shorts en jeans.

Un débardeur pour les premiers cours sera suffisant, mais sachez qu'à partir du moment où nous commençons à étudier les inversés, une brassière de sport est obligatoire (obligatoire en Pole Fit).

Nous travaillons pieds nus. Vous pouvez si vous le souhaitez apporter une paire de chaussures. Cette paire devra obligatoirement être une paire d'intérieure pour des raisons d'hygiène évidentes, les chaussures utilisées à l'extérieur ne sont pas acceptées.

Par ailleurs, nous vous demandons de vous déchausser à l'entrée des salles du studio afin de ne pas marcher avec vos chaussures de ville sur le parquet.

Pensez également à vous munir d'une serviette en éponge pour vous (**à mettre obligatoirement sur les tapis de sol**), un chiffon micro fibre pour votre barre et d'une bouteille d'eau. Vous pouvez également vous munir d'un mélange d'eau et d'alcool à 70/90°c pour nettoyer votre barre.

Nous vous demandons également de vous équiper de grips si nécessaire, en vente au studio.

Les cours de Burlesque pourront nécessiter d'investissements en matière d'accessoires et de tenue. Votre professeur vous indiquera au fur et à mesure de l'année les achats éventuels.

Pour les cours d'Aerial Hoop, un legging ou un collant avec un shorty seront nécessaires. Egalement des guêtres ou jambières afin de renforcer l'arrière des genoux. A l'inverse de la Pole Dance, il vous faut vous couvrir le corps.

Une douche est à votre disposition, si vous souhaitez l'utiliser, merci de penser à prendre un drap de bain ainsi que des produits de douche.

6. Cours :

Les portes du studio ouvriront **15 minutes maximum** avant le début de chaque cours. Avant cela il ne vous sera pas possible de rentrer dans l'enceinte de l'immeuble. Merci de respecter les horaires pour ne pas déranger les cours et les professeurs.

Pour le bon déroulement des cours, merci d'arriver 10 à 15 minutes maximum avant le début du cours.

Les personnes arrivant en retard pourront être refusées en cours à l'appréciation de l'instructeur et le cours sera décompté dans les mêmes conditions qu'une annulation tardive.

Les instructeurs étant les seuls habilités à enseigner, tout élève ne respectant pas le contenu des cours (mise en danger de sa propre personne et de celle d'autrui) pourra être exclu.

Il en sera de même pour toute personne manquant de respect aux instructeurs et/ou à ces camarades, ou bien ayant un comportement inapproprié.

7. Niveaux :

Si vous commencez les cours avec le studio, vous suivrez le schéma classique des niveaux : 1, 2, 3, 4, 5, 6 et d'éventuels niveaux intermédiaires pourront être proposés en fonction de l'évolution des élèves.

Si vous rejoignez le studio après avoir commencé une pratique de la Pole Dance dans un autre studio, vos instructeurs vous indiqueront quel niveau rejoindre en fonction des éléments que vous leur indiquerez (le niveau pourra évoluer en fonction de votre 1er cours au sein du studio).

Un niveau dure au minimum une année scolaire. Le niveau attribué devra impérativement être suivi et aucun changement à l'initiative de l'élève ne sera toléré en cours d'année.

Dans tous les cas, vos professeurs décideront de votre passage en niveau supérieur par le biais d'examen de passage. Afin de que cela soit possible en cours d'année, il faudra bien entendu que vous soyez disposées à changer de créneau (jour et heure) et que des places soient disponibles dans ledit niveau.

8. Mesures Sanitaires Spécifiques :

Se reporter aux documents fournis par le gouvernement

Préconisations pour l'organisation des studios de pole dance



Interprétation du décret n° 2020-663 du 31 mai 2020 prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de covid-19 dans le cadre de l'état d'urgence sanitaire, et des articles 42, 43 et 44 relatifs aux activités sportives.

Pour les élèves

Avant de venir en cours

- **Vous ne devez pas venir en cours** si vous présentez le moindre symptôme (toux, fièvre...)
- **Vous devez être munis d'un masque** lors de votre arrivée au studio et pour tout déplacement avant, après, et durant le cours,. Assurez vous d'en avoir sur vous.
- **Apportez votre bouteille d'eau** ou une gourde remplie avec vous (personnalisées dans les 2 cas, pour la reconnaître).
 - Les fontaines à eau ne seront pas disponibles durant la crise sanitaire.
- **Apportez votre tapis de yoga** avec vous.
- **Apportez un sac** dans lequel vous mettrez votre vestiaire (sac à main, chaussures, etc).
- **Portez un masque lors de votre arrivée**, vous ne pouvez l'ôter que lors de votre pratique sportive (art 44-3).
- **Les encadrants peuvent et doivent renvoyer d'un cours** toute personne ne respectant pas les consignes sanitaires, sans qu'il lui soit possible de réclamer un quelconque remboursement.

