



REGULAMENTO ESPECÍFICO DAS
ATIVIDADES DE FITNESS; SAÚDE E
BEM-ESTAR

(entrada em vigor setembro 2025)

Regulamento Específico das Atividades de Fitness; Saúde e Bem-Estar

	Índice
CAPÍTULO I -	3
Disposições Gerais -	3
Artigo 1º -	3
Finalidade -	3
CAPÍTULO II -	3
Admissão e condições de prática -	3
Artigo 2º -	3
Período Experimental -	3
Artigo 3º -	3
Taxa de Inscrição / Renovação -	3
Artigo 4º -	4
Mensalidades -	4
Artigo 5º -	4
Devoluções, Reclamações e Sugestões -	4
Artigo 5º - A -	4
Desistência e Condições de Reinscrição -	4
Artigo 6º -	5
Impossibilidade de realização de Treino -	5
Artigo 7º -	5
Seguro -	5
CAPÍTULO III -	5
Artigo 8º -	5
Funcionamento das Atividades -	5
CAPÍTULO IV -	6
Artigo 9º -	6
Aceitação e publicidade do regulamento -	6
Artigo 10º -	6
Bloco Normativo e Integração de Lacunas -	7
Artigo 11º -	7
Entrada em vigor -	7

Regulamento Específico das Atividades de Fitness; Saúde e Bem-Estar

CAPÍTULO I

Disposições Gerais

Artigo 1º

Finalidade

1. O presente regulamento define as regras de funcionamento e prática das atividades de Fitness, Saúde e Bem-Estar, na Sociedade Euterpe Alhandrense (SEA)
2. A assinatura do regulamento constitui a aceitação e compromisso de cumprir as normas estabelecidas por parte do Praticante ou respetivo Encarregado de Educação se o praticante for menor de idade.

CAPÍTULO II

Admissão e condições de prática

Artigo 2º

Período Experimental

1. Deve dirigir-se aos Serviços Administrativos da SEA e fazer uma inscrição para experimentar, assinando um termo de responsabilidade, pelo que no caso de acidente não tem de participar para efeitos de seguro.
2. O período experimental tem a validade de 1 aula, sem obrigatoriedade posterior de inscrição na SEA.
3. Findo o período experimental, o utente, se decidir continuar a praticar, tem de formalizar a inscrição junto dos Serviços Administrativos da SEA.

Artigo 3º

Taxa de Inscrição / Renovação

1. A inscrição/Ingresso faz-se consoante as vagas existentes para as mesmas.
2. Todos os utentes terão de ser sócios da Sociedade Euterpe Alhandrense.
3. Para frequentar as atividades de Fitness é obrigatório efetuar a inscrição e respetivos pagamentos.
4. Não é obrigatório apresentar atestado médico. De acordo com a legislação atual, “é obrigação do praticante assegurar-se, previamente, de que não tem quaisquer contraindicações para a prática desportiva” (Lei n.º 5/2007, Artigo 40º).

Regulamento Específico das Atividades de Fitness; Saúde e Bem-Estar

5. A inscrição implica o fornecimento dos dados solicitados bem como do pagamento da Taxa de Inscrição/renovação. A Taxa de Inscrição/Renovação anual é única e válida para o ano letivo em causa, independentemente da forma de acesso pretendida.
6. O pagamento da taxa de Inscrição/Renovação contempla o seguro de Acidentes Pessoais.

Artigo 4º

Mensalidades

1. Para além do pagamento das taxas, o início da prática pressupõe o pagamento da mensalidade, de acordo com a tabela de preços em vigor.
2. O pagamento da mensalidade deverá efetuar-se entre até ao dia 8 do mês a que se reporta.
3. O pagamento de metade da mensalidade, consistente na redução de 50% do valor total daquela, aplica-se às situações em que o Praticante se inscreva após o dia 15 do mês em causa.

Artigo 5º

Devoluções, Reclamações e Sugestões

1. Não é possível efetuar devoluções exceto em casos de atividades não realizadas pela Sociedade Euterpe Alhandrense. As devoluções só são feitas durante o ano letivo em causa e com apresentação do recibo. A devolução será processada por transferência bancária.
2. Um pedido de devolução, reclamação ou sugestão, deverá ser feito em impresso próprio, fornecido na receção, sendo que a Sociedade Euterpe Alhandrense se compromete a dar resposta num período máximo de dez dias úteis.
3. A desistência voluntária por parte do utente, independentemente da razão invocada, não confere direito a qualquer devolução do valor da mensalidade já paga, nem a compensações proporcionais ou créditos futuros, salvo decisão excepcional e fundamentada da Direção da SEA.

