

Regulamento das Atividades Culturais e Desportivas



REGULAMENTO

I - ATIVIDADES

Na prossecução dos seus objetivos, o **Centro Cultural e Social de Santo António dos Cavaleiros**, pretende proporcionar aos seus utentes um conjunto variado de atividades de âmbito cultural e físico-desportivo, ao nível da iniciação, aperfeiçoamento, manutenção e especialização nas áreas da **formação cultural, formação gímnica geral e especializada, do fitness, da expressão corporal/dança, dos desportos de combate/defesa pessoal, das técnicas orientais de meditação e relaxamento e da educação especial.**

1. Na área da **formação cultural**, inserem-se as atividades:
 - Bebé Arte
 - Música — viola

2. Na área da **formação gímnica geral**, inserem-se as atividades gímnicas de iniciação, vocacionadas para crianças a partir dos 3 anos:
 - Ginástica infantil

3. Na **formação gímnica especializada**, para jovens a partir dos 6/8 anos, incluem-se as seguintes atividades:
 - Ginástica Acrobática/Trampolins

4. Na área do **Fitness**, enquadram-se as seguintes atividades:
 - Córdio-Fitness e Musculação
 - Ginástica de Manutenção
 - Ginástica Sénior (protocolo com a Câmara Municipal de Loures)
 - Cross Kids & Family (Novo)
 - Fit Circuit
 - Indoor Cycling
 - Fit Kempo
 - HIIT Fit

5. Na área da **Expressão corporal**, incluem-se as seguintes formas de Dança:
 - Ballet
 - Hip-Hop
 - Hip-Hop Star / Street Games
 - Hip Hop Kids

6. Na área dos **Desportos de combate / Defesa pessoal**, encontramos as seguintes atividades:
 - Judo
 - Taekwondo
 - Sport Kempo

7. Na área das **Técnicas orientais de meditação e relaxamento**, destacamos:
 - Yoga
 - Pilates

8. Na área dos **Serviços de saúde**:
 - Massagem relaxamento,, terapêutica, desportiva, drenagem linfática e anti-celulítica
 - Nutrição

II - INFORMAÇÕES GERAIS

ATIVIDADES CULTURAIS E DESPORTIVAS / SERVIÇOS DE BEM ESTAR

Horário de atendimento ao público na Secretaria: 9.00h às 19.00h

Horário Recepção do CECSSAC GYM: 9.00h às 21.00h / Sáb. 9.00h às 14.00h

1- **As Festas de encerramento** das atividades desportivas do CECSSAC realizar-se-á nos dias **23 e 24 de Junho** (Sexta e Sábado) de 2023.

2- Na perspetiva de uma maior dinamização do CECSSAC e com o objetivo de aumentar a oferta de atividades não permanentes aos utentes, serão realizados, ao longo do ano, **aulas abertas e workshops**.

3- A frequência de qualquer atividade no CECSSAC, não obriga à inscrição / participação em qualquer Federação, Associação ou outra organização/encontros. Contudo, os utentes que o desejarem, poderão fazê-lo suportando, os próprios, as respetivas despesas e assumindo a inteira responsabilidade pelas saídas ao exterior. **O CECSSAC declina qualquer responsabilidade aquando do envolvimento dos seus utentes nas mesmas.**

4- As atividades da época 2022 / 2023 têm início nos meses de Setembro e Outubro de 2022 e terminam nos meses de Junho e Julho de 2023, com as seguintes interrupções:

- **Feriados Nacionais**
- **Natal** - 24 de Dezembro de 2022
- **Fim de ano** - 31 de Dezembro de 2022
- **Carnaval** - 21 de Fevereiro 2023
- **Santo António** - 13 de Junho de 2023 (substitui o feriado do concelho)

5- **Os utentes serão informados oportunamente sempre que hajam aberturas ou fechos excecionais.**

6- Todas as condições referentes a agregados familiares, só serão aceites após devidamente confirmadas através de comprovativo de morada ou de familiar direto (pais e filhos).

