

REGLEMENT INTERIEUR

POLE EVIDENCE

La participation aux cours implique l'acceptation du règlement intérieur pole-evidence ainsi que ceux des lieux de pratique ou événements le cas échéant.

Mise à jour 2701/23

GENERALITE

— Cours mixtes ; hommes (rars toutefois) et femmes ; notons que les cours resteront le même ; aussi il n'y a pas de style « homme » au studio en cours de groupe, le cours est le même pour tou.te.s.

— Accessible dès 12 ans pour les cours réguliers de pole dance et form' fun (hors thèmes ou cycles glamour, sexy réservés à partir de 18 ans)

Les mineur(e)s participent sur autorisation écrite des représentants légaux qui ont pris connaissance du règlement et l'accepte ; et sont conscient que d'autres personnes peuvent avoir des préjugés archaïques sur la pole et gère cela pour leur enfant/ado.

Pole évidence ne peut être tenu pour responsable de l'inscription sous fausse date de naissance d'une personne.

— cours sexy fit, ou pole glam : à partir de 18 ans - cours cabaret et chorégraphiques : âge d'accès suivant le style de la chorégraphie.

CONDITION PHYSIQUE

— Vous êtes responsables de vous assurer de votre aptitude à la pratique de la pole dance 'sport intense' en cardio vasculaire et musculo-squelettique) ; vous êtes responsables de consulter votre médecin ou tous spécialiste qu'il vous conseillerait avant vos cours. nous vous recommandons ces vérifications, check up régulièrement)

— Vous informer l'encadrement en cas de particularité chronique ou passagère

— Contre-indications strictes à la pole dance : fragilités cardiaque, hémophilie, troubles veineux sévères (faire évaluer par vos traitants), grossesse, post partum récent (rééducations et aval médical nécessaires à la reprise), hypertension et glaucome seront des contre-indications à la position tête en bas (et vont limiter les figures selon le niveau) ; d'autres éléments peuvent la rendre délicate , rapprochez-vous de votre médecin.

— les cours sont interdits en état d'ébriété ou alcoolisé ou sous l'effet de stupéfiants ; ainsi qu'un état modifié de conscience par des médicaments ; merci de veiller aux traitements dangereux pour la conduite d'engin , ils rendent la pratique de la pole dangereuse aussi. Des états psychologiques non adéquats peuvent aussi contre-indiquer la pratique. L'encadrement peut, dans ces cas, vous refuser l'accès au cours sans remboursement.

RESPONSABILITE CIVILE etc...

— Pole-Evidence, StudioOrigine, Valérie SIRE LEFEUVRE ne sont pas responsables de vos effets personnels dans la salle et sur parking - l'assurance professionnelle couvre l'action d'enseignement.

— chaque participant est titulaire d'une **assurance responsabilité civile** pour les dommages causés aux tiers ou aux biens, sans quoi votre inscription vous engage à prendre en charge vous-même les frais que celle-ci aurait couverts

— assurance sport & loisir : elle n'est en général pas incluse dans la responsabilité civile, ni habitation ; aussi si vous vous blessiez vous-même en pratiquant un sport vous n'êtes pas couverts sans souscrire à une assurance sport-loisir. Vous êtes responsables de choisir d'en souscrire un ou non.

— L'utilisation du matériel se fait uniquement sur avis de l'encadrement (tout ce qui est dans l'espace n'est pas prêt à l'usage, des éléments sont stockés et doivent être manœuvrés de façon adéquate ou après préparation matérielle ou physique)

PARKING ACCES

vous roulez au pas (5km) dans le chemin d'accès et sur le parking (sécurité des autres usagers, tranquillité voisine et de nous, sécurité de nos animaux et ceux des voisins. *une fois que qqun est blessé ou diminue ou un animal mort votre stress passager induisant la vitesse et nervosité de conduite ne sera pas d'une grande aide*

DEROULEMENT DES COURS

- **L'ECHAUFFEMENT** est partie intégrante de la séance (optimisation du contenu et surtout SECURITE) en cas de retard et selon l'avancement du cours, vous devrez vous échauffer pendant le début du cours et le prof peut décider de ne pas vous laisser rejoindre le cours ; ce sans contrepartie. La fin de séance retour au calme

étirements est aussi part entière de la séance et du suivi.

