

REGULAMENTO ACADEMIA SESC/RS

1. Da academia e seus objetivos

1.1. A academia do SESC/RS é um espaço destinado à promoção da qualidade de vida e do bem-estar dos comerciários, seus dependentes e da comunidade em geral.

1.2. As atividades desenvolvidas são direcionadas para a promoção da melhoria da capacidade cardiorrespiratória, da força muscular, resistência e flexibilidade dos clientes. O foco da academia é a educação para uma vida mais saudável, e não o fisiculturismo.

2. Do acesso à academia

2.1. O acesso à academia somente é permitido aos clientes regularmente matriculados e com os pagamentos em dia.

2.2. Nossas academias funcionam com o sistema livre, ficando o cliente livre para acessar a academia. Algumas academias ainda funcionam com o sistema fixo com dias e horários estipulados na hora da matrícula.

2.3. O acesso à academia é controlado por meio eletrônico ou físico. Nas academias onde o horário é fixo, o cliente somente poderá ingressar no seu horário de treinamento, com uma tolerância de 30 minutos de antecedência do início do mesmo. O ingresso será permitido até o final do horário contratado.

3. Questionário de saúde e acompanhamento dos exercícios

3.1. Os clientes preencheram um questionário de saúde no ato da matrícula.

3.2. O mesmo será utilizado para a elaboração do seu treino quando matriculado na musculação e acompanhamento do seu desempenho.

3.3. A academia manterá um corpo de instrutores à disposição dos clientes para orientação na utilização dos equipamentos e realização de exercícios físicos.

3.4. Eventuais danos de qualquer natureza sofridos e/ou causados pelos clientes em decorrência de atividades executadas sem a solicitação de orientação e/ou sem a observância desta, não serão de responsabilidade do SESC/RS, e caracterizarão culpa exclusiva do cliente, sendo o mesmo obrigado a arcar com tais danos, isentando o SESC/RS de qualquer responsabilidade.

4. Do uso dos armários

4.1. A academia disponibiliza aos clientes armários que deverão ser esvaziados diariamente. Itens que ficarem dentro dos armários, de um dia para o outro, serão retirados e deixados na recepção.

4.2. O número de armários é variável em cada academia, sendo que a academia não se responsabiliza em disponibilizar um armário para cada cliente. A utilização dos mesmos é por ordem de chegada.

4.3. O SESC/RS não se responsabiliza pelos objetos deixados no interior dos armários, sendo a guarda, segurança e zelo dos pertences de inteira responsabilidade de seus proprietários, conforme previsão contratual.

5. Do uso dos equipamentos e vestimenta

5.1. Com o objetivo de manter a higiene e limpeza dos equipamentos os clientes deverão sempre utilizar toalhas enquanto realizem a prática dos exercícios prescritos.

5.2. Para realizar a prática da atividade física o cliente deverá estar trajando roupa e calçado apropriado. A realização de exercícios sem o uso de camisa ou camiseta é proibido.

5.3 Fica definido o tempo máximo de 30 (trinta) minutos para uso das esteiras no caso de haver lista de espera na academia.

5.4. Todos os pesos, barras e afins deverão ser colocados de volta no lugar pelo cliente após o uso.

5.5. Qualquer dano causado em algum equipamento deverá ser informado imediatamente a um funcionário da Academia.

5.6. Quedas e batidas intencionais dos equipamentos não serão permitidas.

6. Das disposições finais:

6.1. Não é permitido o uso de linguagem inapropriada ou de baixo calão, sendo que condutas inadequadas não serão toleradas.

6.2. É proibido o consumo de alimentos e bebidas dentro da academia, sendo permitido o uso de água, desde que acondicionada em squeeze ou afins.

6.3. O não cumprimento de qualquer das disposições contidas no presente regulamento dá ao SESC/RS o direito de rescindir unilateralmente o contrato de prestação de serviços de academia conforme previsão contratual.

6.4. O SESC/RS se reserva o direito de impedir em qualquer momento o acesso de clientes às suas instalações caso constate a prática de atitudes não condizentes com os princípios e normas da boa moral e educação.

6.5. O SESC/RS reserva-se o direito de alterar o presente regulamento para adequá-lo quando entender conveniente, sem a necessidade de prévio aviso aos clientes.

6.6. Os casos omissos serão solucionados por determinação do SESC/RS e serão prontamente incorporados ao presente regulamento.