III - INSCRIÇÕES/ RENOVAÇÕES

1- **As inscrições iniciam-se a partir de 1 de Setembro de 2022**, na Secretaria do CECSSAC.

a)- **Novas inscrições:**

No ato de inscrição, os utentes deverão proceder à entrega dos seguintes documentos:

Ficha de inscrição devidamente preenchida;

Apresentação do Cartão do Cidadão ou Passaporte

Declaração de aceitação do regulamento interno e de proteção de dados

b)- **Renovação de inscrição:**

Ficha de renovação devidamente preenchida;

Declaração de aceitação do regulamento e de proteção de dados.

c) Os valores da inscrição são os seguintes:

Nova Inscrição (1º cartão incluído)	15,00 €
Seguro (*1)	15,00 €
Cartão, emissões seguintes por furto ou extravio	5,00 €
Caução de aluguer do cacifo	5,00 €
Aluguer de cacifo	5,00 €

(*1) Portaria n.º 757/93 de 26 de Agosto, artigo 1º

d) O valor de inscrição não será aplicado a partir do segundo membro do agregado familiar.

2- A inscrição numa atividade cultural e desportiva pressupõem o pagamento obrigatório das mensalidades, desde o mês de inscrição até ao mês de Junho/Julho, excetuando aquando da desistência definitiva, doença, mudança de residência devidamente comprovada na época 2022/23, desde que comunicada por escrito, na Secretaria.

3- O seguro (igualmente pago no ato da inscrição) **tem a validade de um ano a partir da data de inscrição. Os utentes que não tenham o seguro válido, não estão autorizados a frequentar as atividades e/ou utilizar as instalações. Qualquer desobediência é da inteira responsabilidade dos mesmos.**

O valor do Seguro inclui a cobertura dos seguintes riscos (excepto Aulas de Artes Marciais):

<u>Para utentes 1 aos 14 anos:</u>	<u>Para utentes dos 15 aos 70 anos:</u>	<u>Para utentes com mais de 70 anos:</u>
Morte (limitada a despesas de funeral): 2.222,00 €; Invalidez permanente: 27.768,00 €; Despesas de tratamento: 4.443,00 €;	Morte ou invalidez permanente: 27.768,00 €; Despesas de Funeral: 2.222,00€ Despesas de tratamento: 4.443,00 €;	Morte ou invalidez permanente: 27.768,00 €

O valor do Seguro para as Aulas de Artes Marciais (Judo, Sport Kempo e Taekwondo) inclui a cobertura dos seguintes riscos:

<u>Para utentes 1 aos 14 anos:</u>	<u>Para utentes dos 15 aos 70 anos:</u>	<u>Para utentes com mais de 70 anos:</u>
Invalidez permanente: 27.385,00 €; Despesas de tratamento: 4.382,00 €; Despesas de funeral: 2.191,00 €	Morte ou invalidez permanente: 27.385,00 €; Despesas de Funeral: 2.191,00€ Despesas de tratamento: 4.382,00 €;	Morte ou invalidez permanente: 27.385,00 € Despesas de tratamento: 2.191,00 €;

IV – UTILIZAÇÃO DAS INSTALAÇÕES

O Centro não se responsabiliza pelo desaparecimento de objetos ou valores deixados nas instalações do CECSSAC, sendo os bens e pertences dos utentes, da sua inteira responsabilidade. Os objetos perdidos devem ser reclamados na receção do ginásio, o mais rapidamente possível, e até o dia 12 de Agosto de 2023. **As instalações dispõem de ar condicionado.**

1 - ENTRADA

a)- A frequência das atividades só é permitida aos utentes **com o cartão magnético do CECSSAC devidamente atualizado** (seguro e mensalidade). A entrada nas instalações, apenas é autorizada 15 minutos antes da hora de início da aula

b)- Os utentes só irão conseguir entrar nas instalações com o cartão magnético regularizado. Caso o cartão não abra a porta, deverá dirigir-se à secretaria de forma a que este seja verificado. **Caso o utente perca o cartão magnético, deverá adquirir outro na secretaria tendo este um custo de 5€.** No caso de utilização dos cartões de 5 sessões e Aulas Fitness, só é permitida a entrada após a entrega do mesmo para validação na receção.

