

Regulamento - Academia Clube Náutico Araraquara

DAS DISPOSIÇÕES GERAIS

Artigo 1º - O presente regulamento objetiva disciplinar o uso da Academia do Clube Náutico Araraquara, em consonância com a legislação que rege a matéria e com o Estatuto Social do Clube.

Artigo 2º - A Academia do Clube Náutico Araraquara consiste em um espaço diferenciado para promover a qualidade de vida e bem estar de todos os seus associados, sendo composta por salas de musculação, múltiplo uso e bike indoor. O acesso e utilização da Academia somente serão permitidos aos associados regularmente matriculados e em dia com suas obrigações perante o Clube Náutico Araraquara.

Artigo 3º - A Academia funciona de segunda a sexta-feira, das 6h30min às 21h30min, e aos sábados das 8h00 às 12h00, fechando aos domingos e feriados oficiais, podendo esse expediente sofrer alterações que serão comunicadas aos interessados com a maior antecedência possível.

DAS EXIGÊNCIAS INICIAIS

Artigo 4º - Poderão frequentar a Academia adolescentes com idade entre 14 (catorze) anos completos e 16 (dezesseis) anos incompletos, somente quando acompanhados pelo pai, ou a mãe, ou o responsável legal; adolescentes com idade entre 16 (dezesseis) anos completos e 18 (dezoito) anos incompletos, sem a necessidade da presença dos pais ou responsável; em qualquer caso é necessária a assinatura presencial de um desses responsáveis no ato do requerimento de matrícula.

Artigo 5º - Para executar a matrícula é obrigatória a apresentação de atestado médico original ou em cópia autenticada, com validade de até 12 (doze) meses, declarando que o associado encontra-se apto às atividades e práticas colocadas à sua disposição na Academia, conforme exigência da Lei Municipal no 7.588, de 02 de dezembro de 2011. A não reapresentação do atestado na data estipulada bloqueará o ingresso do associado, mesmo que a inscrição e o pagamento da academia estiverem válidos.

Artigo 6º - Para a utilização da Academia, o associado deverá contribuir com a taxa de manutenção de academia, estipulada pelo Clube.

Artigo 7º - As formas de pagamento para a taxa de manutenção da Academia serão através de pagamentos mensais (dívida sem desconto) ou semestrais (dívida com desconto), de acordo com a escolha do associado.

§ 1º - Caso a opção escolhida seja a semestralidade o contrato terá prazo de 6 (seis) meses e será renovado automaticamente por iguais períodos, passando a vigorar as condições e regras vigentes na data da renovação.

§ 2º - Ao final do período contratado, caso não haja concordância com as novas regras, valores e condições, o associado deverá solicitar a alteração ou cancelamento na recepção da academia.

§ 3º - Em caso de rescisão anterior ao período contratado de 6 (seis) meses, não haverá devolução do valor pago, independente do motivo.

§ 4º - Em qualquer opção escolhida, mensal ou semestral, o associado deverá retirar o documento para pagamento na recepção da Academia e poderá paga-lo através de bancos, lotéricas, pela internet ou diretamente na tesouraria do Clube.

§ 5º - A falta na identificação do pagamento bloqueará o ingresso do associado às dependências da Academia.

Artigo 8º - A simples interrupção da frequência à Academia não exime o aluno do pagamento da taxa mensal. Para que não sejam geradas novas dívidas, o aluno deverá formalizar a desistência pessoalmente e entregar o dispositivo de conexão previsto no artigo 14, na recepção da Academia dentro do mês "útil" já pago. No caso de ultrapassar a data limite, será cobrado pelo mês integralmente.

Artigo 9º - Em caso de afastamento solicitado por escrito, motivado por doença, férias ou outro fundamento relevante, o aluno deverá realizar o desligamento formal da Academia, entregando o dispositivo de conexão e quitar as eventuais taxas em aberto.

Artigo 10º - A taxa de academia integra os artigos 26 e 27 do Estatuto Social para fins de suspender a frequência do associado inadimplente e regularmente cobrado, em qualquer dependência associativa.

Artigo 11º - Os frequentadores deverão estar trajados adequadamente para a prática dos exercícios, usando roupas confortáveis como camiseta, calções esportivos, tênis, conjunto para ginástica, sendo proibido o uso de calças e bermudas jeans, sapatenis, chinelos, tamancos, maiôs, biquínis e sungas, bem como adentrar ou permanecer no recinto sem camisa.

