

# INFORMATIVO BOX



Atualizado em 05/01/2022

**LEIA COM ATENÇÃO ESSE REGULAMENTO, POIS A NÃO OBSERVÂNCIA DE QUALQUER DOS ITENS PODERÁ ACARREJAR SANÇÕES IMPOSTAS PELA DIRETORIA.**

1. Todo regulamento disciplinar estatutário da Associação Esportiva Mocoquense, também será aplicado em inteiro teor nas dependências do BOX AEM CROSS;
2. Para fazer uso do BOX AEM CROSS, os associados deverão estar devidamente matriculados na ACADEMIA, em dia com a taxa de anuidade e com os demais documentos exigidos;
3. Recolher na Secretaria do Clube as taxas de acordo com as opções a seguir:

**📌 PLANO VIP - R\$ 45,00**

Com direito a fazer até 100 (cem) aulas mediante CHECK-IN a ser feito através do App CrossX;

➤ A taxa trimestral é intransferível e terá validade de 05 (cinco) meses corridos, após esse período deverá ser paga novamente e em caso de desistência do associado, não haverá devolução da taxa;

**📌 AULA AVULSA - R\$ 5,00**

Com direito a fazer a quantidade de aulas adquiridas, mediante CHECK-IN a ser feito através do App CrossX;

4. As turmas serão compostas por no máximo **16 (dezesesseis)** associados;
5. O Associado terá direito apenas a 01 (uma) ÚNICA AULA EXPERIMENTAL, para tanto deverá se dirigir ao Departamento de Esportes para agendar o seu horário;
6. Horários de Aulas e Coaches disponíveis:

HORÁRIOS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SABADO	FERIADO
07h30	Rodolfo	Rodolfo	Rodolfo	Rodolfo	Rodolfo		
08h00						Rodolfo	Rodolfo
08h30	Rodolfo	Rodolfo	Rodolfo	Rodolfo	Rodolfo		
11h00	Rodolfo	Rodolfo	Rodolfo	Rodolfo	Rodolfo		
16h00	Nathalia	Nathalia	Nathalia	Nathalia	Nathalia		
17h00	Rodolfo	Nathalia	Rodolfo	Nathalia	Rodolfo		
18h00	Rodolfo	Nathalia	Rodolfo	Simone	Rodolfo		
19h00	Rodolfo	Nathalia	Rodolfo	Simone	Nathalia		

**Os horários das aulas estão sujeitos a variações que melhor se adaptem às necessidades da Associação Esportiva Mocoquense e/ou dos Associados.**

7. Os associados deverão baixar o App CrossX através dos links abaixo:

iOS: <https://apps.apple.com/br/app/crossx/id1021204358>

Android: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.startapps.crossx>

8. Os associados após pagamento da taxa na secretaria da AEM, deverão se dirigir ao Departamento de Esportes com o comprovante de pagamento para validar o CHECK-IN, a validação do CHECK-IN no App ocorrerá em até 24h;
9. Cada associados poderá participar de **no MÁXIMO 01 (UMA) AULA por DIA;**
10. O CHECK-IN para garantir a sua participação na aula, estarão liberados sempre 24 (vinte e quatro) horas antes do horário previsto para cada uma das aulas a serem ministradas;
11. O Associado caso não for conseguir participar da aula agendada, deverá **CANCELAR** seu CHECK-IN em até **01 (uma) HORA ANTES DO HORÁRIO PREVISTO PARA O INÍCIO DA AULA;**