c)- **Não é permitida a utilização do hall de entrada para troca de vestuário.** As crianças com mais de 6 anos de idade, deverão utilizar o respetivo balneário. Os acompanhantes dos utentes só poderão permanecer no hall de entrada das instalações desportivas.

d)- **Será impedido o acesso ou permanência nas instalações desportivas a quem se recuse, sem causa legítima, pagar os serviços utilizados ou consumidos, não se comporte de modo adequado, provoque distúrbios ou pratique atos de violência (Decreto-Lei nº 385/99 de 28 de Setembro, artigo 15º).**

2- BALNEÁRIOS / CACIFOS

a)- Todos os utentes terão ao seu dispor balneários com duche e cacifo, os quais deverão ser utilizados cuidadosamente. Quem desejar, poderá proceder ao aluguer mensal de um cacifo pelo preço de 5,00 € por mês e uma caução inicial de igual valor a qual será restituída no final da época, após a entrega da chave na Secretaria.

b)- As chaves dos cacifos gratuitos estão à disposição, devendo estas serem repostas na fechadura dos cacifos no final da atividade. O extravio da chave obriga ao pagamento do montante de 5,00 € na Secretaria.

c)- É permitida a entrada nos balneários, aos acompanhantes dos utentes com idade inferior a 6 anos, **no início e no final das suas atividades.**

3- SALAS

a)- Os utentes deverão utilizar **equipamento apropriado** para as atividades que frequentam, **sendo obrigatório o uso de toalha e calçado limpo**, por questões de higiene e segurança, sendo apenas permitida a entrada nas salas à hora da respetiva aula e **após a presença do Professor.**

b)- **A gestão do espaço das atividades é da responsabilidade dos técnicos.** Em casos excecionais, os procedimentos habituais só podem ser pontualmente alterados pelos técnicos. **Não são permitidas assistências às aulas**, excetuando quando existir condições para tal e o Professor o considerar pedagogicamente pertinente.

- c)- **Não é permitido fumar dentro das instalações do CECSSAC, nem comer dentro das salas das atividades desportivas.**
- d)- Não será permitida linguagem insultuosa, abusiva ou agressiva, bem como quaisquer comportamentos que perturbem o bem-estar ou as atividades de outros utentes ou o normal funcionamento das aulas.
- e)- **Não são permitidas a detenção, cedência ou venda de substâncias dopantes, nomeadamente esteroides anabolizantes, nem a sua prescrição, recomendação ou sugestionamento, seja por que meio for** (Dec. Lei nº 385/99 de 28 de Setembro, artigo 17º e 20º).

V - CONDIÇÕES DE FREQUÊNCIA

- a) Os pagamentos das mensalidades podem ser efetuados por transferência bancaria para o Nib: 0010 0000 39771760001 07 (envio do comprovativo para email geral@cecssac.pt ou entregue na secretaria), multibanco, cheque, numerário na Secretaria ou utilizando a caixa de correio instalada na receção do ginásio. Neste último caso, o cheque deve ser endossado ao CECSSAC cruzado, colocado no envelope, que deve estar identificado com o nome e número de utente, bem como a atividade e o mês a que se reporta o pagamento, o recibo deverá ser solicitado posteriormente na receção do ginásio. **O não pagamento na data estipulada poderá impedir, temporariamente, a prática da atividade.**
- b)- Quando se opte pelo pagamento anual, semestral ou trimestral, os utentes estão obrigados ao pagamento das respetivas mensalidades, mesmo que não frequentem as aulas. Salvo em caso de doença, mudança de residência, devidamente comprovadas ou no caso de desistência, desde que comunicado por escrito e tão breve quanto possível. **No caso do pagamento mensal, terá que ser efetuado até dia 5 de cada mês**
- c)- Quando se verificar **o atraso de pagamento num mês**, o utente perde o seu lugar na aula de grupo em que está inscrito, criando uma vaga. Caso pretenda retomar a atividade, deverá confirmar a existência de vaga para então proceder ao pagamento da mensalidade em atraso e atualizar a sua situação.
- d)- Os utentes que se inscrevam **entre 1 de Abril e 30 de Junho de 2022, mesmo os que se inscrevam em packs, estão isentos de pagamento da inscrição na época em curso, só terão que pagar o valor do cartão de entrada.**

Nota: Atividades excecionais a decorrer em Julho ou Setembro não estão incluídas nas anuidades e serão obrigatoriamente pagas antes do início das mesmas (Julho e/ou Setembro).