Artigo 12º - Submeter-se ao **D.O.T. (Diagnóstico e Orientação de Treinamento)** é obrigatório, pois permite ao professor conhecer as condições físicas do aluno (força, flexibilidade, capacidade aeróbia, desvios posturais, percentual de massa magra e gordura), possibilitando a elaboração de um programa de treinamento mais adequado para cada associado, podendo ser feito em média a cada 16 semanas de treinamento consecutivo. Aqueles que não se sujeitarem a tal procedimento assinarão um termo de responsabilidade por sua integridade física.

Artigo 13º - Os armários disponibilizados pela Academia para que os alunos guardem seus pertences são de uso coletivo. Após o uso a chave deverá ser devolvida ao armário, para que os alunos de outros horários possam utilizá-las.

DAS NORMAS PARA UTILIZAÇÃO

ATIVIDADES DE MUSCULAÇÃO:

Artigo 14º - Poderá ser entregue ao aluno uma chave que é o dispositivo de conexão com as máquinas da Academia. Ao recebê-la, são de responsabilidade do associado a guarda e a manutenção dessa chave, pois ocorrendo perda ou danos a ela ou aos equipamentos, o associado arcará com as despesas necessárias aos reparos ou reposição.

Parágrafo Único - Em casos de extravio da chave, o aluno deverá pagar pela 2ª via, e somente será ressarcido desse valor se devolver o objeto perdido. No caso do desligamento do aluno, o valor não será devolvido.

Artigo 15º - Enquanto a chave estiver com o associado, ele estará automaticamente matriculado na Academia, devendo contribuir com as taxas de manutenção. A chave mencionada neste artigo deverá ser devolvida pelo associado à recepção da Academia, imediatamente, em caso de cancelamento da matrícula por qualquer uma das partes, suspensão de sua frequência por qualquer motivo, ou desligamento da associação.

Artigo 16º - O tempo máximo para uso de equipamento cardiovascular será definido pelo professor responsável do horário.

Artigo 17º - Os alunos estão sujeitos à disponibilidade para a utilização de equipamentos como esteiras, elípticos e bicicletas bem como ao número de vagas das aulas oferecidas, de modo que em alguns horários deverão ser criadas listas ou retirada senha, conforme procedimento da Academia.

Artigo 18º - Para o bom funcionamento do setor é proibido fazer uso de celular/aplicativos de mensagens instantâneas enquanto o aluno estiver utilizando qualquer equipamento da musculação ou realizando qualquer modalidade da ginástica, devendo os mesmos permanecer desligados ou ligados apenas nos modos "silencioso" / "vibratório".

Artigo 19º - Não haverá reposição de aulas.

Artigo 20º - Com o objetivo de manter os equipamentos sempre limpos, seus usuários deverão, após utilizar qualquer equipamento, limpá-lo, utilizando os frascos de álcool e água, bem como o papel toalha, disponíveis dentro da Academia, descartando o papel toalha no depósito destinado após o uso.



Artigo 21º - Para maior conforto e higiene do aluno, é obrigatório que cada aluno traga sua própria toalha, para utilização durante os treinos de musculação e também nas aulas de ginástica.

Artigo 22º - A Academia mantém um corpo de instrutores altamente capacitados à disposição dos usuários, para orientação na utilização dos equipamentos e realização de exercícios físicos.

Artigo 23º - Não é permitida a entrada ou permanência de professores externos (Personal Trainer) para acompanhamento paralelo aos associados.

Artigo 24º - Apenas os professores da Academia Náutico estão autorizados a orientar os alunos quanto à prática do exercício, ficando o associado responsável por todo e qualquer exercício que seja feito de maneira irresponsável e sem orientação.

Artigo 25º - É vedado a associados ministrarem instruções para outros associados, ainda que possuam habilitação para tal fim.

Artigo 26º - Eventuais danos de qualquer natureza sofridos e/ou causados pelo usuário em decorrência de atividades executadas sem a solicitação de orientação e/ou sem a observância desta, não serão de responsabilidade do Clube, e caracterizarão culpa exclusiva do usuário, sendo o mesmo obrigado a arcar com eventuais despesas ou reparos, isentando o Clube.

Artigo 27º - Não é permitido aos associados retirar equipamentos ou qualquer outro bem das instalações da Academia.

