



## REGULAMENTO - PRÁTICA DE CARATÊ AMADOR

### 1. OBJETIVO

Proporcionar aos associados a prática esportiva na modalidade "Caratê" sem a expedição de certificado de participação do curso.

### 2. PARTICIPANTES

Poderão participar todos os associados que comprovarem idade igual ou superior a 06 (seis) anos. Os menores de 18 (dezoito) anos deverão, no momento da inscrição, apresentar autorização de seus pais ou responsáveis legais para a prática deste esporte.

### 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 12 (doze) meses.

### 4. PROCESSO DE INSCRIÇÃO

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.

### 5. PAGAMENTO

Esta modalidade esportiva por liberalidade da associação está isenta de pagamento adicional, podendo, entretanto, tal condição ser modificada a qualquer tempo a critério da Diretoria.

### 6. DA DURAÇÃO E HORÁRIOS DAS AULAS

6.1 As aulas terão duração de 01 (uma) hora, com tolerância de atraso de no máximo 10 (dez) minutos de seu início e serão ministradas nos seguintes dias e horários:

- às terças e quintas feiras – das 18h00min às 19h00min  
das 19h00min às 20h00min
- aos sábados - das 13h00min às 14h00min

6.2 O associado, no momento de sua inscrição, poderá optar pela realização de 02 (duas) aulas semanais com 01h00 de duração cada, especificamente as terças e quintas-feiras. Os que optarem pela realização da aula aos sábados terão apenas 01h00 de aula semanal.

6.3 Por questões de segurança não será permitida a permanência de alunos no local da aula sem a presença do professor responsável e tão pouco fora do horário em que as mesmas forem ministradas.

### 7. UNIFORME E VESTIMENTAS

7.1 Para a prática desta aula será necessário que o aluno esteja trajado com kimono próprio do caratê na cor branca. Durante os primeiros 30 (trinta) dias de aula será permitida a utilização de camiseta e calça de moletom ou tacetel.

7.2 Por motivo de segurança, durante a prática da atividade física não será permitido o uso de qualquer objeto (brincos, anéis, pulseiras, relógios, etc.) que represente risco a integridade física do aluno ou grupo.

7.3 Não será permitida a prática da aula com o uso de qualquer tipo de calçado.

### 8. EXAME DE GRADUAÇÃO PARA TROCA DE COR DE FAIXA

8.1 Trimestralmente o aluno que desejar poderá submeter-se a exame de graduação para troca de cor de faixa, bastando para tanto comunicar o seu interesse para o professor que se responsabilizará de inscrevê-lo junto à mesa avaliadora.

8.2 O aluno aprovado pela mesa avaliadora receberá nova faixa na cor correspondente ficando sob responsabilidade do mesmo arcar com o custo da sua aquisição.

### 9. OUTRAS INFORMAÇÕES

9.1 A prática desta atividade física envolve risco de lesão, principalmente se realizada de forma inadequada. Portanto, é imprescindível o acompanhamento de profissional habilitado.

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

9.3 Ficará a critério da Diretoria do Grêmio C.P. estipular taxa mensal específica ao associado que desejar se ativar nesta prática, de acordo com as regras estatutárias, devendo, contudo, comunicar aos associados os valores com antecedência.

9.4 É facultado à Diretoria do Grêmio C.P. alterar e/ou cancelar horários, turmas ou mesmo a atividade, mediante prévio aviso, sem que isto resulte em qualquer dano ou direito ao associado.

Jundiaí, 26 de agosto de 2016.

A DIRETORIA