☎ (19) 3656-0030

f aemmococa 📷 aemmococa

📍 Praça Bárbara Eufrausina de Lima, nº 10

Vila Quintino

Mococa/SP

CEP: 13.730-330

www.aem.com.br

# INFORMATIVO BOX



Atualizado em 05/01/2022

12. O Coach irá CONFIRMAR nominalmente cada CHECK-IN efetuado antes do início de cada aula e poderá impedir o associado de fazer aula, caso o mesmo não tenha feito o CHECK-IN corretamente pelo app;
13. Os associados que efetuaram seu CHECK-IN pelo App terão prioridade na ocupação das vagas para a aula, desde que esteja presente na conferencia que será feita pelo COACH antes do início da aula, findada a conferencia de presença o COACH poderá CANCELAR o check-in dos associados ausentes e validar o check-in outro associado devidamente matriculado e que esteja presente no BOX aguardando uma vaga na aula;
14. Não será permitida a entrada após o início da aula, a tolerância máxima será de 05 (cinco) minutos;
15. **NÃO É PERMITIDA A ENTRADA NO BOX AEM CROSS EM TRAJE DE BANHO, MOLHADO, DESCALÇO; BEM COMO O USO DE ROUPAS E CALÇADOS INAPROPRIADOS (CALÇA JEANS, SUNGAS, MAIÔ E BIQUÍNI SEM CAMISETA, CHINELO, SANDÁLIA, SAPATO).**
16. Homens e mulheres devem:
- 📍 Usar roupas adequadas à prática esportiva;
    - Homens poderão treinar sem camisa e mulheres de top;
  - 📍 Utilizar tênis adequado e outros acessórios necessários;
    - Em movimentos específicos será permitida a execução sem tênis;
  - 📍 Trazer uma toalha de rosto para higiene pessoal durante a aula;
17. Não é permitida a entrada e/ou permanência de **MENORES DE 14 ANOS** nas dependências do BOX AEM CROSS;
- Para participar das aulas aos associados deverão ter no mínimo **14 ANOS, nascidos em 2008**;
  - Os associados entre 14 e 17 anos devem ainda preencher a ficha de autorização dos pais e/ou responsáveis legais;
  - Excepcionalmente por indicação médica, mediante autorização prévia da Diretoria, menores de 14 anos poderão ser liberados para a prática de atividade física recomendada pelo médico;
18. É **DEVER DO ASSOCIADO**:
- 📍 **NO INÍCIO DA AULA:**
    - **MONTAR E DESMONTAR OS MATERIAIS A SEREM UTILIZADOS NA AULA;**
  - 📍 **AO TÉRMINO DA AULA:**
    - **HIGIENIZAR E GUARDAR NOS DEVIDOS LUGARES TODOS OS MATERIAIS UTILIZADOS;**
19. Não será permitida a entrada nas aulas no BOX AEM CROSS com alimentos e bebidas, salvo garrafas plásticas com água ou isotônicos para a hidratação;
20. Não será permitido no BOX AEM CROSS, por parte dos Coaches, alunos e/ou convidados, a divulgação e comercialização de qualquer tipo de artigos, produtos e serviços;
21. Não será permitido fazer uso do BOX AEM CROSS sem a presença de um Coach responsável e a entrada nas aulas somente será liberada com a presença do Coach;
22. As aulas somente poderão ser ministradas por Coaches da AEM e os alunos devem respeitar as orientações dos coaches durante as aulas;
23. Não são permitidas aulas **PARTICULARES** e **PERSONAL TRAINER** nas dependências BOX AEM CROSS;
- Os coaches são funcionários do Clube e não podem exercer a função de personal trainer;
24. É terminantemente **PROIBIDO FUMAR** nas dependências do BOX AEM CROSS;
25. Todos os pertences perdidos nas dependências do BOX AEM CROSS serão encaminhados ao setor de achados e perdidos;
26. Deve-se respeitar o horário de funcionamento do BOX AEM CROSS;

☎ (19) 3656-0030

f aemmococa 📷 aemmococa

📍 Praça Bárbara Eufrausina de Lima, nº 10

Vila Quintino

Mococa/SP

CEP: 13.730-330

www.aem.com.br

# INFORMATIVO BOX



*Atualizado em 05/01/2022*

**27.** Todos os funcionários da AEM, bem como todos os Coaches, Associados, Diretores e Conselheiros, uma vez presentes no BOX AEM CROSS têm autoridade para ajudar fiscalizar a disciplina e o cumprimento deste Regulamento.

**28.** O não cumprimento do presente REGULAMENTO poderá ser passível de advertência, suspensão, etc. ao associado de acordo com o Estatuto Social da AEM.

Maiores informações no Departamento de Esportes:

**De 2ª a 6ª Feira das 08h30 as 11h30 e das 13h00 as 17h00**

**Telefone: (19) 3656-0030**

**Recepção: Michele de Moura**

**Coordenador de Esportes: Flávio Campos**

**Gerente Geral: Rogério Silva**

**E-mail: [esportes@aem.com.br](mailto:esportes@aem.com.br)**

 **(19) 3656-0030**

 **aemmococa**  **aemmococa**

 **Praça Bárbara Eufrausina de Lima, nº 10**  
**Vila Quintino Mococa/SP CEP: 13.730-330**

**[www.aem.com.br](http://www.aem.com.br)**