

REGULAMENTO INTERNO PISCINA MUNICIPAL DE CAMPO DE OURIQUE ÉPOCA 2021/22

BEM-VINDO AO GCP!

Começamos por agradecer a escolha que fez pela Piscina Municipal de Campo de Ourique, gerida pelo Ginásio Clube Português, na Época de 2021/2022.

Pela situação vivida, provocada pela pandemia COVID19, o presente regulamento foi elaborado, seguindo as recomendações da Direcção Geral da Saúde, decorrentes da situação pandémica e cumprindo as regras impostas em Maio de 2021. As mesmas poderão ser alteradas em função da evolução desta pandemia e das orientações que, entretanto, forem sendo emanadas pelas Entidades Órficiais, sendo elaborada uma adenda a este regulamento.

1. INFORMAÇÕES GERAIS:

- a. A Época inicia a 01 de Setembro de 2021 e encerra a 31 de Julho de 2022.
- b. A instalação estará encerrada em todos os feriados nacionais e municipais, acrescentando o dia 24 Dezembro, 3^a feira de Entrudo, Sábado Santo e de dia 1 a 31 de Agosto.
- c. Para além dos encerramentos indicados na alínea anterior, a Piscina pode ainda encerrar ao público total ou parcialmente, por outros motivos de força maior, nomeadamente: obras de reparação e beneficiação; obras de requalificação; realização de eventos desportivos; salvaguarda da segurança e saúde pública dos utentes. Estas encerramentos não implicam por parte da entidade gestora qualquer indemnização ou compensação aos utentes.

2. CONTINGÊNCIA E REGRAS GERAIS DE UTILIZAÇÃO DA PISCINA E BALNEÁRIOS PARA ÉPOCA 2021_2022:

Seguindo as medidas de contingência em vigor no mês de Maio de 2021, para actividades desportivas, teremos que manter a redução do número de utentes inscritos por aula, para o início da época 2021/2022. Esta situação poderá sofrer alterações até ao início da época ou no decorrer da mesma.

Estas regras são essenciais por questões de segurança e saúde pública, ou seja, para o bem de todos os que usufruem da piscina.

I. ACESSOS

- a. É obrigatório a utilização do cartão no acesso à piscina (torniquetes). O seu esquecimento obriga a retirar uma senha na recepção, aguardar pela sua vez no atendimento e solicitar que seja dado o acesso de forma manual (por questões do seguro desportivo e segurança). Esta norma é aplicada a todos os serviços existentes na Piscina Municipal de Campo de Ourique.
- b. É obrigatório o uso de máscara durante todos os percursos na instalação, nomeadamente, do balneário para cais de piscina e vice-versa, enquanto esta medida estiver imposta pelo Governo. É obrigatório higienizar as mãos à entrada da instalação.



c. É obrigatório a utilização de fatos de banho para piscina de licra e justos ao corpo, touca e chinelos limpos (não utilizados na rua). Para utentes do género feminino é obrigatório o uso de fato de banho desportivo de peça única.

d. Não emprestamos fatos de banho, chinelos, toucas ou óculos de natação, por questões de higiene e saúde pública.

e. O acesso ao cais de piscina, apenas é permitido a utentes enquadrados em aulas ou utilização livre. Pontualmente e com a autorização dos professores, na intenção da integração de crianças com dificuldades, poderá ser permitido a permanência de um acompanhante em cais de piscina.

f. A entrada em cais de piscina está condicionada à utilização de calçado adequado ou protecção de sapatos.

g. Os acompanhantes deverão aguardar nas bancadas ou no exterior;

h. É obrigatório tomar banho antes da utilização da piscina, assim como a remoção de maquilhagem e creme corporal.

II. TEMPO DE UTILIZAÇÃO E PERMANÊNCIA

a. As aulas em grupo têm a duração de 45 minutos, excepto as aulas de bebés que são de 30 minutos. O acesso aos balneários é feito 15 minutos antes da aula começar. De seguida os utentes devem dirigir-se para a zona limpa de espera em cais de piscina. No final da aula, os utentes, têm 30 minutos para sair das instalações.

b. Aos utentes inscritos em aula, e aquando da participação nas mesmas, não é permitido a utilização da piscina fora do seu horário. Só poderão entrar na água após indicação do respectivo professor. Após o término da aula deverão abandonar o cais de piscina.

c. Aulas em que os utentes não consigam comparecer não são compensadas.

d. Aulas que ocorrem em feriados não são compensadas.

e. Aulas que sejam suspensas por motivos de força maior, nomeadamente conspurcação, não são compensadas.

f. A utilização em regime livre (UL) tem a duração de 45 minutos em cais de piscina. O acesso aos balneários pode ser feito 15 minutos antes e após o término do tempo de reserva para UL têm 30 minutos para sair das instalações.

g. As aulas individuais de natação podem ter a duração de 30, 45 ou 60 minutos, consoante o serviço adquirido.

h. O serviço de intervenção terapêutica e de reabilitação (ITR) tem a duração de 60 minutos.

