

**La participation à toute animation, cours ou événement, organisé ou encadré par pole évidence induit l'acceptation et le respect du présent règlement intérieur et de celui du site accueil.**

## **REGLEMENT INTERIEUR POLE-EVIDENCE**

### **GENERALITES**

- Cours mixtes ; hommes et femmes (sauf thème spéciaux parfois ciblé)
  - Accessible dès 12 ans pour les cours réguliers de pole dance et form' fun (hors thèmes ou cycles glamour)
- Les mineur(e)s participent sur autorisation écrite des représentants légaux qui ont pris connaissance du règlement et l'accepte ; 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.

### **COMPORTEMENT PERSONNEL**

- Pole-Evidence se réserve le droit d'exclure sans contre-partie ni remboursement toute personne dont les actes ou paroles seraient non compatibles avec :
- le respect des individus, du matériel et/ou du lieu de pratique (sécurité, tranquillité, tolérance, et non-discrimination sont attendues ...). Le bon sens, la politesse et hygiène de base sont de rigueur.

### **ADMINISTRATIF**

- certificat médical : il est requis : sans en remettre vous assumer pleinement et personnellement toutes les conséquences qui en découlent.
- les participants remplissent la fiche d'information et informe pole-evidence par écrit de toute modification - certificat médical : celui-ci est requis ; sans présentation nous considérons que vous déclarer refuser consulter un médecin et en assumer pleinement toutes conséquences.
- Les participants sont tenus d'être titulaire d'une assurance responsabilité civile et dans le cas contraire s'engage à assumer lui même (ou leur représentant légaux) ce que cette assurance aurait couvert (matériel ou personnes)
- en cas d'endommagement du matériel de votre fait lié à autre chose qu'à son usure en usage normal, un dédommagement au prix du neuf peut être demandé, dans ce cas si la nature du bien et sa sécurité le permette vous emporter celui endommagé après remplacement.

### **ACTIVITE PHYSIQUE ET SPORTIVE**

- Le pratiquant est conscient qu'une activité sportive comporte des risques, communs aux APS ou spécifiques.
- Le pratiquant s'engage à respecter les consignes et restrictions de sécurité énoncées par l'encadrement.
- Les pratiquant sont seuls responsables de souscrire ou non une assurance pour les accidents de la vie et activités de loisirs ; et vérifier que Pole Dance n'est pas dans les exclusions.
- Pole-evidence à une RC pro pour l'enseignement et l'utilisation des locaux mais n'est pas responsable des dommages personnelles et individuels qui vous sont propres ; liés à un non-respect des consignes ou aux aléas traditionnels d'une pratique sportive ; ni des dommages causés par vos faits à autrui ou aux biens ; ni des dommages matériels aux abords des lieux de cours (parking, trajets, effets personnels pendant les cours) ne peuvent être imputés à Pole-Evidence ou les intervenants.

### **CONTRE-INDICATIONS / PREVENTION**

Les pratiquants précisent leurs spécificité médicale sur la fiche de renseignement.

- état sous stupéfiants, drogue, alcool.
- grossesse : pas de pole, pas de cerceau, pas de hamac ; avis pour autres cours
- post-natal récent (il convient d'avoir fait une sérieuse rééducation périnéale et abdos !! et repris une activité musculaire basique avant d'envisager les cours)
- avis médical nécessaire pour fragilité/ blessures du dos et des articulations, problèmes cardiaques et du système vasculaire (la pole est intense, travail "fractionné" avec pics cardio et positions tête en bas) - hémophilie ou prise d'anticoagulant ou veines très fragiles/varices importante (contre-indiqué à cause des contacts et "coups" inévitables avec la barre)
- troubles psychologiques qui pourraient altérer la prise de décision ou l'évaluation des risques .
- vigilance en cas de prise de médicaments avec indication de "risque lors de la conduite" ; prévenir le prof et/ou choisir de différer le cours.
- pour traitement d'urgence à votre disposition (asthme, cardio, ..): prévenir l'encadrement, le garder avec vous, en informant où il sera rangé pendant les séances.

**Lors d'un cours si votre prof juge votre état inadéquat ou dangereux avec la pratique il peut vous conseiller voire interdire l'accès au cours ou à certains ateliers, certaines figures ; ce sans contre partie ni remboursement systématique. (en cas de doute demandé des précisions à votre médecin)**

**Lors d'un cours si votre prof juge votre état inadéquat ou dangereux avec la pratique il peut vous déconseiller voire interdire l'accès au cours ou à certains ateliers, certaines figures ; ce sans contre partie ni remboursement systématique. (en cas de doute sur votre santé ; consultez votre médecin)**

## **DEROULEMENT DES COURS**

- **L'ECHAUFFEMENT** est part intégrante de la séance (optimisation du contenu et surtout SECURITE) en cas de retard et selon l'avancement du cours, la possibilité de vous proposer une préparation pour des raisons de sécurité, le prof peut décider de ne pas faire rejoindre le cours ; ce sans contrepartie. La fin de séance retour au calme étirements est aussi part entière de la séance et du suivi.

- le tenue doit être adaptée à l'activité (notion de sécurité en pole) et couvrir les zones intimes. plusieurs styles restant possibles pour vous sentir bien et/ou vous exprimer. Dans le lieu régulier (Studio Origine) les cours se déroulent pieds nus (pas de talons).

- 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 émettre des réserves ou déconseiller, voire interdire un exercice.

- 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 ou en en connait des échappatoires !!

même remarque pour les parades elle sont assistance active mais pas là pour que vous vous jettiez dessus hors de contrôle (sécurité !!!)

Apprendre les parades efficaces et sécuritaires fait partie intégrante des cours!

- 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 ou approuvées par le professeur.

## **HYGIENE PERSONELLE / Prophylaxie individus et matériel**

On l'a dit en présentation il peut arrivé qu'on ne soit pas épilé ne vous privé pas de cours ;- ) en revanche :

- l'hygiène personnelle : PEAU TENUES, PIEDS, ... doit être irréprochable.

- au fil de séance des lingette sont disponible pour essuyer les barre.

- **PAS DE COURS en cas de maladie contagieuse par contact ou transpiration ou air. OU prévenir pour voir si la logistique et les précautions à prendre sont possible.**

- pas de lotion, parfum ou autres dit "fort" (allergies, incofort, mélanges de tous désagréables...)

- **pas de crème ni autre substance sur la peau depuis votre dernière douche** ... le non-respect de cette consigne rend les barre glissantes et dangereuse (pour vous et les autres).

- 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.

## **PAIEMENT:**

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

**Paiement en chèque ou espèces ;** 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 uniquement ; Plus vous anticipé votre inscription, plus le prof peut adapter le cours aux personnes présentes ; en cas d'inscription dans les heures précédent le cours en "dernière minute" : 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 fréquence d'annulation tardive ou si la liste d'attente n'a pas pu être prévenue ou au contraire si votre absence fait passé le cours sous le seuil minimum de pratiquants et qu'il est tard pour les prévenir)

## **MEMO**

**=> inscriptions par internet / annulations par SMS**

N'hésitez pas si vous avez des questions !? :-D ^\_^ ♥ Polement, Valérie - [www.pole-evidence.com](http://www.pole-evidence.com) - - 06 80 90 69 57

PS : je suis une personne, pas une grande salle = à l'échelle humaine et cocon .. Et JE SUIS AUSSI DISPONIBLE QUE POSSIBLE MAIS PAS A DISPOSITION . n'hésitez pas à rappeler toutefois si vous n'avez pas de réponses dans les quelques jours.