



REGULAMENTO ESPECÍFICO DA RAIÁ LIVRE

1. DA UTILIZAÇÃO E FREQUÊNCIA NAS RAIAS LIVRES

Mediante a agendamento prévio com até 24h de antecedência através do aplicativo portal.alphavilletenisclube.com.br.

Dias e horários de disponibilidade para utilização das piscinas:

Piscina Semi Olímpica

- 2ª às 5ª feiras

- 7h às 8h – 1 raia;
- 12h às 13h - 5 raias;
- 13h às 14h - 5 raias;
- 21h às 22h - 5 raias;

- 6ª feira

- 7h às 22h (exceto das 16h às 17h);

- Sábados

- 7h às 17h;

- Domingos

- 7h às 18h;

Feriados

- 2ª a 6ª das 7h às 22h / Sábados das 7h às 17h / Domingos das 7h às 18h

Haverá sempre a supervisão de um guarda vidas no local.

Lembrando que não será permitido entrar na piscina se não houver um guarda vidas presente. A piscina pequena somente poderá ser utilizada após o período de aula de natação.

Quando as raias não estiverem sendo utilizadas para aulas, estarão livres para o uso de raia livre para a prática da natação. Neste caso, solicitamos que os associados aguardem o período de tolerância de atraso dos alunos matriculados nas aulas, e depois adentrem na piscina, nas raias que estarão devidamente sinalizadas.

Na área, não são permitidos: brincadeiras que possam oferecer riscos à segurança e integridade física de usuários do setor; consumo de qualquer espécie de alimento; uso de aparelhos sonoros.

Parágrafo Único. É permitida a ingestão de líquidos apropriados à atividade física, tais como repositores hidroeletrólíticos ou repositores energéticos em embalagens adequadas (squeeze).

Não é permitida a permanência de crianças ou adultos nas raias ocupadas por aulas de natação e hidroginástica.

O tempo de sua utilização é de 1 hora por associado maior de 15 (quinze) anos de idade.

Limita-se o uso de cada raia para até o máximo de 4 (quatro) associados.

A quantidade de raias livres será informada através do aplicativo, o mesmo também informa a quantidade de alunos agendado por raia.

Menores de 15 anos deverão ser acompanhados por um adulto responsável somente para a prática da natação. Sendo assim a piscina não poderá ser utilizada para fins recreativos.

2. TRAJES ADEQUADOS PARA UTILIZAÇÃO DA PISCINA INTERNA

Para utilização da piscina é obrigatório estar trajado adequadamente com: Sunga, sunquíni ou maiô e touca, não sendo permitidas vestes transparentes, calções, blusas, camisetas, bermudas e calçados.

Para as crianças de colo, será necessário utilizar fraldas apropriadas (maiô e sunga) para não ocorrer acidentes.

3. MATERIAIS

- Não é permitido utilizar bolas ou objetos infláveis, exceto boias infantis de braços e de cinturas;

- Os materiais de utilização da raia livre estão disponíveis no cesto ao lado do bebedouro e as nadadeiras que estão penduradas nos ganchos ao lado do espaldar, os mesmos por sua vez deverão ser devolvidos no mesmo local.

Caso o associado for nadar na piscina externa, deverá informar para as recepcionistas quais materiais estão retirando do recinto. Após o uso deverá devolvê-los no mesmo local de retirada.

Os materiais que se encontram dentro da sala dos professores são destinados somente à utilização nas aulas de natação e hidroginástica.

4. UTILIZAÇÃO DOS VESTIÁRIOS

O uso dos vestiários é restrito para banhos e troca de roupas, não sendo permitida a reserva de box. Não é permitida a entrada de crianças do sexo masculino maiores de 05 (cinco) anos no vestiário feminino e vice-versa, portanto os mesmos devem ser encaminhados ao vestiário da família.

5. DISCIPLINA

Os (as) associados (as) que infringirem as regras como: discutir, desrespeitar, agredir, revidar agressão ou ter conduta antidesportiva, poderá sofrer punições de acordo com a gravidade de sua atitude.

As atitudes de indisciplina serão comunicadas a gestão de esportes aquáticos e se a atitude persistir, uma reunião será marcada entre os supervisores, associados e direção para solucionar o caso.

Todos os casos de indisciplina poderão ser comunicados à Comissão de Disciplina do ATC para providências.

6. EXAME MÉDICO DERMATOLÓGICO

Para a prática da modalidade será obrigatória à entrega ou realização do exame médico dermatológico de PISCINA no Departamento Médico do Clube. É obrigatório estar com o exame médico dermatológico em dia para realizar o agendamento, caso contrário o aplicativo não permite a reserva.

Horários:

2ª e 6ª – Das 7h às 22h

3ª, 4ª e 5ª – Das 7h às 23h

Sábados – Das 7h às 21h / Domingos – Das 7h às 19h

Exceto nos horários de almoço das 13h às 13h30 e jantar das 19h às 19h30.

O exame deverá ser renovado semestralmente.

7. ATESTADO DE APTIDÃO FÍSICA – (PAR-Q):

Para a prática livre da modalidade será obrigatório à entrega do:

Termo de Responsabilidade – Associados com idade entre 06 meses a 14 anos os pais deverão preencher e assinar na recepção da piscina interna.

Atestado de Aptidão Física - PARQ – Associados com idade entre 15 a 17 anos deverão responder o **PAR-Q** com a assinatura do responsável e associados com idade entre 18 a 69 anos terão que preencher e assinar o **PAR-Q** para a prática da atividade física na recepção da piscina interna.

Atestado Médico (Cardiologista) – Associados com idade superior a 70 anos terão que apresentar o atestado médico declarando que está apto. A entrega deverá ser feita no dia da inscrição ou no 1º dia de aula, o não cumprimento do prazo acarretará no impedimento da prática.

É obrigatório estar com o atestado de aptidão física (PAR-Q) em dia para realizar o agendamento, caso contrário o aplicativo não permite a reserva.

O exame deverá ser renovado anualmente.