- **LA TENUE** doit être adaptée à l'activité et couvrir les zones intimes. Plusieurs styles sont possibles (rester vous). Au StudioOOrigine les cours réguliers se déroulent pieds nus (pas de talons)
- **INTENSITE** chacun gère son niveau de fatigue physique ou d'implication émotionnelle ; le prof est là pour motiver mais vous êtes libre de préférer ne pas tester une figure ; le prof peut par ailleurs émettre des réserves ou déconseiller, voire interdire un exercice (en fonction de ses observations)
- **les CRASH MAT** ou tapis plus léger sont à disposition si vous souhaitez les utiliser ; toutefois, ils ne doivent PAS être prétexte pour se laisser choir mollement ou se jeter dessus mais pour une sécurité supplémentaire ; la principale sécurité étant de respecter la progression et les étapes pour tester une figures lorsqu'on est prêt et en en connaît des échappatoires !!
- **Les PARADES** elles sont assistance active mais pas là pour que vous vous jetiez sur votre binôme hors de contrôle (sécurité !!!) Apprendre les parades efficaces et sécuritaires fait partie intégrante des cours ! le binôme gère SA propre sécurtié aussi et en priorité. (la parade, comme les tapis, ne sert pas à tester des figures trop difficile pour votre niveau)
- lorsque le pratiquant n'est pas sur la barre, il veille à ne pas gêner l'évolution des autres. (éviter des chocs et risques de faire tomber).
- si plusieurs niveaux sont dans le même cours (quasi toujours plus ou moins le cas) le pratiquant s'engage à ne réaliser que les variantes correspondant à son niveau de progression approuvées par le professeur.

HYGIENE PERSONELLE / Prophylaxie individus et matériel

Il peut arrivé

- qu'on ne soit pas épilé ne vous privé pas de cours ;-)
- qu'on se trouve pas au mieux de notre "esthétique" idem

En revanche :

- l'hygiène personnelle : PEAU, TENUES, PIEDS, ... doit être **propre et sans affection contagieuse par le contact.**
 - des microfibrés et de l'alcool sont disponibles pour essuyer les barre.
 - **PAS DE COURS en cas de maladie contagieuse** par contact. OU prévenir pour voir si la logistique et les précautions à prendre pour les autres le permette.
- Selon votre condition de santé (o=contagion aérienne) un masque peut être agréable ou sécuritaire pour les autres et vous.
- **pas de lotion, crèmes**, huile depuis votre dernière douche
 - **pas de parfum fort**, huiles essentielles, déo aérosols
 - pas de bijoux (pour respecter le matériel (rayures) et par sécurité.
 - les pratiquants participe au nettoyage et rangement du matériel en fin de séance, selon les outils et modalités du lieu des cours.

ATTITUDE :

le respect des autres, la politesse, et la non-violence sont des éléments sine qua non

Nous nous interdiront publicités, proxélitisme, échanges politiques ou religieux, discriminations, ..

PAIEMENTS :

Pas de crédit ; pas de remboursements (sauf annulations par l'encadrement)

Paiement en chèque ou espèces ou virement (sauf pour vos 1ers cours) avant le début du cours ou de la prestation.

Possible de payer plusieurs séances d'avance par facilité.

INSCRIPTIONS/ ANNULATIONS

- cours uniquement sur **inscription** ; pour vos tous 1ers cours inscription en contact direct 06 80 90 69 57 (SMS), PUIS les inscriptions se font sur internet.

Plus vous anticipé votre inscription, plus le prof peut adapter le cours aux personnes présentes.

En cas d'inscription la demi journée avant le cours : doubler avec un SMS afin de garantir que le matériel suffisant sera préparé.

- **annulations : par SMS** ; tout cours non annulé est considéré dû, en cas d'annulation tardive le cours peut être dû (selon votre fréquence d'annulation tardive OU si la liste d'attente n'a pas pu être prévenue de la place libérée alors que le cours était complet OU au contraire si votre absence fait passé le cours sous le seuil minimum de pratiquants et qu'il est tard pour les prévenir)