



REGULAMENTO

PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS NA ACADEMIA DA SEDE CENTRAL E DE CAMPO

1. OBJETIVO

Proporcionar aos associados à prática de atividades físicas, por meio do uso de aparelhos e equipamentos específicos.

2. PARTICIPANTES

Poderão participar todos os associados que comprovarem idade igual ou superior a 14 (catorze) anos. Os menores de 18 (dezoito) anos deverão, no momento da inscrição, apresentar autorização de seus pais ou responsáveis legais para a prática desta atividade.

3. DOCUMENTOS EXIGIDOS

Atestado Médico que o habilite para a prática de atividades físicas com data de emissão não superior a 30 (trinta) dias de sua apresentação, sendo obrigatório sua renovação a cada período de 06 (seis) meses.

4. PROCESSO DE INSCRIÇÃO / AGENDAMENTO AVALIAÇÃO FÍSICA E INICIO DA UTILIZAÇÃO DA ACADEMIA

- 4.1 As inscrições serão realizadas no Departamento de Esportes e Recreação, no horário das 08h00 às 17h00 de segunda a sexta-feira e das 08h00 às 12h00 aos sábados, ocasião em que preencherá a ficha de inscrição e receberá uma cópia do regulamento.
- 4.2 Após a inscrição será agendado, exame de Avaliação Física com preenchimento de um questionário específico para levantamento de informações relativas à saúde do interessado (anamnese) que deverá realizá-lo, dentro do prazo máximo de 30 (trinta) dias da data da inscrição.
- 4.3 O interessado poderá utilizar a academia no primeiro dia útil subsequente ao dia da inscrição ou renovação do atestado médico.

5. PAGAMENTOS

- 5.1. Os participantes para fazerem uso da academia deverão antecipadamente realizar os pagamentos das taxas vigentes.
- 5.2. A taxa mensal de academia vencerá no dia 15 (quinze) de cada mês, sendo permitido ao associado que não efetuar o correspondente pagamento frequentar as aulas até o dia 20 (vinte), ficando após esta data impedido de participar da academia.

6. DA DURAÇÃO E HORÁRIOS DAS AULAS

- 6.1 O horário de funcionamento da academia da Sede Central será de segunda a sexta-feira das 6h30 às 22h00 e aos sábados da 08h00 às 16h00. Da Sede de Campo de terça a sexta-feira das 18h00 às 21h30, Domingos e Feriados das 08h00 às 12h00.
- 6.2 O Horário de frequência da Academia é de livre escolha do associado, o qual, no entanto fica limitado em 01h30min por dia.
- 6.3 Por questões de segurança não será permitido permanecer nas dependências da academia, após o horário da atividade física.

7. UNIFORME E VESTIMENTAS

Para a utilização da academia será obrigatório que o aluno esteja trajado com roupas apropriadas para atividade física e tênis.

8. DA ORGANIZAÇÃO

- 8.1. O aluno deverá deixar, após a realização dos exercícios, todos e quaisquer materiais, equipamentos e acessórios, no devido lugar em que se encontravam, cabendo ao professor verificar o cumprimento

8.2. O aluno reincidente que não cumprir a presente norma, será ouvido pelo Departamento de Esporte e tal conduta será passível de punição nos termos do Artigo 17º do Estatuto Social.

9. OUTRAS INFORMAÇÕES

9.1 Não será permitida a entrada de acompanhante na academia, bem como a de personal trainer, ficando a orientação das atividades físicas sob a responsabilidade exclusiva dos profissionais contratados ou credenciados pelo Grêmio C.P.

9.2 A prática desta atividade física envolve risco de lesão, principalmente se realizada de forma inadequada. Portanto é imprescindível o acompanhamento de profissional habilitado, devendo o aluno seguir estritamente o que lhe for orientado.

9.2.1 Em caso de descumprimento, o aluno será ouvido pelo Departamento de Esporte e deverá assinar termo de responsabilidade pela prática diversa e errônea dos exercícios.

9.2.2 A fim de evitar lesões, os alunos deverão seguir as orientações dos professores, bem como, em especial, a dos espaços da academia destinados à cada atividade física.

9.2.3 O Aluno que for orientado pelo professor a não utilizar aquele espaço para determinado exercício e for reincidente na desobediência, será ouvido pelo Departamento de Esporte e tal conduta será passível de punição nos termos do Artigo 17º do Estatuto Social.

9.3 Os materiais de uso pessoal para a prática desse esporte serão de responsabilidade integral do aluno.

9.4 Não será permitido o consumo de alimentos durante a permanência da academia.

9.5 O Grêmio C.P. não se responsabilizará pelo furto ou extravio de objetos de valor dos frequentadores da academia, portanto, recomendamos levarem para o local apenas objetos de uso pessoal que sejam necessários e que deverão ser guardados no armário da academia e fechados com cadeado do próprio associado.

9.6 O armário da academia disponibilizado ao usuário deverá ser utilizado somente durante o tempo de sua permanência no local. Na hipótese do usuário deixar o armário ocupado e fechado com cadeado, o Grêmio C.P. poderá abri-lo, mediante aviso de 02 (dois) dias, afixado na porta do armário, para a utilização de outro frequentador e não fará a restituição ou indenização do cadeado violado.

9.6.1 O último professor que sair da academia, ou seja, aquele professor que faz a vistoria no final do dia e fecha a academia, será responsável também por fiscalizar os armários e caso estejam fechados, deverão afixar aviso na porta, anotando a data e horário.

9.6.2 Quando o professor constatar que o prazo para desocupação do armário tiver expirado, deverá comunicar o Departamento Operacional do Grêmio C.P. para realizar a abertura forçada e remoção dos eventuais bens, acomodando-os em um saco e os deixando a disposição do associado pelo prazo de 01 (um) mês.

9.6.3 A abertura do armário se fará na presença de uma testemunha que também assinará o relatório que deverá conter todos os itens encontrados e se possível fotografados, juntamente com o funcionário que efetivamente realizou a violação do cadeado.

Obs: O não cumprimento do presente regulamento será passível de punição nos termos do Artigo 17º do Estatuto Social.