

# SALLE DE MUSCULATION

## Condition d'accès à la salle

Faire votre inscription au préalable au Service Universitaire des Activités Physiques et Sportives (S.U.A.P.S) qui se situe dans la maison de l'étudiant. Bureau B.013

La salle de musculation n'est pas en accès libre, votre entrée se fait uniquement sur autorisation du professeur ; merci de signaler votre présence s'il est occupé avec un pratiquant

1. Présentation du pass sanitaire
2. Carte étudiante ou SUAPS à jour (pensez bien à avoir obtenu votre sticker au Service des Sports avant l'accès à la salle)
3. Tenue de sport
4. Chaussures de sport **propres** réservées à l'usage en salle
5. Serviette obligatoire sur les machines
6. Pas de téléphone portable en salle
7. Demande de programme par mail au professeur de musculation Christine SIAR

[christine.siar@univ-eiffel.fr](mailto:christine.siar@univ-eiffel.fr)

Merci de communiquer les informations suivantes :

- Nom prénom
- Age poids taille
- Antécédents médicaux et articulaires
- Objectifs

L'entraînement libre n'est pas autorisé dans la salle. Vous êtes entièrement coaché.

Deux passages vous seront accordés sans le programme afin d'essayer la discipline. Après vous devrez impérativement avoir envoyé votre demande, sinon l'accès pourra vous être refusé.

Les horaires de musculation sont les suivants :

LUNDI 15H / 20H

MARDI 12H / 17H

MERCREDI 10H / 15H

JEUDI 14H / 19H

VENDREDI 15H / 20H

EVACUATION DU  
PLATEAU 10  
MINUTES AVANT LA  
FERMETURE