

ESPAÇO FITNESS

ISEP
ISCAP
ESE
ESMAE
ESEIG
ESTGF
ESTSP

POLITÉCNICO
DO PORTO
DES
POR
TO

POLITÉCNICO
DO PORTO



REGULAMENTO

I - ATIVIDADES

Na prossecução dos seus objetivos, o Centro Desportivo do IPP pretende proporcionar aos seus utentes um conjunto de atividades de iniciação, aperfeiçoamento, manutenção e especialização nas áreas de Cardiofitness e Musculação, bem como o apoio especializado em Fisioterapia.

II - INFORMAÇÕES GERAIS

1 - As atividades decorrem durante o ano letivo e têm início nos meses de Setembro ou Outubro e terminam no mês de Julho, com as seguintes interrupções:

- Feriados Nacionais/Municipais
- Natal
- Carnaval
- Páscoa

2 - O horário de funcionamento será de 2ª a 6ª feira entre as 08h00 e as 15h00 e das 17h00 às 21h00. Tendo em atenção o facto de poder vir a existir um aumento do número de utilizadores, será considerada a hipótese de abertura da instalação em novos horários.

3 - Os utentes serão informados sempre que exista a necessidade de proceder a alterações que impliquem abertura ou fecho de carácter excecional.

4 - Na perspetiva de uma maior dinamização e com o objetivo de aumentar a oferta de atividades não permanentes, poderão ser realizados, ao longo do ano, aulas abertas e workshops.

III - INSCRIÇÕES

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

- ficha de inscrição devidamente preenchida
- fotocópia do Cartão Cidadão ou BI
- fotografia tipo passe (opcional)
- declaração de aceitação do regulamento

2 - Quando houver lugar apenas à renovação da inscrição, os documentos a entregar são:

- ficha de renovação devidamente preenchida
- declaração de aceitação do regulamento

3 - Qualquer inscrição/renovação só terá efeito após a entrega de todos os documentos.

4 - Os preços de inscrição ou renovação são os seguintes:

- nova inscrição 10,00€
- renovação 7,50€

5 - A inscrição pressupõe o pagamento obrigatório das mensalidades desde o mês de inscrição até ao mês de julho, exceptuando

casos de desistência definitiva ou doença prolongada e desde que comunicada por escrito com 15 dias de antecedência.

6 - No ato de inscrição de novos utentes, são obrigatoriamente pagas as taxas de inscrição, que são válidas até ao final do mês de julho do corrente ano.

IV - UTILIZAÇÃO DAS INSTALAÇÕES

1 - O Centro Desportivo do IPP não se responsabiliza pelo desaparecimento de objetos ou valores deixados nas instalações.

2 - A entrada nas instalações e a frequência da Sala de Cardiofitness só é permitida aos utentes com a mensalidade devidamente atualizada.

3 - Os utentes deverão obrigatoriamente de passar pela receção para dar a entrada na Sala de Cardiofitness.

4 - Os acompanhantes dos utentes só poderão permanecer no hall de entrada das instalações desportivas.

5 - 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, artº 15º).

6 - Todos os utentes terão ao seu dispor balneários com duche e cacifo, os quais deverão ser utilizados cuidadosamente.

7 - Os cacifos estão munidos de fechadura, e para a qual o utente deve utilizar um cadeado pessoal. No final da sua utilização deverão deixar o cacifo aberto e sem qualquer bem no seu interior. Caso o cacifo se encontre selado, no final do dia, será aberto e os bens que se encontrarem no seu interior serão retirados e depositados num saco. Se, após uma semana, não forem levantados na receção, serão doados a uma instituição de solidariedade social.

8 - Quem desejar poderá proceder ao aluguer de um cadeado pelo preço de 0,50€ acrescido de uma caução inicial de igual valor, a qual será restituída no final da atividade.

9 - Os utentes deverão utilizar equipamento apropriado para as atividades que frequentam, não sendo permitida utilização de calçado ou vestuário usado na rua e é obrigatório o uso de toalha por questões de higiene e segurança.

10 - A entrada na Sala de Cardiofitness só é possível com a presença do(s) Técnico(s).

11 - A gestão do espaço das atividades é da responsabilidade do(s) Técnico(s). Em casos excecionais os procedimentos habituais só podem ser pontualmente alterados pelos técnicos, como a limitação de tempo na utilização das máquinas de Cardiofitness e de Musculação.

12 - Não são permitidas assistências às aulas, excetuando quando em atividades curriculares do Curso de Ciências do Desporto da ESE, o

professor considere pedagogicamente pertinente.

13 - Não é permitido fumar dentro das instalações desportivas do Centro Desportivo do IPP, nem comer dentro das salas de atividades.

14 - Os telemóveis devem estar desligados durante as atividades.

15 - Não será permitida linguagem insultuosa, abusiva ou agressiva, bem como quaisquer outros comportamentos que perturbem o bem-estar ou as atividades de outros utentes, ou o normal funcionamento das atividades.

V - CONDIÇÕES DE FREQUÊNCIA

1 - Os pagamentos das mensalidades podem ser efetuados em numerário ou cheque na receção do Centro Desportivo. Neste último caso, o cheque deve ser endossado ao IPP. Será emitido um recibo provisório a quem o solicite no ato de pagamento e o recibo original será entregue posteriormente na receção do CDE.

2 - Os pagamentos terão de ser efetuados até ao dia 8 de cada mês. Em caso de incumprimento, será aplicada uma taxa agravada de 2,5€.

3 - Taxas a aplicar:

	Horário livre*	2x semana	sessão avulso	aula de grupo**
Alunos	10,00€	7,50€	2,50€	1€
Func./Docentes - IPP/UP	15,00€	10,00€		
Externos	20,00€	15,00€		

* o horário livre corresponde a uma entrada diária no período de horários definidos.
** é obrigatória a reserva antecipada para participar na aula.
- os utentes da comunidade IPP podem inscrever um familiar direto, com mensalidade de igual valor.

4 - Os utentes estão obrigados ao pagamento das mensalidades, mesmo que não frequentem a Sala de Cardiofitness e Musculação, salvo em caso de doença prolongada devidamente comprovada, ou em caso de desistência desde que comunicado por escrito a data em que desiste.

5 - Em qualquer atividade a duração do treino não poderá exceder os 90 minutos.

6 - Será efetuada uma avaliação inicial da condição física gratuita, após a inscrição.

7 - As avaliações realizam-se em horário a definir com o técnico, mediante marcação prévia.

VI - NOTAS FINAIS

1 - O não cumprimento, do presente regulamento, implicará, se a direção assim o entender, a imediata anulação da respetiva inscrição.

2 - Qualquer questão omissa no presente regulamento será apreciada pela Direção do Centro Desportivo.