



PORTARIA Nº 022/2026 - AESJ **DE 13 DE OUTUBRO DE 2026**

REGULAMENTO INTERNO DA ACADEMIA

A Diretoria da Associação Esportiva São José por seu Presidente e Diretor de Esportes e Recreação no uso de suas atribuições estatutárias, **RESOLVE**:

O presente Regulamento tem por objetivo estabelecer as normas para utilização da Academia, garantindo segurança, organização, conservação dos equipamentos e boa convivência entre todos os usuários.

1. HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO

De segunda a sexta-feira:

- * Associados: das 06h00 às 12h00
- * Horário exclusivo para colaboradores: das 12h00 às 13h00
- * Associados: das 13h00 às 21h00

Aos sábados:

- * Das 08h00 às 12h00

A Academia permanecerá fechada fora dos horários estabelecidos, salvo programação ou autorização específica da Diretoria.

2. CAPACIDADE E AGENDAMENTO

A capacidade máxima da Academia será de 35 pessoas por hora, podendo chegar a 45 pessoas.

O agendamento prévio pelo aplicativo oficial do Clube é obrigatório para utilização da Academia.

O associado deverá realizar seu próprio agendamento, respeitando os horários e a disponibilidade apresentada no aplicativo.

O acesso estará condicionado ao agendamento realizado no aplicativo e ao limite de capacidade estabelecido.

3. IDADE MÍNIMA

www.aesj.com.br

Acompanhe nas redes sociais:

f aesjclub e i aesjsjc v aesj tv

Clube de Campo Santa Rita

Av. Linneu de Moura, s/n

Conj. Res. Jd. Golfe - São José dos Campos - SP

Tel.: +55 12 3949.9494

Ginásio Linneu de Moura

Travessa César Leite, 345

Centro - São José dos Campos - SP

Tel.: +55 12 3921.8669

M.F.D.S.

J.M.A.L.



A idade mínima para utilização da Academia será de 13 anos completos.

Usuários menores de 18 anos deverão cumprir as normas específicas estabelecidas pela instituição e as orientações dos profissionais responsáveis.

4. ACESSO E UTILIZAÇÃO

O acesso será permitido exclusivamente aos usuários devidamente autorizados e com o respectivo agendamento.

O acesso é pessoal e intransferível, sendo proibido facilitar ou permitir a entrada de terceiros.

Os procedimentos de acesso, incluindo aplicativo e reconhecimento facial, quando disponíveis, deverão ser obrigatoriamente respeitados.

5. UTILIZAÇÃO DOS EQUIPAMENTOS

Os equipamentos deverão ser utilizados exclusivamente para sua finalidade e de acordo com as orientações dos profissionais da Academia.

Durante períodos de maior movimento, deverá prevalecer o bom senso e o revezamento dos equipamentos.

Não será permitido permanecer ocupando aparelhos por longos períodos sem utilização efetiva, inclusive durante o uso de telefone celular.

É proibido reservar aparelhos ou equipamentos para uso posterior.

Anilhas, halteres, barras, colchonetes e demais acessórios deverão ser devolvidos aos locais apropriados imediatamente após a utilização.

É proibido retirar, deslocar ou alterar equipamentos sem autorização.

Qualquer defeito ou irregularidade deverá ser comunicado imediatamente ao profissional responsável.

6. EQUIPAMENTOS DE CARDIO

O tempo máximo de utilização dos equipamentos de cardio será de 30 (trinta) minutos por usuário, especialmente nos períodos de maior demanda.

Após o período estabelecido, o equipamento deverá ser liberado para utilização de outro associado.

Não será permitida a reserva de esteiras, bicicletas, elípticos ou qualquer outro equipamento de cardio.

7. PERSONAL TRAINER

É proibida a atuação de personal trainer particular nas dependências da Academia.

Não será permitida a entrada ou permanência de profissional externo com a finalidade de prestar acompanhamento, orientação ou treinamento individualizado a associados dentro da Academia.

www.aesj.com.br

Acompanhe nas redes sociais:

f aesjclub e i aesjsjc v aesj tv

Clube de Campo Santa Rita

Av. Linneu de Moura, s/n

Conj. Res. Jd. Golfe - São José dos Campos - SP

Tel.: +55 12 3949.9494

Ginásio Linneu de Moura

Travessa César Leite, 345

Centro - São José dos Campos - SP

Tel.: +55 12 3921.8669

M.F.D.S.

J.M.A.L.



A orientação dos usuários será realizada exclusivamente pelos profissionais autorizados pela instituição, dentro de suas respectivas atribuições.

8. HIGIENE, VESTIMENTA E ORGANIZAÇÃO

É obrigatória a utilização de roupas e calçados adequados à prática de atividade física.

Não será permitido realizar exercícios descalço ou utilizando calçados que possam comprometer a segurança.

O usuário deverá colaborar com a higienização dos equipamentos após sua utilização, seguindo os procedimentos disponibilizados pela Academia.

Bolsas, mochilas e demais objetos pessoais não poderão permanecer nas áreas de circulação ou junto aos equipamentos.

9. CONVIVÊNCIA

Todos deverão manter comportamento respeitoso e cordial com associados, colaboradores, professores e demais usuários.

Não serão tolerados agressões, ameaças, intimidações, ofensas, discriminação, assédio ou qualquer comportamento incompatível com o ambiente social e esportivo da instituição.

É proibida a utilização de caixas de som ou reprodução de áudio que possa incomodar os demais usuários. Para áudio individual, deverão ser utilizados fones de ouvido.

O uso de telefone celular não poderá prejudicar a utilização ou o revezamento dos equipamentos.

Fotografias e filmagens não poderão interferir no funcionamento da Academia, bloquear equipamentos ou expor indevidamente outros usuários.

