

Horário de funcionamento – Ginásio municipal - AguiarFit

- O horário de funcionamento, é de 2^af a 6^af e será dividido em 4 turnos:

Turno 1: 14h00 – 15h30

Turno 2: 15h45 – 17h00

Turno 3: 17h15 – 18h30

Turno 4: 18h45 – 20h00

O horário está dividido por turnos, para evitar contato entre utentes que entram ou saiam. Desta forma entram todos á hora marcada e têm de sair todos à hora marcada.

Nos 15 minutos de intervalo entre turnos, será feita a desinfeção dos equipamentos utilizados.

Local de pagamento e cartões disponíveis

- Os cartões disponíveis para aquisição são os seguintes:

Cartão fitness – 20 euros / mês

Cartão de 10 entradas – 18 euros

Neste período, as senhas de treino não estão disponíveis para venda.

- O local de venda é na câmara municipal no atendimento. O horário é o seguinte: 9h – 12h30 e 14h – 16h. No ginásio não se vendem senhas ou os cartões.

Regras de Funcionamento

- É proibida a entrada a utentes com sintomas de febre, tosse, dores musculares, dificuldade respiratória súbita ou com outros sintomas gripais.
- É obrigatório o uso de máscara até a entrada do espaço de treino;
- Desinfetar as mãos á entrada de cada espaço;
- Não é permitido o contato físico, quer entre técnicos, funcionários e praticantes, quer entre praticantes (salvo situações de emergência);
- É obrigatório o uso de toalha;
- É obrigatório o uso de luvas de dedos.
- Não pode ser utilizado o calçado vindo da rua. É obrigatório trazer calçado para ser utilizado no ginásio.



Município de Aguiar da Beira

Complexo Desportivo de Aguiar da Beira – Ginásio AguiarFit

- Treino máximo de treino é de 75 minutos.
- É proibido o uso de colchões ou equipamentos com superfícies porosas.
- Sempre que precisar de algum equipamento de treino, solicite o mesmo ao professor.
- Sempre que uma sala apresente a lotação máxima, é proibida a entrada dos utentes até que haja vagas disponíveis.
- Só permitido a entrada no ginásio municipal a utentes com idade igual ou superior a 14 anos. Uteses com idade inferior não poderão entrar mesmo acompanhados por adultos.
- Não é permitida a utilização dos balneários, os utentes devem vir equipados de casa.
- É permitida a utilização das instalações sanitárias que se encontram no mesmo piso do ginásio municipal.

Lotação máxima instantânea

De acordo com as recomendações da DGS, que propõe 3 metros entre pessoas durante o exercício físico, a lotação máxima de cada espaço é o seguinte:

Sala de musculação: 4 pessoas

Sala de cárdio: 5 pessoas

Sala de dança: 4 pessoas



Município de Aguiar da Beira

Complexo Desportivo de Aguiar da Beira – Ginásio AguiarFit

Regras de funcionamento dos campos de ténis

- O horário de funcionamento, é de 2^af a 6^af e será dividido em 4 turnos:
Turno 1: 14h00 – 15h30
Turno 2: 15h45 – 17h00
Turno 3: 17h15 – 18h30
Turno 4: 18h45 – 20h00
- Para solicitar a abertura dos campos de ténis, os utentes devem dirigir-se ao ginásio e solicitar abertura dos mesmos a um dos técnicos presentes

Local de marcação e pagamento

O local de marcação e pagamento é na câmara municipal no atendimento.

O horário é o seguinte: 9h – 12h30 e 14h – 16h.

O custo do aluguer de um campo de ténis é 1.5 euros / hora.

As marcações ao fim de semana têm de ser efetuadas e pagas no atendimento da câmara municipal.