A votre arrivée au studio

- **Respectez la distanciation sociale** et gardez votre masque quand vous patientez devant le studio.
- **Attendez que le cours précédent soit terminé, que tous les élèves soient sortis** et qu'un encadrant vous y invite avant d'entrer dans le studio, toujours en portant votre masque.
- Changez-vous et enfiler vos affaires de sport, **mettez vos affaires dans un sac** (manteau, sac à main, chaussures, etc), et placez ce sac dans un endroit dont il ne bougera plus jusqu'à la fin du cours. Les vestiaires sont fermés.
- Otez votre masque puis **désinfectez-vous les mains** à l'aide de gel hydro-alcoolique ou en vous lavant les mains au savon (serviettes en papier à usage unique uniquement).

- **Allez vous placer** à proximité immédiate de la pole qui vous a été affecté pour le cours et respectez la distanciation sociale.
- D'une façon générale, **évittez de toucher à quoi que ce soit dans le studio** en dehors de la pole que vous allez utiliser et du matériel dont vous avez besoin (comme un crash mat le cas échéant).

Avant de commencer le cours

- **Nettoyez et désinfectez la barre** que vous allez utiliser à l'aide d'une solution à base d'alcool et d'une serviette en papier à usage unique. Jetez cette serviette dans la poubelle prévue à cette effet après utilisation.
Attention : ceci doit être répété à chaque changement d'utilisateur, et pour tous les matériels utilisés pendant un cours.

Durant le cours

- **Restez à coté de votre pole** et conservez une distance d'un mètre avec les autres élèves.
- **Ne partagez pas votre tapis** ou quelque accessoire que ce soit.
 - Roulez et mettez de côté votre tapis après l'avoir utilisé.
- Si deux élèves partagent une même pole durant le cours, il faut **la désinfecter à l'aide d'une solution à base d'alcool entre chaque changement** en suivant la procédure évoquée plus haut.
- **Si vous désirez aller aux toilettes**, vous devez vous désinfecter les mains, remettre votre masque, vous rendre aux toilettes, reposer votre masque, et vous désinfecter les mains à nouveau.

Après le cours

- **Nettoyez et désinfectez la barre** que vous avez utilisé à l'aide d'une solution à base d'alcool et d'une serviette en papier à usage unique. Jetez cette serviette dans la poubelle prévue à cette effet après utilisation.
- **Désinfectez le crash mat**, si vous en avez utilisé un, avec une solution à base d'alcool, en vaporisant cette solution sur la surface du tapis et en l'essuyant à l'aide d'une serviette en papier, à jeter après usage dans une poubelle.
- **Désinfectez vos mains** à l'aide de gel hydro-alcoolique ou en vous lavant les mains au savon.
- **Mettez un masque.**
- **Récupérez votre sac** dans lequel vous avez mis votre vestiaire et changez-vous, en respectant la distanciation sociale.
- **Sortez du studio un à un** en respectant la distanciation sociale.
- Les studios ne pourront pas assurer de service des objets trouvés, pensez à bien **vérifier que vous ne laissez rien derrière vous** avant de quitter le studio !



Communiqué

REOUVERTURE STUDIO

Cher(e)s élèves,

En complément du document officiel remis sur les mesures sanitaires à respecter pour la reprise des cours, nous souhaitons compléter ces mesures en fonction de nos établissements.

- **Arriver 5 min en avance maximum, et attendre à l'extérieur de l'immeuble qu'on vous indique que vous pouvez monter.**

Rappel, vous ne devez pas vous croiser avec les autres groupes et que vous ne pouvez pas attendre sur le palier pour respecter les mesures de distanciation physique.

- Vous avez cours chez Spin Or Tricks ? **Entrez en salle 1** si vous avez cours dans cette salle, ou par la **salle 2** si vous avez cours dans cette salle.

- Venir avec **vos vêtements**, ou sous vos vêtements.
Rappel les vestiaires ne sont pas accessibles.

- Gardez **vos affaires personnelles** (grip, bouteille d'eau, chiffon,...) dans un espace **près de votre barre/chaise/cerceau** en respectant la distance physique avec les autres.

- Des **vaporisateurs d'alcool**, du **gel hydroalcoolique**, sont à votre disposition au besoin. Mais nous vous conseillons de **vous équiper personnellement** comme indiqué lors de notre dernier communiqué pour des raisons d'hygiène. Pensez à vous laver les mains avant et après avoir utilisé ces produits communs.

- **Aucune personne qui n'a pas cours ne sera acceptée au studio.** Si vous avez un battement entre 2 cours, vous devrez quitter le studio et revenir pour l'heure de votre prochain cours.

- **Le cours se terminera 5 min avant** afin de vous laisser le temps de vous habiller et quitter les lieux avant de pouvoir accueillir le prochain groupe et faire le nettoyage nécessaire entre les cours.

- Il n'y aura **pas de cours impliquant les Hamacs/Tissus** jusqu'à nouvel ordre pour des raisons d'hygiènes évidentes.

- Vos professeurs vous redonneront toutes les informations et seront là pour vous aiguiller en cas de doute. Dans tous les cas vous pouvez vous reporter aux documents envoyés qui seront également à votre disposition au studio.