VI - ATIVIDADES CULTURAIS E DESPORTIVAS

- a)- Nas atividades com níveis ou escalões definidos, apenas poderão inscrever-se utentes que obedeçam às condições definidas no mapa de atividades, **exceto quando o Professor da respetiva classe autorizar essa inscrição (para tal é apenas necessário falar previamente com o Professor e solicitar-lhe que dê o seu parecer, por escrito, na própria ficha de inscrição).**
- b)- Todas as aulas de grupo terão a duração de **45 minutos**, à exceção das classes de Taekwondo e Kizomba que terão a duração de **50 minutos** e a aula de Sport Kempo Avançados tem a duração de **90 minutos**.
- c)- Todas as classes constam de duas aulas semanais, à exceção do Taekwondo, que são de três aulas por semana.
- d)- Cada classe só terá continuidade ao longo do ano se se verificar um mínimo de **5 inscrições até 30 de Novembro de 2022**. No caso de tal situação não se verificar, **será dada ao utente a possibilidade de optar pela inscrição num outro horário, numa outra atividade da sua preferência, ou pela restituição do pagamento do valor da inscrição efetuada, se for caso disso.**

e) Os utentes poderão adquirir cartões para as aulas e ginásio (cartão aulas fitness e 5 sessões), válidas de 1 de Setembro de 2022 a 31 de Julho 2023. No ato de aquisição dos cartões, e caso não seja utente do CECSSAC, ficará isento do pagamento da inscrição, no entanto o seguro anual, será obrigatoriamente pago. A cada utilização, o cartão deverá ser entregue na receção e rubricado pelo funcionário, bem como deverá ser registada qual a aula frequentada.