III. BALNEÁRIOS

a. A Piscina Municipal de Campo de Ourique disponibiliza 3 balneários: um feminino, um masculino e um infantil.

b. Pela sua dimensão, o balneário infantil, destina-se a crianças não autónomas acompanhados por 1 adulto do género oposto à criança. Crianças acompanhadas por adulto do mesmo género terão que utilizar o balneário correspondente ao género.

c. Crianças com idade igual ou superior a 8 anos, deverão que ser autónomas em balneário não sendo permitida a entrada de acompanhante.



d. A utilização da piscina e dos balneários (tomar banho) por acompanhantes de crianças, sem estarem enquadrados em regime de utilização livre ou aulas carece de um pagamento de senha de utilização livre correspondente ao horário.

e. Numa fase inicial a utilização de secadores de mãos e cabelo estarão suspensos, situação que vamos avaliando.

IV. CACIFOS

a. Nos balneários, todos os bens têm de ser guardados nos cacifos, que estarão identificados para o efeito. Por segurança deve utilizar um cadeado para bloquear o acesso ao mesmo.

b. A PMCO não assume responsabilidades sobre furtos ou danos em bens pessoais de utentes.

c. Os cacifos são para utilização durante o tempo de permanência nas instalações. Cadeados deixados nos cacifos são cortados ao final do dia.

V. RECOLHA DE IMAGENS

a. Não é permitido fazer qualquer recolha de imagem ou áudio de utentes da piscina durante a sua utilização.

3. DADOS GERAIS DE PAGAMENTO:

a. A inscrição em aulas é válida por uma época desde que não interrompa os pagamentos das mensalidades. Caso interrompa terá de realizar nova inscrição. A taxa de inscrição/renovação é paga no acto da mesma.

b. A mensalidade de Julho é regularizada, em tranches iguais, juntamente com a terceira e quarta mensalidade.

c. O pagamento do primeiro mês da época é realizado no acto da renovação/inscrição. Nas mensalidades seguintes a data limite de pagamento é dia 10 do mês respectivo. Após dia 10 acresce uma sobretaxa de 2,5€ só sendo possível frequentar a piscina após pagamento da mensalidade.

d. Para utilização livre o utente está isento de taxa de inscrição, tendo somente que adquirir um cartão de utente. O agendamento só é possível após carregamento do cartão de utente com pacotes 10 entradas, válidas por 1 ano.

e. A frequência de aulas individuais só é possível após aquisição das respectivas aulas. Os pacotes de 10 (mais 1 aula de oferta) têm a validade de 1 ano. As aulas avulsas têm a validade de 1 mês.

f. SEGURO: Aquando da renovação/inscrição será cobrado um valor de 5,00€ relativo ao ressarcimento com o seguro de atletas, válido para uma época desportiva, independentemente do momento de entrada e saída. A franquia de abertura de seguro passa a ser da responsabilidade do GCP. Esta apólice tem a cobertura para despesas de tratamento de 5.000,00€

I. OPÇÕES DE PAGAMENTO:

a. Anual por Transferência Bancária, o pagamento apenas é considerado como realizado, quando recebido o respectivo comprovativo para piscina@gcp.pt.

b. Mensal, por Débito Directo, processado ao dia 1 de cada mês ou Transferência Bancária, só considerada válida após envio de comprovativo para piscina@gcp.pt até ao dia 10 de cada mês.

c. Mensal, ao balcão da recepção, somente para pagamentos com cartão.

