



## REGULAMENTO INTERNO

---

1. O não pagamento da mensalidade resulta na impossibilidade de treinar.
2. O cliente compromete-se a ter a mensalidade paga até ao dia em que a mesma expira.
3. Os únicos clientes que poderão beneficiar do pagamento de meias mensalidades são os que pagam mensalidades de 65€ (2x/semana) ou 70€ (3x/semana). Todos os outros clientes que paguem Pack Família, Duo ou Pack Estudante, que pretendam ajustes de mensalidades terão de escolher pagar um valor de 40€ para treinar metade do mês ou 10€ por cada treino que pretendam fazer.
4. O cliente aceita que só poderá utilizar, dentro do condomínio, os dois lugares de estacionamento referentes ao estúdio. O não cumprimento desta regra resulta na impossibilidade de continuar a treinar no espaço.
5. O cliente compromete-se a usar toalha nos tapetes e nos bancos, bem como calçado limpo dentro do espaço. As idas ao pátio exterior obrigam à troca de sapatilhas.
6. Não são permitidas entradas no estúdio com sapatilhas usadas no exterior.
7. O cliente aceita que só poderá treinar mediante marcação prévia de um mínimo de 12h de antecedência.
8. O cliente aceita que o regime de treino é em grupo, com um mínimo de 3 pessoas.
9. Clientes que tragam crianças a acompanhar aceitam que estas não poderão usar o material de treino do estúdio.
10. O cliente compromete-se sempre a cancelar a sessão de treino a que não pretende vir.
11. Sempre que o cliente desejar treinar antes da hora marcada, deverá enviar previamente uma mensagem.
12. O cliente compromete-se a cumprir todas as regras do espaço.
13. O cliente aceita que o seu seguro anual seja cancelado em caso de inatividade por um período igual ou superior a três meses.
14. O cliente reconhece que o pagamento da mensalidade corresponde a um período mensal e não ao número de sessões realizadas. No caso de não conseguir usufruir do número de sessões de treino que

era suposto, o cliente poderá recuperar as sessões que ficaram para trás, mediante disponibilidade e agendamento prévio, não havendo lugar a qualquer redução ou ajuste no valor da mensalidade.

- 15.** Os clientes que atualmente beneficiam de valores de mensalidade antigos, caso parem de treinar e posteriormente decidam regressar, passam a estar sujeitos ao valor normal em vigor nessa altura.
- 16.** Nos casos em que exista um histórico de interrupções e regressos aos treinos sem aviso prévio, será cobrado o valor de 30€ referente à inscrição e seguro, sempre que a pessoa pretenda regressar.
- 17.** Os pacotes de treino Duo e Família foram descontinuados e ficam disponíveis apenas para os clientes que atualmente continuam a treinar. Não estarão disponíveis para novos clientes nem para clientes que interrompam os treinos e posteriormente regressem.
- 18.** Águas, toalhas e cafés devem ser pagos no momento. Caso o cliente não efetue o pagamento no momento, a despesa será adicionada à sua conta pessoal juntamente com a mensalidade.
- 19.** As sessões de treino têm a duração de 60 minutos. De forma a permitir uma conclusão tranquila da sessão, é concedida uma margem adicional de 20 minutos, destinada exclusivamente à finalização dos exercícios, alongamentos e organização do material. Desta forma, o tempo máximo de permanência no estúdio por sessão é de 80 minutos. Sempre que exista uma marcação no horário seguinte ou quando a lotação do estúdio assim o exija, o treino deverá ser encerrado impreterivelmente ao final dos 80 minutos, não sendo possível prolongar a permanência no espaço para além desse período. Esta medida visa garantir a organização do estúdio, o cumprimento dos horários e o conforto de todos os clientes.
- 20.** O cliente compromete-se a cumprir rigorosamente o horário previamente estabelecido para a sua sessão de treino. A pontualidade é fundamental para garantir o adequado cumprimento da duração da sessão e a organização do estúdio. A ocorrência reiterada de atrasos poderá comprometer a realização integral das sessões e, conseqüentemente, a continuidade dos horários previamente acordados.