

Equipe de Esporte Jardins Mônaco

Normas e Procedimentos

De acordo com os últimos Decretos, as academias deverão seguir um conjunto de normas, afim de que a reabertura seja feita de forma segura e ordenada, priorizando ao máximo a segurança de profissionais, seus funcionários e clientes.

Com o intuito de padronizar a nova rotina das academias no que diz respeito aos Decretos, o Sindicato das Academias, o Sindicato dos Profissionais de Educação Física e a Associação dos Profissionais de Educação Física, entidades idôneas de nosso estado, apresentaram o conjunto de regras à seguir.

SINCAD-GO

SINPEF-GO

APEF-GO

ACADEMIA ABERTA NO ESPAÇO DE CONVIVÊNCIA DIA

02/09 – Quarta-feira

NORMAS GERAIS

- Álcool em gel 70% disponível para todos os frequentadores da academia.

- Manter a distância mínima de 2,0m entre todos os presentes no ambiente interno da academia.
- Obrigatório manter os cabelos presos durante o período de permanência no ambiente interno da academia.
- Os bebedouros devem ser desativados, cada um dos moradores deverá levar sua garrafinha cheia.
- Só será permitida a entrada na academia, com uso adequado de máscara de proteção. **SEM EXCEÇÃO**
- Uso obrigatório de toalha individual durante todo o período de treino.
- A equipe de manutenção do Jardins Mônaco fará a assepsia de todo o ambiente interno da academia.
- **45 minutos** será o tempo máximo de

permanência de cada grupo de moradores para realização do treino.

- O atendimento obedecerá a capacidade máxima de **10 alunos por horário**.
- Haverá, incondicionalmente, um intervalo de 15 minutos entre os grupos de moradores, para assepsia do ambiente interno da academia.
- Expressamente proibida a entrada com mochilas e bolsas.
- Todos os equipamentos deverão ser higienizados, pelos moradores, a cada utilização, com álcool 70%.
- Fica expressamente proibido o uso de smartphones e similares, durante o treino.
- Moradores de quaisquer grupos de risco e/ou com sintomas da

COVID-19 estão proibidos de frequentar a academia, enquanto durar o alerta de pandemia.

- O agendamento do horário de treino deverá ser realizado de forma presencial, na entrada da academia;
- Os moradores poderão reservar três dias na semana para treino. Podendo agendar a partir de sexta-feira os treinos para a semana seguinte;
- Ao final dos 45 minutos de treino, irá soar um alarme informando o encerramento do treino;
- O cumprimento integral deste conjunto de normas/procedimentos vai garantir segurança e confiança em nosso serviço. Sejam zelosos.
- Lembre-se de organizar seu kit de treino, sua entrada será permitida

somente com ele.

O horário de funcionamento da academia será de SEG à SEX: **07h/22h**

KIT TREINO

- Garrafinha de Água - Máscara de Proteção - Toalha Individual
- Dispenser individual de álcool 70%

ESTÁ PROIBIDO A REALIZAÇÃO DE TREINO ACOMPANHADO POR PERSONAL TRAINER, NA ACADEMIA, NESTE PERÍODO DE PANDEMIA!

Todos os moradores terão sua temperatura aferida na entrada, pelo professor, com auxílio de um termômetro infravermelho.

Todas as normas que compõem este informativo deverão ser respeitadas e

seguidas.

Moradores que apresentarem temperatura corporal acima de **37,8 Graus Celsius** estão proibidos de realizar seu treino naquele dia.

QUAISQUER QUE SEJAM AS NORMAS DESRESPEITADAS DESTE CONJUNTO DE REGRAS, OU AINDA, INSISTÊNCIA DO MORADOR EM BURLAR E IGNORAR AS ORIENTAÇÕES REPASSADAS À ELE, ACARRETARÃO EM REGISTRO DE OCORRÊNCIA POR PARTE DOS RESPONSÁVEIS PELA ADMINISTRAÇÃO DO JARDINS MÔNACO, PODENDO INCIDIR EM SUSPENSÃO DO USO DA ACADEMIA POR 15 DIAS, PARA OS MORADORES INFRATORES.

Equipe de Esportes Jardins Mônaco.