4. CANCELAMENTOS E SUSPENSÕES:

a. A suspensão ou cancelamento deverá ser realizada até ao dia 20 do mês anterior ao qual se destina o pedido. Os mesmos só serão considerados quando formalizados por email ou escrito. O mês ou meses transactos em que foi solicitado o cancelamento, terão que ser regularizados na totalidade da mensalidade.

b. A não presença nas aulas no período anterior ao pedido, não poderá ser utilizada como argumento para o não pagamento, pois a vaga na classe foi mantida até à data do pedido, não sendo possível a ocupação dessa vaga por pessoas que se encontram em lista de espera.

c. Quando houver um cancelamento, caso decida regressar na mesma época desportiva, terá de realizar uma nova inscrição, com cobrança de uma taxa de nova inscrição.

d. A falta de pagamento é considerada cancelamento ao último dia do mês por regularizar. O utente é retirado da turma, ficando o valor em dívida, da mensalidade e sobretaxa, que terá que ser regularizada no acto de uma nova inscrição.

5. RENOVAÇÕES

a. A renovação da inscrição é a continuidade de vínculo à Piscina de Campo de Ourique / Ginásio Clube Português, cuja época termina a 31 de Julho.

b. Renovação é o período exclusivo para Utentes com inscrição activa na época que estiver a decorrer, os quais terão prioridade na inscrição.

c. Para a renovação da inscrição, os utentes inscritos nas classes têm que já ter efectuado ou efectuarem, obrigatoriamente, o pagamento das mensalidades até Julho.

d. O pagamento da mensalidade de Setembro, para quem renova, é realizado no acto da renovação.

e. No caso de cancelamento ou não frequência do mês de Setembro as taxas e mensalidades pagas no acto da renovação não são restituídas.

f. Alunos com competências adquiridas para mudança de nível serão identificados pelos professores até ao final do mês de Maio, ficando essa informação registada no seu processo individual e comunicado ao Encarregado de Educação.

g. As datas em que ocorrem as renovações e os procedimentos inerentes são comunicadas aos utentes até ao final do mês de Maio.

6. NOVAS INSCRIÇÕES

a. Para inscrição na escola de natação, deverá realizar a marcação de teste, para o email piscina@gcp.pt. Após realização de teste e aferição de nível poderá finalizar a sua inscrição, mediante a existência de vaga no nível do aluno e no horário pretendido.

7. AVALIAÇÕES (NATAÇÃO) E RENOVAÇÕES:

São realizados 2 momentos de avaliação:

a. Avaliação intercalar em Janeiro;

b. Avaliação Final com indicação de nível para a Época seguinte em Maio.



8. CONDIÇÕES PARA AULAS INDIVIDUAIS

I. OBJECTIVOS

a. O serviço de aulas individuais consiste em sessões treino/aula organizadas, planeadas e orientadas para ir ao encontro das necessidades de quem as contrata, podendo ser realizadas individualmente, a par ou trio. Serão orientadas por professores de natação/técnicos de actividade física devidamente credenciados e especializados para o efeito.

b. Este serviço encontra-se direccionado para:

Quem pretende um plano individualizado de treino no meio aquático; Superação de dificuldades na adaptação ao meio aquático, como o pânico de água; Aprendizagem ou aperfeiçoamento das técnicas de nado; Maior comodidade e eficácia, face à maior liberdade de marcação das aulas; Retorno à actividade física mais leve, pelo facto de o meio aquático proporcionar um menor impacto a nível osteoarticular.

II. INFORMAÇÕES GERAIS

a. Pelo serviço de aulas individuais, o Ginásio Clube Português compromete-se a elaborar um plano de treinos direccionado, exclusivamente, para ir ao encontro das suas necessidades, capacidades físicas e interesses. Realizar o acompanhamento, presencial, de todas as sessões, por um técnico devidamente credenciado.

b. A contratação do serviço de aulas individuais pressupõe a leitura e aceitação de todas as normas presentes no regulamento da instalação.

c. Cada aula poderá ter a duração de 30, 45 ou 60 minutos consoante o serviço contratado.

d. As sessões serão marcadas com o consentimento do utente, pelo professor que, para o efeito, irá reservar no horário pretendido um espaço para a realização da aula.

e. O cancelamento de sessões marcadas deverá ser feito com uma antecedência mínima de 12 (doze) horas, para piscina@gcp.pt. Na falta deste procedimento será considerada realizada e, como tal, cobrada ao utente.

