



## **NORMAS DAS AULAS E DA UTILIZAÇÃO DO ESPAÇO KEISEI**

Estas normas de aulas e utilização do espaço tem como intenção assegurar um ambiente seguro, organizado e produtivo para todos os alunos e atletas da Keisei. As regras visam promover a segurança e o bem-estar, garantindo que as atividades sejam realizadas de maneira segura e que o espaço seja utilizado de forma eficiente e ordenada. A organização e a limpeza também são enfatizadas para criar um ambiente agradável e funcional, enquanto o cumprimento de horários assegura que todos possam usufruir dos recursos de maneira justa.

### **DA OBRIGATORIEDADE DO USO DO KIMONO E DO VESTUÁRIO ADICIONAL**

**USO DO KIMONO BRANCO.** Todos os alunos são obrigados a utilizar um kimono branco durante todas as aulas e atividades na Keisei. O kimono deve estar em perfeitas condições de conservação e limpeza para manter a identidade e a imagem da equipe Keisei.

**CONSERVAÇÃO DO KIMONO.** Cada aluno é responsável pela aquisição, manutenção e conservação do seu kimono branco. A Keisei não se responsabiliza por danos, perdas ou extravios do kimono e outros vestuários pessoais.

**PATCH COM A LOGO DA KEISEI.** Embora não seja obrigatório adquirir o kimono diretamente da Keisei, é necessário que todos os kimonos possuam o patch com a logo da equipe Keisei para manter a identidade visual uniforme.

**AULAS SEM KIMONO.** Durante as aulas sem kimono, os alunos devem utilizar bermuda branca ou preta apropriada para artes marciais e uma camiseta ou rashguard branca ou preta.

#### **ESPECIFICAÇÕES DE VESTUÁRIO:**

- **Camisetas.** Devem ser fabricadas em tecido elástico, ajustadas ao corpo, cobrindo a linha da cintura da bermuda. Cores permitidas: preta ou branca.
- **Bermudas.** Sem bolsos, botões ou cordões expostos que possam representar riscos. O comprimento deve ser de pelo menos abaixo da metade da coxa até o máximo do joelho. Cores permitidas: preta ou branca.



- **Calças.** Permitidas sob a bermuda, devem ser de tecido elástico, ajustadas ao corpo. Cores permitidas: preta ou branca.

## HORÁRIO DAS AULAS

**HORÁRIOS E ACESSO.** Os alunos e atletas devem respeitar os horários de funcionamento da academia. O acesso ao espaço deve ser feito apenas durante o horário permitido e autorizado pela administração.

**HORÁRIOS DAS AULAS.** Os alunos e atletas só poderão participar das aulas correspondentes a sua faixa de acordo com os horários de aulas programados pela academia. Em caso de alunos das turmas infantis, deve-se observar a idade e a orientação dos instrutores.

## DA LIMPEZA E DA CONSERVAÇÃO DA ESTRUTURA

**HIGIENE PESSOAL.** É fundamental que todos os alunos mantenham uma higiene pessoal adequada, incluindo unhas cortadas e limpeza corporal, para evitar ferimentos durante os treinos evitar contaminações.

**UTILIZAÇÃO DE CHINELOS.** O uso de chinelos ou calçados apropriados fora do tatame é recomendado para manter a higiene e evitar contaminações.

**CUIDADOS COM O TATAME.** O tatame deve ser mantido limpo e livre de sujeira. Antes de entrar no tatame, os alunos devem garantir que seus pés estejam limpos e sem objetos cortantes que possam danificá-lo.

**PROIBIÇÃO DE ALIMENTOS E BEBIDAS NO TATAME.** É estritamente proibido consumir alimentos e bebidas no tatame ou em áreas de treino. Áreas designadas para alimentação devem ser utilizadas para esse fim.

**MANUTENÇÃO DO ESPAÇO.** Todos os alunos têm a responsabilidade de manter a academia limpa e organizada. Equipamentos e materiais devem ser devolvidos aos seus locais adequados após o uso.



**CUIDADO COM A ESTRUTURA.** É crucial o cuidado à estrutura física da academia. Danos ou problemas devem ser reportados imediatamente ao responsável pela administração da academia.

**USO ADEQUADO DOS EQUIPAMENTOS.** Equipamentos da academia devem ser utilizados corretamente, de acordo com as orientações dos instrutores. O uso inadequado pode causar danos e comprometer a segurança dos praticantes.

**LIMPEZA DOS ESPAÇOS COMUNS.** É responsabilidade de todos manterem os espaços comuns limpos e organizados. Isso inclui áreas como vestiários, salas de aula e áreas de convivência.

**DESCARTE DE RESÍDUOS.** Todos os resíduos devem ser descartados nos locais apropriados, seguindo as normas de reciclagem e descarte estabelecidas pela academia.

Como administração da Keisei, reforçamos nosso compromisso em oferecer um ambiente de treino seguro, organizado e produtivo para todos os nossos alunos e atletas. A adesão a estas normas é essencial para garantir o bom funcionamento da academia e a integridade de todos os participantes. Portanto, contamos com a colaboração de cada um para mantermos nossos padrões elevados de segurança, conservação, respeito e disciplina. Agradecemos o empenho de todos para fazer da Keisei um espaço onde o respeito e a excelência se encontram.

23 de julho de 2024

FILIPPI SOTO MATTOS