Artigo 28º - Não é permitido o consumo de qualquer tipo de alimento nem de bebida alcoólica no interior da Academia.

Artigo 29º - Não é permitido o ingresso com tipóias, gessos ou similares que indiquem algum tipo de lesão.

DAS NORMAS PARA UTILIZAÇÃO

ATIVIDADES DE GINÁSTICA:

Artigo 30º - Os alunos que tiverem interesse exclusivo em matricular-se nas aulas de ginástica não receberão o dispositivo mencionado no artigo 14.

Artigo 31º - Os alunos interessados em participar das aulas deverão consultar as aulas e horários no quadro (exposto nas salas e também no site do clube) e escolher a modalidade de interesse, chegando com antecedência de 5 a 10 minutos para a aula escolhida. A Academia não se responsabiliza quando o limite de vagas for excedido, conforme disposto no artigo 17.

Artigo 32º - A tolerância máxima para o ingresso do aluno nas salas onde estiverem sendo desenvolvidas as modalidades de ginástica com horários pré-estabelecidos é de no máximo 05 (cinco) minutos.

Artigo 33º - Não há número mínimo de alunos para a realização das aulas. Desta forma, ainda que se apresentar um único aluno, a aula será realizada normalmente.

Artigo 34º - O disposto nos artigos 17 a 29 deste regulamento aplicam-se às atividades de ginástica.

Artigo 35º - Não haverá reposição de aulas de ginástica.

DAS DISPOSIÇÕES FINAIS

Artigo 36º - Não é permitido o uso de esteróides anabolizantes nas dependências da Academia.

Artigo 37º - Não é permitido deixar bolsas ou mochilas nos locais de treinamento. Para maior segurança e conforto os pertences dos alunos deverão ser guardados em local determinado nos vestiários, o qual será de uso exclusivo do aluno durante o seu horário de atividade na Academia.

Artigo 38º - As normas constantes dos avisos e orientações afixados no interior das instalações da Academia que não estiverem contempladas neste regulamento passam a fazer parte integrante do mesmo, sendo certo que o seu não cumprimento poderá acarretar a rescisão antecipada ou a não renovação da inscrição.

Artigo 39º - O Clube se reserva o direito de impedir o acesso, bem como retirar do local, o associado que mantiver conduta não condizente com os procedimentos, normas e princípios de boa educação.

Artigo 40º - O acesso à Academia é controlado por meio eletrônico, sendo que somente pessoas inscritas e autorizadas poderão entrar e sair através da catraca eletrônica.

Artigo 41º - As músicas da Rádio Academia serão selecionadas aleatoriamente, de modo a abranger todos os estilos musicais. Os canais das TVs serão selecionados pela gerência, no intuito de preservar o direito e conforto de todos os associados. A recepção da Academia não poderá alterar esta programação.

Artigo 42º - O Clube não se responsabiliza por objetos pessoais deixados na Academia, sendo aplicável o que dispõe o artigo 134 do Estatuto Social.

Artigo 43º - A supervisão geral pela estrutura física, equipamentos e regulamento será feita pela administração do clube, sendo, todavia, de responsabilidade do usuário zelar por todos os equipamentos e pelas dependências físicas da Academia.

Artigo 44º - Poderão ser criadas atividades fora dos ambientes da Academia, que somente se responsabilizará por alunos devidamente matriculados e em dia com suas obrigações, os quais deverão seguir as regras do grupo/aula.

Artigo 45º - A Academia é uma dependência do clube e todas as normas estatutárias, inclusive penalidades previstas, serão aplicadas com os mesmos critérios.

Artigo 46º - A inobservância de qualquer disposição do presente regulamento e infrações disciplinares serão relatadas pelo Coordenador da Academia e analisadas pela Comissão Disciplinar e de Sindicância, quando couber, ou diretamente pelo Conselho de Administração, podendo dar ensejo à aplicação de penalidades previstas no Estatuto Social.

Artigo 47º - Os casos omissos e dúvidas oriundas da aplicação do presente regulamento serão resolvidos pelo Conselho de Administração.

Artigo 48º - O clube se reserva o direito de alterar esse regulamento sempre que necessário, sem prévia consulta aos associados.

Artigo 49º - Este regulamento entra em vigor nesta data, revogadas as disposições em contrário.

Clube Náutico Araraquara, 30 de março de 2015.



CLUBE NÁUTICO
ARARAQUARA