f) Preçário individual das atividades culturais e desportiva

#	Atividades desportivas de Grupo	Professor	Dias	Sala	Horários	Escalões	Mensalidade
*2	Ginástica Sénior I	Francisco Mourato	3 ^{as} / 5 ^{as} F.	2 / 3	09h10 / 10h00	A partir dos 55 anos	7.00€
*2	Ginástica Sénior II	Francisco Mourato	3 ^{as} / 5 ^{as} F.	2 / 3	10h10 / 11h00	A partir dos 55 anos	
*2	Chi Kung	José Coelho	4 ^a F.	2 / 3	10h10 / 11h00	A partir dos 55 anos	
*1	Bebé Arte (ativ. Interna)	Maria Carvalho	Ver Secretaria	-----	Ver Secretaria	A partir dos 4 meses A partir de 1 ano	11.50€ 22.50€
*1	Gin. Infantil 1	Rui Silva	2 ^{as} / 5 ^{as} F.	2 / 3	16h15 / 17h00	3 anos	22.00€
*1	Gin. Infantil 2	Rui Silva	2 ^{as} / 5 ^{as} F.	2 / 3	17h00 / 17h45	4 anos	
*1	Gin. Infantil 3	Rui Silva	2 ^{as} / 5 ^{as} F.	2 / 3	15h30 / 16h15	5 anos	
*1	Hip Hop Starts	Osvaldo Magalhães	3 ^{as} / 6 ^{as} F.	2	15h30 / 16h15	3 / 4 / 5 anos	
*1	Hip Hop Street Games	Osvaldo Magalhães	2 ^{as} / 6 ^{as} F.	Palco	18h25 / 19h10	6 aos 8 anos	
*1	Hip Hop Kids	Osvaldo Magalhães	3 ^{as} / 5 ^{as} F.	Estúdio	19h15 / 20h00	9 aos 11 anos	
*1	Gin. Acrobática e Mini Trampolins - Inic.	Andreia Mota	3 ^{as} / 5 ^{as} F.	2 / 3	18h00 / 18h45	A partir dos 5 anos	
*1	Gin. Acrobática e Mini Trampolins- Avanc.	Andreia Mota	3 ^{as} / 5 ^{as} F.	2 / 3	18h45 / 19h30	A partir dos 10 anos	
	Cross Kids & Family (Novo)	Francisco Mourato	2 ^{as} / 4 ^{as} F.	Palco / Est.	18h00 / 18h45	A partir dos 8 anos	
	Fit Kempo	Numo Silva	2 ^{as} / 4 ^{as} / 6 ^{as} F.	1	17h15 / 18h00	A partir dos 12 anos	
	HIT Fit	Andreia Mota	2 ^{as} / 4 ^{as} F.	2 / 3	18h45 / 19h30	A partir dos 12 anos	
	Indoor Cycling	Heider Patricio	4 ^{as} / 6 ^{as} F.	2 / 3	19h30 / 20h15	A partir dos 12 anos	
	Fit Circuit	Rui Barbosa	3 ^{as} / 5 ^{as} F.	2 / 3	13h10 / 14h00	A partir dos 12 anos	
	Kizomba - 1x sem.	Osvaldo Magalhães	4 ^{as} F.	Palco	20h15 / 21h00	A partir dos 12 anos	
	Taekwondo Panda 1 / 2 - 2X sem.	Rui Barbosa	2 ^{as} / 4 ^{as} / 6 ^{as} F.	1	17h15 / 18h00	4 aos 6 anos	25.00€
	Taekwondo Kids - 2X sem.	Rui Barbosa	2 ^{as} / 4 ^{as} / 6 ^{as} F.	1	18h15 / 19h00	4 aos 6 anos	
	Hip-Hop	Pedro Ferreira	2 ^{as} / 4 ^{as} / 6 ^{as} F.	2 / 3	18h15 / 19h10	7 aos 11 anos	
	Gin. Manutenção - 2x sem.	Osvaldo Magalhães	3 ^{as} / 5 ^{as} F.	Palco	19.10h / 19.55h	A partir dos 12 anos	
	Kizomba	Francisco Mourato	2 ^{as} / 4 ^{as} / 6 ^{as} F.	2 / 3	09h10 / 10h00	A partir dos 40 anos	
		Osvaldo Magalhães	4 ^{as} F.	Palco	20h15 / 21h00	A partir dos 12 anos	
*1	Judo A	Jerónimo Ferreira	2 ^{as} / 6 ^{as} F.	3	19h00 / 19h50	A partir dos 4 anos	27.00€
	Judo B	Jerónimo Ferreira	2 ^{as} / 6 ^{as} F.	3	20h00 / 20h50	A partir dos 12 anos	
*1	Sport Kempo - Iniciados	Ricardo Oliveira	3 ^{as} / 5 ^{as} F.	2 / 3	19h30 / 20h30	A partir dos 10 anos	28.00€
	Sport Kempo - Avançados	Ricardo Oliveira	3 ^{as} / 5 ^{as} F.	2 / 3	19h30 / 21h00	A partir dos 15 anos	
*1	Gin. Manutenção 3x sem.	Francisco Mourato	2 ^{as} / 4 ^{as} / 6 ^{as} F.	2 / 3	09h10 / 10h00	A partir dos 40 anos	30.00€
	Ballet 1 / 2	A definir	3 ^{as} / 6 ^{as} F.	Palco	15h30 / 16h15	3 / 4 / 5 anos	
	Ballet 3	A definir	3 ^{as} / 6 ^{as} F.	Palco	16h15 / 17h00	3 / 4 / 5 anos	
	Yoga Kids	A definir	3 ^{as} / 6 ^{as} F.	Palco	17h45 / 18h30	6 / 12 anos	
*1	Taekwondo Kids - 3x sem.	A definir	2 ^{as} / 4 ^{as} F.	Estúdio	17h45 / 18h30	6 / 12 anos	
	Taekwondo B	Pedro Ferreira	2 ^{as} / 4 ^{as} / 6 ^{as} F.	2 / 3	18h15 / 19h10	A partir dos 7 anos	
	Taekwondo C	Pedro Ferreira	2 ^{as} / 4 ^{as} / 6 ^{as} F.	2 / 3	19h15 / 20h10	A partir dos 12 anos	
	Yoga Kids	Pedro Ferreira	2 ^{as} / 4 ^{as} / 6 ^{as} F.	2 / 3	20h10 / 21h00	A partir dos 12 anos	
		A definir	2 ^{as} / 4 ^{as} F.	Estúdio	17h45 / 18h30	A partir dos 12 anos	
	Pilates	Luisa Santos	3 ^{as} / 5 ^{as} F.	Estúdio	18h30h / 19h15	A partir dos 12 anos	32.00€
	Yoga	A definir	2 ^{as} / 4 ^{as} F.	Estúdio	18h30h / 19h15	A partir dos 12 anos	
	Cartão Gym / Aulas Fitness		Livre	Ver horário	Ver horário	A partir dos 12 anos	22.00 €
	Aulas avulso (com seguro ativo)		Livre	Ver horário	Ver horário	A partir dos 12 anos	5.0 €

