

Région de gendarmerie Hauts-de-France

N° 418/2 du 11 septembre 2025

GEND/RGHF/GGM I-9/EGM 16-9

**RÈGLEMENT INTÉRIEUR DE LA SALLE DE SPORT
DE L'EGM 16/9 DE SAINT-QUENTIN - 02**

Responsable de commandement : Capitaine Jérôme LECLERCQ

Responsable des vérifications : Adjudant chef David MARTIN

Le présent règlement sera à intégrer dans le registre HSE de l'unité après émargement des personnels et une copie sera affichée dans la salle de sport.

Tout militaire, famille et civils peuvent adhérer à la salle de musculation. L'accès au club est soumis à une cotisation qui est valable une année du 01 septembre au 31 août N+1.

Les cotisations peuvent se faire tout au long de l'année par le biais du site internet du CSLG Picardie. La cotisation est composée de l'assurance (valable dans tous les clubs des sports de la défense) et de la part CSLG Saint-Quentin.

La cotisation donne accès aux quatre salles de musculation et à l'utilisation du matériel s'y trouvant ainsi que celui du gymnase.

Chaque personnel du CSLG Saint-Quentin déclare se conformer au présent règlement intérieur, y adhérer sans restriction ni réserve et respecter les consignes suivantes.

1 - HYGIÈNE

Pour des raisons d'hygiène :

- porter une tenue adaptée ;
- nettoyer les appareils (*poignée, assise*) après chaque utilisation (*produit ou lingettes désinfectantes à disposition*) ;
- ne pas manger dans la salle ;
- maintenir les locaux propres.

2 - SÉCURITÉ DES PERSONNELS

Le cahier de présence mis en place dans la salle de sport doit être complété avec les noms, prénoms et horaires des utilisateurs en début et fin de séance.

Les personnels ont interdiction de s'entraîner seul et devront avoir avec eux un téléphone afin de pouvoir prévenir les secours en cas d'accident.

Escadron 16/9 de gendarmerie mobile

Caserne Remicourt – BP 605

02100 Saint-Quentin

Standard : 03 23 06 08 00

Adresse mél :

egm16-9.st-quentin@gendarmerie.interieur.gouv.fr

Les allées doivent rester dégagées et la ventilation doit pouvoir être assurée en tout temps (avant, pendant et après l'entraînement).

Prendre connaissance de la place de l'extincteur, être prêt à l'utiliser en tout temps en cas de départ de feu.

Aucune modification dans les branchements des équipements électriques n'est autorisée (interdiction d'utilisation de rallonges).

3 - PRÉVENTION DES BLESSURES

Chaque séance devra comporter :

- échauffement ;
- exercices divers avec phases de récupération ;
- étirements.

Une trousse de secours est mise à disposition des utilisateurs à l'entrée de la salle de musculation. En cas d'utilisation, une demande de complément sera faite auprès de l'antenne médicale de la caserne.

4 - RÔLES DES DIFFÉRENTS ACTEURS

4.1 - Utilisateurs

Chaque personnel doit prendre connaissances des consignes de sécurité et d'utilisation des matériels affichées à proximité des matériels avant leur utilisation.

Après l'entraînement, ils s'assureront d'avoir correctement rangé les matériels utilisés.

Tout dysfonctionnement devra être signalé au responsable (ADC MARTIN) et l'appareil ne sera plus utilisé dans l'attente des réparations nécessaires.

4.2 - Responsable des vérifications

Le responsable des vérifications (ADC MARTIN) est chargé d'assurer les contrôles et vérifications des équipements selon la périodicité indiquée par le fabricant ou à minima une fois par an.

Ces vérifications seront inscrites dans le cahier de maintenance consultable sur place à l'entrée de la salle de musculation.

Entre les contrôles périodiques, en cas d'anomalie détectée par les utilisateurs (fonctionnement anormal, usure prématurée, présence de corrosion...) il devra rendre compte immédiatement au commandant de caserne et interdire l'utilisation en attendant la réparation ou la mise au rebut.

4.3 - Responsable de commandement

Le responsable doit s'assurer régulièrement :

- que les locaux soient propres et rangés ;
- que les différents affichages soient en place (règlement intérieur, consignes, normes en vigueur...);
- du bon fonctionnement de l'éclairage de sécurité ;
- du respect des consignes par les utilisateurs ;
- de la présence à proximité d'un extincteur adapté en état de fonctionnement.

Il peut, en cas de non-respect des consignes d'hygiène ou de sécurité interdire l'accès à la salle à certains utilisateurs.

Il doit obligatoirement être consulté avant tout projet d'ajout d'équipement, ou tout changement d'emplacement des équipements déjà en place.

ADC David MARTIN
Responsable section Musculation

DESTINATAIRES :

A titre de compte-rendu :

- **Général**, commandant le groupement I/9 de gendarmerie mobile

à **ARRAS**.

- Affichage salle musculation
- Archives CSLG
- Poste de Police
- Diffusion TCHAP