



Regulamento para o bom funcionamento das Piscinas

- A Carteira de Identificação precisa estar sempre em dia (exame médico e pagamento);
- É obrigatório o uso da touca, dos chinelos e da sunga ou maiô;
- É indispensável o uso do óculos de natação;
- O horário de aula deve ser respeitado;
- É obrigatório o uso da ducha;
- O material de aula é de seu uso, conserve-o;
- Pais e/ou responsáveis devem aguardar o aluno na arquibancada;
- Circular na área da piscina, somente em traje de banho;
- O aluno não sócio só poderá permanecer "na piscina" durante o horário de sua aula;
- O sócio, em período integral, tem direito ao uso de 1 (uma) raia livre na piscina de 25 metros, que será designada pelo professor do horário;
- Pais e/ou acompanhantes dos alunos são responsáveis pelos mesmos fora do horário de aula;
- Os meninos até 6 anos, podem utilizar o vestiário infantil;
- Deixe seus objetos pessoais no guarda-volumes;
- O banho rápido é economia de luz e água;
- Lanches e chicletes devem ficar fora da área da piscina;
- O lixo deve ser jogado na lixeira;
- Para uma boa higienização das piscinas, óleos e cremes não são boas opções.
- Se sua aula estiver próxima de alguma refeição, procure fazer uma alimentação leve e saudável;
- O mural é o seu guia de informações. Ele contém dicas de saúde, acontecimentos e novidades. Observe-o!!!;
- Avaliação física - verifique o seu percentual (%) de gordura (informe-se na Secretaria);
- Sugestões e/ou reclamações devem ser feitas na Coordenadoria do DAAF - Departamento de Atividades Aquáticas e Fitness.

"Nade com Saúde"

A Coordenação