

## Regulamento Interno

1. Os serviços e regalias são devidos aos sócios cujos pagamentos estiverem em dia. Assiste ao **Ginásio XXX** o direito de cancelamento da inscrição do sócio sempre que subsista infracção às normas de funcionamento.
2. A Direcção Técnica do ginásio é assegurada pelo DT cuja identificação está afixada;
3. O sócio será responsável por danos causados nas instalações.
4. Qualquer perda, dano ou furto ocorrido nas instalações não é da responsabilidade do **Ginásio XXX**.
5. Nas novas inscrições, os sócios pagarão uma taxa de avaliação da condição física e prescrição, considerando-se que o seguro A.P. e o preço do cartão estão incluídos nesse valor. **(Eliminar se não aplicável ou editar de acordo com as normas estabelecidas – a taxa de avaliação e o acompanhamento nutricional podem não estar incluídos no pacote adotado)**
6. Os pagamentos de taxas e primeira mensalidade serão efectuados ao balcão, sendo os restantes pagamentos efectuados por Débito em Conta, autorizado pelo utente na subscrição do contrato. As mensalidades serão debitadas no 1º dia útil de cada mês. O processo de admissão só se concluirá com a apresentação do NIB e Autorização de Débito em Conta. **(Eliminar se não aplicável ou editar de acordo com as normas estabelecidas)**
7. O cancelamento ou suspensão da inscrição deverá ser solicitado **até ao dia 20 do mês anterior** àquele a que disser respeito.
8. **Ginásio XXX** reserva-se o direito de suspender ou alterar qualquer actividade para optimização do mapa de aulas. A carga horária será, no entanto, mantida, com as excepções previstas no ponto 15. Os preços serão sempre respeitados na vigência dos contratos celebrados.
9. No caso da utilização de cacifo com cadeado individual, **é absolutamente vedado aos sócios utilizá-lo fora da sua permanência no ginásio**. O **Ginásio XXX** não se responsabilizará por perda de pertences aí deixados para o dia seguinte e procederá, por razões de segurança, ao seu arrombamento.
10. Os sócios deverão apresentar sempre o seu cartão na recepção do **Ginásio XXX**. **(Eliminar se não aplicável ou editar de acordo com as normas estabelecidas)**
11. A frequência das instalações é vedada aos sócios cuja higiene e comportamento ponha em causa as boas regras de convivência ou as normas do ginásio, e também nos casos de doença que possa traduzir-se em perigo para a saúde do próprio, outros sócios ou funcionários.
12. **Ginásio XXX** não se responsabiliza por quaisquer problemas de saúde manifestados na prática desportiva.
13. O seguro de acidentes pessoais na prática desportiva é efectuado para os utentes que efectuem a sua inscrição ou renovação contratual. A identificação da apólice e valor da franquia a suportar pelo utente encontram-se afixadas na recepção.
14. **Ginásio XXX** providenciará com zelo a higiene e limpeza das instalações, bem como o acompanhamento das actividades por profissionais credenciados.
15. Para um mais eficiente exercício e agradável convívio, agradecemos o respeito das seguintes regras: Solicita-se o uso de equipamento apropriado; Os sócios deverão usar uma toalha durante os treinos de cardio, musculação e ginástica, bem como calçado adaptado à modalidade escolhida; Nas aulas de grupo será respeitada a ordem de chegada (até ao limite aconselhado de praticantes); Solicitamos a maior colaboração na manutenção das condições de higiene nos balneários.
16. O utente declarará no Contrato de Adesão ter tomado conhecimento deste regulamento, aceitará as condições contratuais, declarará que assume a especial obrigação de se assegurar previamente de que não tem quaisquer contra-indicações para a prática da actividade que pretende desenvolver, de acordo com a Lei de Bases da Actividade Física e do Desporto, e autorizará a recolha dos dados pessoais para inscrição, acesso e avaliação de condição física e nutricional, bem como o seu tratamento, podendo a eles aceder, rectificar ou eliminar.
17. Em caso de litígio, o consumidor pode recorrer a uma Entidade de Resolução Alternativa de Litígios de Consumo: CACC Lisboa, [www.centroarbitragemlisboa.pt](http://www.centroarbitragemlisboa.pt) - Lei 144/2015.

Localidade, XX de março de 2023

O Director Técnico

---