(*1) Ver Cap. VIII — alínea b)

(*2) Protocolo entre a Câmara Municipal de Loures e o CECSSAC; obrigatoriedade de pagamento da taxa de inscrição e/ou renovação.

Nota : O Pagamento das atividades poderá ser efetuado mensal , trimestral, semestral ou anual

f) - Modalidades de pagamento para todas as atividades de grupo (individualmente), excetuando Packs

Modalidade 1	Modalidade 2	Modalidade 3	Modalidade 4 *
Mensal	Trimestral Desconto de 5%	Semestral Desconto de 10%	Época Desconto de 15%

*Modalidade 4 — De Outubro a Junho. Ver : V— Condições de Frequência — Nota

VII - SERVIÇOS DE SAÚDE E BEM ESTAR

1- MASSAGENS E NUTRIÇÃO

a)- A aquisição de sessões é feita na Secretaria no horário de expediente, ou na receção do ginásio, após as 19.00horas.

b)- As **marcações terão de ser efetuadas previamente**, de acordo com a disponibilidade do/a massagista e nutricionista, diretamente com o mesmo ou, na sua ausência, com o funcionário da receção.

c)- Os utentes das massagens deverão solicitar **capas de proteção dos sapatos**, na receção, e calçá-las antes da entrada na sala das massagens

d)- Tabela de preços das massagens terapêuticas, não contempladas em Packs.

*Tipo de Massagem: Relaxamento, Terapêuticas, Desportivas, Drenagem Linfática e Anti-Celullite

Serviços de Saúde e Bem Estar	Preço para utentes	Preço para não- utentes
Massagem 30 min. (*)	18.00 €	20.00 €
Massagem 45 min. (*)	25.00 €	27.00 €
Massagem 60 min. (*)	30.00 €	32.00 €
Nutricionista	25.00€	30.00 €

2- AVALIAÇÃO DA CONDIÇÃO FÍSICA

Testes de avaliação da Condição Física	Preço para utentes
Avaliação, plano de treino inicial e restantes	Gratuita

a)- A avaliação inicial será feita após a inscrição, gratuitamente. Realizam-se em horário a definir com o técnico do ginásio, mediante marcação prévia.

VIII — DESCONTOS

- a) **Pacote familiar:** Aumento de 5% de desconto, a partir do 2º membro para cada pessoa do agregado familiar a frequentar as atividades desportivas, aquando do pagamento das mensalidades na totalidade (ex: 2ª pax =5% , 3ª pax =10%, 4ª pax =15%, ...);
- b) As atividades praticadas pelos **utentes internos, funcionários e voluntários** beneficiam de **descontos especiais** e são efetuadas em ficha de inscrição específica e nela constam os preços a praticar;
- c) A 1ª mensalidade — **Mês de inscrição ou de renovação, feita a partir dos dias 8, 15 e 22 (inclusive), obedece a valores correspondentes às respetivas semanas;**
- d) Os valores abaixo indicados relativos aos Packs, apenas vigoram nos meses de **Setembro de 2022 a Julho de 2023**, condicionados às atividades existentes em cada mês.