Artigo 5º - A

Desistência e Condições de Reinscrição

Regulamento Específico das Atividades de Fitness; Saúde e Bem-Estar

1. A desistência das atividades de Fitness deverá ser formalizada por escrito junto dos Serviços Administrativos da SEA, não sendo consideradas desistências com efeitos retroativos.
2. Os utentes que desistam no decurso da época desportiva e que pretendam retomar a atividade no ano letivo seguinte estão sujeitos ao pagamento da Taxa de Inscrição em vigor, não beneficiando do regime de renovação.
3. A reinscrição após desistência está condicionada à existência de vaga e à aceitação por parte da coordenação técnica, tendo em conta o perfil do praticante e o enquadramento da turma ou horário pretendido.

Artigo 6º

Impossibilidade de realização de Treino

1. No caso de ausência do professor da atividade, a aula em falta será compensada em data e hora a acordar com os utentes.
2. Quando não seja possível dar a aula por causas externas (falta de luz, ocupação do local da aula, etc.), não há direito a aula de compensação.

Artigo 7º

Seguro

1. Em caso de acidente na atividade ou demonstração, quando recorrer à assistência médica (centro de saúde, hospital, etc.), o utente tem:
 - 1.1. No prazo de um dia contado a partir da data da assistência médica, informar a direção da Sociedade Euterpe Alhandrense, para que possa ser acionado o seguro;
 - 1.2. Pagar as despesas que se mostrem devidas, as quais, posteriormente, são reembolsadas pela companhia seguradora.

CAPÍTULO III

Artigo 8º

Funcionamento das Atividades

1. Equipamento:

Regulamento Específico das Atividades de Fitness; Saúde e Bem-Estar

- 1.1. A roupa para a aula deve ser confortável e suficiente quente ou fresca conforme a época do ano.
- 1.2. Para praticar uma atividade, a utilização de toalha, roupa e calçado adequado e limpo é obrigatória.
2. Não é permitido ao utente utilizar ou manusear qualquer material ou equipamento sem autorização prévia de um técnico/professor ou funcionário.
3. Caso o utente não respeite estas regras é-lhe negado o acesso à instalação e/ou à prática desportiva.
4. Existe um balneário feminino e um balneário masculino. A entrada no balneário feminino é interdita a utentes do género masculino e a entrada no balneário masculino é interdita a utentes do género feminino.
5. A Sociedade Euterpe Alhandrense não se responsabiliza pela guarda nem pela perda e/ou desaparecimento de bens.
6. As atividades oferecidas poderão sofrer alteração de horário, designação ou professor, durante o ano letivo. Quando existir um número reduzido de utentes, a Sociedade Euterpe Alhandrense reserva-se no direito de cancelar, sem aviso prévio, os horários das aulas de Fitness, Saúde e Bem-Estar.
7. As promoções ou os produtos que sejam criados não terão quaisquer efeitos retroativos, isto é, apenas terão efeito a partir da data em que entrem em vigor e até ao final do período da sua existência.
8. Em caso de qualquer perturbação no funcionamento regular das atividades de Fitness, os utentes deverão seguir as indicações fornecidas pelos funcionários presentes.

CAPÍTULO IV

Artigo 9º

Aceitação e publicidade do regulamento

A frequência de alguma atividade do Fitness, pressupõe o conhecimento e a aceitação do presente regulamento, o qual será publicitado, em termos permanentes, na Secretaria da Sociedade Euterpe Alhandrense e nos locais e instalações de prática física e desportiva.

Artigo 10º

Regulamento Específico das Atividades de Fitness; Saúde e Bem-Estar

Bloco Normativo e Integração de Lacunas

1. O presente Regulamento integra o Bloco Normativo da Sociedade Euterpe Alhandrense, sendo interpretado e aplicado em conformidade com os Estatutos e o Regulamento Interno da Associação.
2. A integração de lacunas do presente regulamento compete à Direção da SEA, nos termos gerais de Direito, ouvidos os Diretores Técnicos de Atividades e ou de Instalações Desportivas, consoante a natureza da matéria incompleta e a lacuna a colmatar e preencher.

Artigo 11º

Entrada em vigor

O presente regulamento entra em vigor no início da época desportiva 2025/2026, aplicando-se a todas as inscrições em vigor e às futuras inscrições.

(aprovado em reunião de direção de 16 de julho de 2025)

A Direção