III. PROCEDIMENTOS DE UTILIZAÇÃO DA INSTALAÇÃO

Aquando da chegada à instalação, o utente deverá:

a. Passar o cartão no torniquete para que seja descontada a aula.

b. Possuir o equipamento obrigatório, nomeadamente: chinelos específicos para uso na instalação, touca e fato de banho indicados para a prática.

c. Solicitar uma toalha, junto da recepção, para uso no local.

d. Dirigir-se ao balneário 10 minutos antes da hora marcada para o início da aula.

e. Dentro do balneário usar apenas as áreas identificadas para o efeito, guardando todos os seus pertences num dos cacifos que se encontram à disposição.

f. Após entrada no cais de piscina deverá aguardar, na zona definida, pelo professor.

g. Terminada a aula, deverá dirigir-se para o balneário.

h. No caso de aulas leccionadas a crianças não é permitida a permanência de acompanhante em cais de piscina.

i. A hora de início e fim da aula serão respeitados, não havendo direito a prolongamento da mesma por atrasos do utente.



1. UTILIZAÇÃO LIVRE (UL)

I. HORÁRIOS

a. A utilização livre está limitada à existência de pistas disponíveis, que garantam o distanciamento de segurança. O mapa de pistas disponíveis pode ser ajustado mensalmente.

b. Para utilização livre, a permanência nas instalações é de 1h30 minutos máximo, (pode entrar 15 minutos antes da marcação, 45 minutos para nadar e 30 minutos após a marcação para utilização dos balneários).

II. AQUISIÇÃO DE SENHAS

a. Para poder realizar utilização livre o utente tem que ter uma ficha com os seus dados, adquirir um cartão e realizar um carregamento do mesmo antecipadamente.

b. Os carregamentos são em pacotes de 10 senhas.

** Pode solicitar o carregamento por email, piscina@gcp.pt, realiza a transferência bancária e envia comprovativo para piscina@gcp.pt.*

III. AGENDAMENTO

a. O agendamento é obrigatório e é realizado pela aplicação disponibilizada pelo Ginásio Clube Português. Poderá agendar utilizações livres com uma antecedência máxima de 5 dias e mínima até ao início da utilização. O débito de senhas é realizado na marcação.

b. O cancelamento deverá ser efectuado com 2 horas de antecedência. Caso não cancele a marcação esta será considerada efetuada e cobrada.

c. Para finalizar a sua utilização tem que passar o cartão nos torniquetes. Se ultrapassar o tempo disponibilizado em cada bloco de UL o sistema desconta uma segunda senha.

IV. CARACTERÍSTICA DAS PISTAS DE UTILIZAÇÃO LIVRE

No regime de Utilização Livre são estabelecidos 3 níveis, em função das capacidades dos utentes, podendo estar reservadas pistas diferenciadas, nos períodos estabelecidos para o efeito.

a. A Pista Lenta destina-se aos utentes que não nadam continuamente.

b. A Pista Rápida está direccionada para quem domina perfeitamente uma ou mais técnicas, nadando de uma forma contínua e sem paragens.

c. A Pista Recreativa, está direccionada para utilização por crianças com pais e para a realização de exercícios "tipo hidroginástica", que não necessitam de um deslocamento na totalidade da pista.

d. Na piscina de 25 metros, quando está somente 1 pista disponível para UL, é considerada por defeito pista rápida, quando estão 2 pistas disponíveis é considerada 1 pista rápida e 1 pista lenta. Quando estão 3 pistas disponíveis, é considerada 1 pista recreativa, 1 pista lenta e 1 pista rápida. No tanque de aprendizagem, a UL, é sempre considerada recreativa.



**GINÁSIO
CLUBE
PORTUGUÊS**



2. ÁGUA E TRATAMENTO:

a. Água é tratada com Hipoclorito de Sódio (Cloro), tendo um sistema complementar de tratamento de Lâmpadas UV.

b. Considerando a utilização multidisciplinar da instalação, torna-se impossível disponibilizar uma temperatura de água ideal para todas as situações. Desta forma, respondendo aos requisitos legais e considerando esta utilização multidisciplinar, a piscina de 25 metros, tem programada uma temperatura média de 29,0°C e o Tanque de aprendizagem de 30,0°C.

c. Sempre que ocorrerem acidentes fecais ou de vômito, situações alheias ao GCP, o tanque será encerrado para tratamento de choque pelo tempo necessário para garantir a qualidade da água que cumpra os pressupostos exigidos pela legislação vigente, salvaguardando a saúde pública. Sempre que possível no mesmo horário, e desde que se mantenham as condições de segurança necessárias para o efeito, as aulas serão dadas no outro tanque. Caso não seja possível ou ocorram acidentes em ambos os tanques, as aulas serão canceladas, não havendo direito a compensação.

**PARA O ESCLARECIMENTO DE QUALQUER DÚVIDA,
VISITE WWW.GCP.PT OU CONTACTE-NOS 213 869 541 / PISCINA@GCP.PT**