1— PACKS

Cárdio-Fitness e Musculação / Atividades Desportiva

PACKS	Mensalidade
Pack 1	32.00 €
Pack 2 (*1) Cardio-Fitness e Musculação Livre Transito + uma atividade cultural e desportiva	37.00 €
Pack 3 (*1 / *2) Duas atividades culturais e desportivas	Variável (*2)
Combinado (*3) Cardio-Fitness e Musculação livre-trânsito + atividades culturais e desportivas	42.00 €
Pocket Gym + Aula Cardio-Fitness e Musculação livre-trânsito + 1 atividade cultural e desportiva	35.00€

(*) - Fit Kempo, Indoor e Cycling, Fit Circuit, HIIT Fit

(*1) - As aulas de Indoor Cycling e de Yoga estão condicionadas às vagas existentes.

(*2) - Valor do Pack4 é igual ao preço da modalidade de valor superior mais metade da modalidade de valor inferior.

(*3) - Excepto aulas de Yoga.

(*4) - Utentes em situação de desemprego

ATENÇÃO: Os Descontos e Promoções não são acumuláveis

2– Packs / Combinado

Passe com acesso livre trânsito ao ginásio e às Aulas Fitness (Pack 1) ou às atividades culturais e desportivas (combinado), de acordo com o explicado na página anterior, com os seguintes critérios de utilização:

a) Os utentes estão condicionados às vagas existentes para as aulas e às aulas ativas no decorrer do mês;

b) Prioridade na frequência das aulas:

1º Lugar- Utesntes inscritos nessa aula/horário;

2º Lugar- Utesntes que adquiriram Packs (1, 2, 3 ou 4);

3º Lugar- Utesntes com o passe Combinado.

c) No caso das vagas reservadas não estarem completas, os utentes com Combinado poderão ocupar essa vaga no momento, 5 minutos após o início da aula com autorização do Professor, tendo que pedir o cartão **correspondente na receção do ginásio**.

d) Todas os cartões terão de ser entregues ao Professor da aula respetiva.

3— POCKET GYM // POCKET GYM + AULA

Desenvolvido para combater a realidade económica atual, permite que os utentes em situação de desemprego, tenham acesso ao ginásio com uma mensalidade mais acessível.

a) Obrigatoriedade de apresentação **Trimestral do comprovativo da situação de desemprego**, passado pelo Centro de Emprego, e fotocópia do cartão de Segurança Social (só com este documento poderá efetuar o pagamento da mensalidade)

b) Isenção do pagamento da inscrição, no entanto o seguro deverá estar devidamente regularizado.

c) Este Pack não permite o pagamento, trimestral, semestral ou anual. Quem já beneficia de outros descontos (estudante, sénior, empresa ou agregado familiar), uma vez que se encontre nesta situação terá de optar, pois **não é permitido acumular descontos, promoções ou packs**.

IX- NOTAS FINAIS

- a) — O não cumprimento do presente regulamento por parte do utente implicará, se a Direção assim o entender, a imediata anulação da respetiva inscrição;
- b) - Qualquer alteração ao presente regulamento será prontamente informada na Secretaria e Receção do ginásio, entrando em vigor a partir do momento em que é publicado;
- c) — Todas as situações omissas ao regulamento, serão analisadas em reunião de Direção;
- d) - Nos termos do regulamento geral de proteção de dados com a entrada em vigor a 25 de Maio de 2018, todos os dados solicitados pela instituição carecem de conhecimento escrito de quem os transmite;
- e) - O presente regulamento foi aprovado em reunião de Direção e encontra-se em vigor nos termos legais, de 1 de Setembro de 2022 a 31 de Agosto de 2023.



A Direção Técnica



A Direção

Santo António dos Cavaleiros, 31 de Agosto de 2022