



Regimento Interno Melhor Idade – 2023

1. Introdução: Este regimento tem como objetivo estabelecer as regras para a prática nas aulas de Dança da Melhor Idade na AAA.

2. Grade horária de aulas:

Dias	Horários	Aula	Local
3ª e 5ª FEIRA	16h15 /17h00	Dança	Sala 05 (piso superior da musculação)
4ª e 6ª FEIRA	08h15/09h00	Dança	Sala 03 (piso superior da musculação)
4ª e 6ª FEIRA	09h15/10h00	Dança	Sala 03 (piso superior da musculação)

3. Inscrições / Espera / Triagem de vagas / Matrícula: Os interessados deverão se inscrever no departamento de esportes ou pela internet (app ou site: secretaria web) entrando automaticamente na lista de espera, aguardando a vaga, a qual será atribuída via telefone. A triagem de vagas será realizada 01 vez por mês, onde consideramos a ordem cronológica de inscrição e excluindo os faltosos do mês anterior ou desistentes por outros motivos. A idade mínima para inscrição é de 55 anos completos.

4. PAR-Q/ATESTADO MÉDICO: A lei nº 16.724 de (22/05/18), alterou a lei anterior da exigência do atestado médico. Está instituído o Questionário de Prontidão para Atividade Física (PAR-Q) para pessoas até 69 anos de idade. Os menores de 18 anos deverão estar devidamente autorizados pelos pais, os quais são responsáveis para responder o questionário e assinar pelos mesmos. Para os alunos com 70 anos de idade ou mais, permanece obrigatória a apresentação do atestado médico de aptidão para prática de atividades físicas e deverá constar obrigatoriamente o nome completo do médico, número do CRM e eventuais observações relativas às especificidades de cada caso.

5. Limite de vagas: Cada turma terá o limite de 15 alunos.

6. Pontualidade / atraso: O horário do início das aulas deve ser respeitado e a tolerância máxima de atraso é de 10 minutos, sendo proibida a entrada após esse tempo.

7. Faltas e Atrasos: O aluno não poderá exceder o limite de 03 (três) faltas durante o mês, sem justificativa. Caso esse limite for excedido o aluno será excluído automaticamente e perderá sua vaga, podendo posteriormente fazer nova inscrição e aguardar nova chamada, exceto com apresentação de atestado médico. O principal critério para a manutenção da vaga é a frequência regular, sem exceder o limite de faltas permitido. Os atestados médicos de afastamento acima de 30 dias não serão aceitos para a manutenção da vaga (o aluno perderá sua vaga após esse período, porém ficará em 1º lugar na espera, para futura chamada). Não será permitida a prática de reposição de aulas. **Cada aluno poderá justificar até 02 semanas de faltas no ano letivo por motivo de viagem. A justificativa deverá ser feita antecipadamente por e-mail, por parte do aluno ou responsável e encaminhada ao departamento de esportes no endereço: dpesportes@piscinaararas.com.br, em nenhuma hipótese será aceita uma justificativa posterior a data da viagem / falta.** No caso de atraso ou saída antecipada da aula o aluno será notificado verbalmente, persistindo o problema o aluno não poderá adentrar na aula ou sair antecipadamente, visando o melhor aproveitamento pedagógico da aula. O aluno terá 10 minutos de tolerância para se apresentar à aula, após o tempo limite, o aluno não poderá participar da aula no dia em questão.

8. Vestuário e água: Os alunos deverão trajar roupas leves e flexíveis para a prática de atividades físicas. É necessário que a aluna traga uma garrafinha de água para a aula.

Departamento de Esportes AAA - ATUALIZAÇÃO – FEVEREIRO/2023

Eu, _____ declaro que recebi e estou ciente do conteúdo do regimento interno da Melhor Idade.

Data ____ / ____ / ____

Assinatura: _____