

Regimento Interno - YOGA

1- Introdução -

Este regimento tem como objetivo estabelecer regras para a prática de Yoga na AAA.

2- Horário das aulas:

Dia	Horário
Segunda feira	15:00 as 16:30; 17:00 as 18:30; 19:00 as 20:30 hs.
Terça feira	7:00 as 8:30 hs.
Quinta feira	7:00 as 8:30; 15:00 as 16:30; 17:00 as 18:30; 19:00 as 20:30 hs.
Sábado	7:00 as 8:30 hs.

3- Inscrição:

Antes do inicio da prática de YOGA os associados deverão se inscrever no Departamento de Esportes.

4- Atestado Médico:

É obrigatória a apresentação de Atestado Médico que habilite o associado a pratica de atividades físicas, conforme **lei estadual 10848/2001**, com carimbo, CRM e assinatura do médico.

5- Ficha de Saúde:

É obrigatório o preenchimento da Ficha de Saúde (em anexo a este regimento), sendo seu teor de inteira responsabilidade do associado.

6- Vagas:

O numero de vagas será limitado de acordo com a capacidade do espaço físico.

7- Pontualidade e frequência:

Como a pratica é coletiva a pontualidade no inicio das aulas e a frequência devem ser respeitadas.

8- Material:

Visando segurança indica-se o uso de MAT (Tapete para Yoga).

Eu, _____ estou ciente do conteúdo deste Regimento Interno de Yoga.

Data ___/___/___.

Assinatura: _____