

- O Protocolo Geral deverá ser obedecido;
- As academias poderão funcionar de segunda-feira a domingo, inclusive feriados, sem restrição de horário e aquelas localizadas em Shopping Centers e Centros Comerciais, caso haja concordância da administração dos empreendimentos e sejam mantidos corredores de acesso independentes, também poderão funcionar nos mesmos dias e sem restrição de horário;
- O limite máximo de ocupação será de 75% da capacidade total do estabelecimento;
- Na chegada aos estabelecimentos, a temperatura dos colaboradores, prestadores de serviço e clientes deve ser aferida, e aqueles com resultado igual ou superior a 37,5°C devem ser direcionados para acompanhamento de saúde adequado;
- O agendamento prévio do horário de treino é obrigatório, sendo vedado o acesso às academias fora do horário reservado;
- No momento da entrada dos clientes nas academias, um atendente deverá confirmar o agendamento prévio do horário para realizar a liberação;
- Não devem ser utilizados leitores biométricos para liberação da entrada, que poderá ser autorizada através da comunicação do CPF ou número de matrícula;
- Sempre que possível, deverão ser designadas portas específicas para entrada e saída de clientes e demarcados com sinalização no chão, fluxos de circulação interna, de modo a evitar o cruzamento de pessoas;
- É recomendado o uso de tapetes higienizadores para limpeza dos pés nas entradas do estabelecimento;
- Os protocolos geral e setorial e a capacidade máxima de pessoas simultâneas na academia de acordo com este protocolo deverão ser afixadas em locais visíveis ao público e próximos às entradas dos estabelecimentos;
- Não poderão ser realizados eventos de reabertura;
- O uso de máscaras é obrigatório durante todo o período de permanência dos alunos, inclusive na realização de atividades aeróbicas e crossfit;
- Cada aluno deve higienizar o aparelho, equipamento e/ou utensílios antes e após seu uso, com álcool 70% ou similar, devendo o estabelecimento orientar e fiscalizar seus alunos;
- Não poderá haver compartilhamento de equipamentos, aparelhos e quaisquer utensílios;
- Fica proibida a realização de exercícios ou movimentos em dupla, trio ou grupo;
- Deverão ser disponibilizados kits de limpeza em pontos estratégicos das áreas de musculação e peso livre, contendo toalhas de papel e produto específico de higienização para que os clientes possam usar nos equipamentos de treino, como colchonetes, halteres e máquinas. No mesmo local, deve haver orientação para descarte correto e imediato das toalhas de papel;
- Durante o horário de funcionamento, cada área do estabelecimento deverá ser fechada, em um intervalo máximo de 2 horas, para limpeza geral e desinfecção dos ambientes;
- Em caso de atividades de crossfit ou semelhante, os equipamentos devem ser de uso individual e o posicionamento de cada aluno deve ser demarcado no solo, respeitando as regras de distanciamento mínimo de 1,0m.



- As aulas de crossfit deverão ter duração máxima de 50 minutos, com intervalo mínimo de 10 minutos entre elas, para higienização dos equipamentos e dos espaços, sempre mantendo janelas e portas abertas, quando possível;
- As aulas coletivas terão duração máxima de 50 minutos, com intervalo mínimo de 10 minutos entre elas para higienização dos equipamentos e dos ambientes, e o espaço de cada aluno deverá ser demarcado no chão, observado o afastamento mínimo de 1,0m;
- No espaço das aulas coletivas fica proibida a permanência de pessoas que não tenham agendamento para horário específico;
- Deverá ser comunicado aos clientes que, caso desejem utilizar toalhas ou garrafas de água, estas serão, obrigatoriamente, de uso pessoal e não poderão ser emprestadas ou compartilhadas;
- Deverá ser mantido o afastamento entre os equipamentos de, no mínimo, 1,0m de distância, inclusive esteiras, bicicletas e similares e aqueles que não atendam ao distanciamento mínimo deverão ser isolados por meio de barreiras físicas e permanecer desligados;
- Deverá ser delimitado com marcação no chão o espaço em que cada cliente deve se exercitar nas áreas de peso livre e nas salas de atividades coletivas, sempre considerando o distanciamento mínimo de 1,0m;
- O consumo de alimentos fica permitido somente nas áreas das cantinas e lanchonetes;
- Os sanitários deverão dispor de pias, preferencialmente sem acionamento manual, com água, sabão, papel toalha e lixeira com tampa e acionamento por pedal, sendo vedado o uso de secadores de mãos automáticos;
- Próximo a todos os lavatórios, devem ser afixadas instruções sobre a correta higienização das mãos, inclusive quanto à forma correta de fechamento das torneiras de acionamento manual;
- Fica proibido o uso de saunas, banhos turcos, jacuzzis, poltronas de massagem e similares;
- Quando possível, as portas dos sanitários, vestiários e outras áreas de uso comum deverão permanecer abertas para beneficiar a ventilação e evitar o uso de maçanetas e puxadores;
- Os bebedouros não poderão ser utilizados;
- A utilização das piscinas das academias está autorizada, desde que observados os seguintes requisitos:
 - a) a qualidade da água deverá ser verificada conforme previsto na Norma Técnica NBR 10818/2016 e caso os resultados não atendam aos requisitos desta, a piscina deverá ser interditada até que os parâmetros estabelecidos sejam alcançados;
 - b) as aulas nas piscinas terão duração máxima de 50 minutos, com intervalo mínimo de 10 minutos entre elas para higienização de escadas, suportes e dos ambientes;
 - c) é obrigatório afixar, em locais visíveis ao público e próximo aos acessos às piscinas, a capacidade máxima de pessoas que podem utilizar este espaço simultaneamente;
 - d) deve ser mantido um distanciamento mínimo de 1,0m entre os alunos dentro das piscinas e em todos os momentos em que estiverem sem máscara;
 - e) cada raia poderá ser utilizada por, no máximo, 4 (quatro) pessoas simultaneamente, sendo duas em cada cabeceira;
 - f) os alunos deverão higienizar as mãos com álcool 70% e tomar banho imediatamente antes e depois de utilizarem a piscina, exclusivamente em duchas localizadas nas áreas externas, que não poderão ser utilizadas por outros alunos;



- g) os suportes para toalhas e demais utensílios pessoais deverão ser individuais e terão que ser higienizados após cada utilização;
 - h) não é permitido o compartilhamento ou empréstimo de toalhas ou outros utensílios de uso pessoal;
 - i) a disponibilização, empréstimo ou compartilhamento de equipamentos utilizados nas piscinas, como pranchas, macarrão, pullbuoy e assemelhados, estão condicionados à higienização destes antes e após cada uso;
 - j) fica proibido o uso de calçados utilizados no ambiente externo ao da academia, após passar pelo lava pés e/ou ducha externa.
- Deverá ser permitido, quando solicitado, o congelamento de planos de clientes acima de 60 anos;
 - As cantinas e lanchonetes poderão funcionar, desde que obedeçam às medidas previstas no protocolo setorial para restaurantes, bares, lanchonetes e similares;
 - Quando possível, deve-se manter as portas e janelas abertas para melhorar a ventilação do local e, no caso de ambiente refrigerado, o sistema deve ser mantido em ventilação, não podendo ficar no modo de recirculação do ar; as academias em Shopping Centers e Centros Comerciais devem observar as regras definidas para esses empreendimentos no caso de ambientes refrigerados;
 - As academias situadas em áreas comuns de prédios e condomínios edilícios poderão funcionar desde que obedeçam às medidas estabelecidas no Protocolo Geral e, no que couber, neste protocolo, além de outras regras estabelecidas pelos respectivos condomínios.