10. ALIMENTAÇÃO E BEBIDAS

Não será permitido o consumo de alimentos na área destinada aos exercícios.

Será permitido o consumo de água e bebidas apropriadas à prática esportiva em recipientes adequados e devidamente fechados.

É proibido o consumo de bebidas alcoólicas e o uso de cigarros, cigarros eletrônicos ou similares nas dependências da Academia.

11. OBJETOS PESSOAIS

Cada usuário é responsável por seus objetos pessoais.

A instituição não se responsabiliza por objetos deixados ou esquecidos nas dependências da Academia, observadas as disposições legais aplicáveis.

12. DESCUMPRIMENTO DO REGULAMENTO

www.aesj.com.br

Acompanhe nas redes sociais:

f aesjclub e i aesjsjc v aesj tv

Clube de Campo Santa Rita

Av. Linneu de Moura, s/n

Conj. Res. Jd. Golfe - São José dos Campos - SP

Tel.: +55 12 3949.9494

Ginásio Linneu de Moura

Travessa César Leite, 345

Centro - São José dos Campos - SP

Tel.: +55 12 3921.8669

M.F.D.S.

J.M.A.L.



O descumprimento das normas poderá resultar em orientação, advertência e demais medidas administrativas previstas nas normas e regulamentos da instituição.

Em situações que envolvam risco à segurança, desrespeito aos demais usuários ou utilização inadequada dos equipamentos, o usuário poderá ser orientado a interromper imediatamente a atividade.

Casos omissos ou situações excepcionais serão analisados pela Diretoria responsável.

13. DISPOSIÇÕES FINAIS

A utilização da Academia implica ciência e cumprimento deste Regulamento e das demais normas internas da instituição.

As regras têm como objetivo proporcionar um ambiente seguro, organizado, respeitoso e agradável para todos.

Respeite o espaço. Respeite os equipamentos. Respeite as pessoas.

Esta Portaria entra em vigor nesta data.

São José dos Campos, 13 de outubro de 2026.

MARCELO F.

SANTOS

Marcelo Fonseca dos Santos
Presidente da Diretoria Executiva

Thiago M. A.

Lozon

Thiago Marcondes Amaro Lozon
Diretor de Esportes e Recreação

www.aesj.com.br

Acompanhe nas redes sociais:

f aesjclub e i aesjsjc v aesj tv

Clube de Campo Santa Rita

Av. Linneu de Moura, s/n

Conj. Res. Jd. Golfe - São José dos Campos - SP

Tel.: +55 12 3949.9494

Ginásio Linneu de Moura

Travessa César Leite, 345

Centro - São José dos Campos - SP

Tel.: +55 12 3921.8669

M.F.D.S.

T.M.A.L.

COMPROVANTE DE ASSINATURA ELETRÔNICA



Portaria 022

ID única do documento: #y3prsttT2ftnWWmkBvmWe7dqj4l51gcL

Este Log é exclusivo ao documento #y3prsttT2ftnWWmkBvmWe7dqj4l51gcL e deve ser considerado parte do mesmo, com os efeitos prescritos nos [Termos de Uso](#).

Assinatura e histórico

Thiago M. A.
Lozon

Nome completo: Thiago Marcondes Amaro Lozon
CPF: 224.675.508-50
Data de nascimento: 22/05/1982
E-mail ou telefone: 12981290005
Endereço de IP: 2a09:bac2:860:1773::256:22
Data e hora da assinatura: 15/10/2026 10:47:14

Geolocalização

Serimbura, CEP 12244-380, São José dos Campos, São Paulo - Brasil (aproximada)

Latitude: -23.188042414606418, **Longitude:** -45.9219554346492

O documento não foi modificado, a assinatura eletrônica é válida para LTV. Assinatura com validade jurídica conforme a lei 14.063 na modalidade de 'Assinatura eletrônica avançada', Art. 4º.

Autenticidade deste documento poderá ser verificada em:
<https://app.assinadoc.com/validate/y3prsttT2ftnWWmkBvmWe7dqj4l51gcL>

Histórico do DOC



Código: Y3PR
Validação do ITI



ITI
Instituto Nacional de
Tecnologia da Informação



ntp.br

Datas e horários baseados no
fuso horário (GMT -3:00) em Brasília, Brasil
Sincronizado com o NTP.br e Observatório Nacional (ON)

M.F.D.S.

COMPROVANTE DE ASSINATURA ELETRÔNICA



Portaria 022

ID única do documento: #y3prsttT2ftnWWmkBvmWe7dqj4l51gcL

Este Log é exclusivo ao documento #y3prsttT2ftnWWmkBvmWe7dqj4l51gcL e deve ser considerado parte do mesmo, com os efeitos prescritos nos [Termos de Uso](#).

Assinatura e histórico

MARCELO F.
SANTOS

Nome completo: MARCELO FONSECA DOS SANTOS

CPF: 159.594.848-11

Data de nascimento: 22/12/1971

E-mail ou telefone: 12981492539

Endereço de IP: 189.127.2.146

Data e hora da assinatura: 15/10/2026 11:11:20

O documento não foi modificado, a assinatura eletrônica é válida para LTV. Assinatura com validade jurídica conforme a lei 14.063 na modalidade de 'Assinatura eletrônica avançada', Art. 4º.

Autenticidade deste documento poderá ser verificada em:
<https://app.assinadoc.com/validate/y3prsttT2ftnWWmkBvmWe7dqj4l51gcL>

Histórico do DOC



Código: Y3PR
Validação do ITI



Datas e horários baseados no
fuso horário (GMT -3:00) em Brasília, Brasil
Sincronizado com o NTP.br e Observatório Nacional (ON)