

# 1



# 5

## ANOS COM HISTÓRIA



# REGULAMENTO

## ANO DESPORTIVO 2025/2026

### CONTACTO

INFORMAÇÕES

913368803

[infosportginastica@gmail.com](mailto:infosportginastica@gmail.com)

COORDENAÇÃO

963480798

[sportginastica@gmail.com](mailto:sportginastica@gmail.com)

### HORÁRIO DE ATENDIMENTO

17:00 às 21:00

### LOCAL

FACULDADE DE DESPORTO

[WWW.GYMSPORT.ORG](http://WWW.GYMSPORT.ORG)

[www.facebook.com/sportclubdoportoginastica](https://www.facebook.com/sportclubdoportoginastica)

[@ginasticasport](https://www.instagram.com/ginasticasport)

## APRESENTAÇÃO

Ao iniciar este novo ano desportivo de 2025-26, saudamos todos os nossos ginastas, treinadores, pais e encarregados de educação, assim como os demais colaboradores, garantindo-lhes que continuaremos a fazer tudo para que possam sentir-se bem nesta nossa “família da ginástica” do Sport Club do Porto.

Sejam bem-vindos!

Para conhecer um pouco da nossa história, resultados desportivos e todas as atividades organizadas pela Secção de Ginástica, visite o nosso site em [www.gymsport.org](http://www.gymsport.org); o Facebook em [www.facebook.com/sportclubdoportoginastica](https://www.facebook.com/sportclubdoportoginastica) e o Instagram em [@ginasticasport](https://www.instagram.com/ginasticasport).

## REGULAMENTO GERAL

### 1) Inscrições e Revalidações

- A inscrição nas classes de ginástica está exclusivamente disponível para sócios do SPORT CLUB DO PORTO.
- Novas inscrições e/ou inscrições por validar serão remetidas para lista de espera no caso das vagas das classes se encontrarem preenchidas.

### 2) Duração do Ano Desportivo

- O calendário de atividades decorre de 15 de setembro a 15 de julho. Na 2ª quinzena de julho e 1ª quinzena de setembro, haverá um programa de Aulas Semanais de Verão (Programa e condições a divulgar).

### 3) Descontos por Agregados Familiares

- Famílias com mais de um praticante (irmãos/irmãs) beneficiam de um desconto de 5%, não acumulável com outros descontos (trimestral ou anual).

### 4) Horários de Treino

- Todos os horários de treino poderão estar sujeitos a ajustes e alterações ao longo do ano.

### 5) Exame Médico Obrigatório para todos os praticantes

- a. O “exame médico desportivo” tem que ser feito no modelo oficial do IPDJ ([documento p/ a realização do exame](#)). O exame poderá ser realizado nas nossas instalações após inscrição, médico particular ou Centro de Medicina.
- b. A partir dos 6 anos, os exames realizados num médico particular têm de ser acompanhados por uma eletrocardiograma.

### 6) Seguro Desportivo

- O seguro é obrigatório (artigo 2.º do decreto-lei 10/2009) e deverá ser regularizado no ato da inscrição/renovação.

### 7) Pagamentos

- A frequência aos treinos do Clube só é permitida mediante a regularização dos pagamentos das mensalidades e quotizações do mês corrente e/ou atrasadas.

### 8) Responsabilidade sobre Bens Pessoais

- O clube não se responsabiliza por quaisquer danos, perdas ou furtos de bens durante as aulas e treinos.

### 9) Equipamento Desportivo:

- a. Todos os/as ginastas inscritos na Secção de Ginástica, têm de adquirir o *KIT* básico - [t-shirt do clube](#). (classes de Formação Geral, Gym Dance e Aparelhos, Ginástica de Aparelhos, TopGym e GPT) para utilizarem nos eventos realizados pelo clube.
- b. Os ginastas que participam em competições distritais e/ou nacionais, têm de adquirir o *KIT* competição (GAF t-shirt, fato de treino, maillot; GAM- t-shirt, fato de treino, maillot, calção e calças compridas) para se poderem apresentar nas competições oficiais (obrigatoriedade imposta pelas regras da Federação de Ginástica de Portugal)

### 10) Direito de Admissão

- O clube reserva-se ao direito de admitir e manter a frequência dos praticantes nas suas atividades.

### 11) Outras Situações

- Todas as situações não contempladas neste regulamento geral deverão ser tratadas no balcão de atendimento ou com a Coordenação de Secção de Ginástica do Sport Club do Porto.

## INSCRIÇÕES / RENOVAÇÃO

No ato da sua inscrição/renovação (anual), o praticante ou o seu representante legal no caso dos ginastas menores de idade, deve:

### 1. Ser sócio do SPORT CLUB DO PORTO

Preencher e assinar a proposta de sócio para os novos alunos (a partir dos 18 anos). No caso de ginastas menor de idade, será sócio o seu representante legal e o praticante ficará isento de quota.

### 2. Estar filiado na Federação de Ginástica de Portugal (FGP). Após envio dos dados pelo clube para a FGP, o ginasta ou seu representante legal receberá informação para validar os seus dados pessoais da filiação.

## NORMAS DOS PAGAMENTOS

### 1) Os praticantes podem optar pelo pagamento mensal, trimestral ou anual. Não é possível o pagamento parcial da mensalidade.

Os praticantes que optarem pelo pagamento trimestral ou anual beneficiarão de um desconto. O pagamento do trimestre ou anual, deverá ser feito **no primeiro mês a que se refere o trimestre ou o ano**.

### 2) Nos pagamentos trimestral e anual com desconto, **não estão incluídos os meses de setembro e de julho**.

- Na opção de pagamento mensal, o praticante deverá liquidar, **no 2.º mês e no 3.º mês, o mês em curso e o último mês do respetivo ano desportivo** (ou meio mês no caso das classes que só funcionam até ao dia 15/07).

- Na opção de pagamento trimestral, o praticante deverá pagar **o último mês do respetivo ano desportivo, na altura da liquidação do 1.º trimestre**.

### 3) O pagamento do último mês do ano **NÃO É REEMBOLSÁVEL**, independentemente da frequência ou não durante esse mês.

### 4) O pagamento das mensalidades, **deverá** ser feito por multibanco - **pagamento de serviços**:

No final do mês anterior ao pagamento devido de cada mensalidade, o praticante receberá um aviso de cobrança com a indicação da Entidade, Referência e Montante a pagar, que deverá liquidar **até ao prazo estipulado no aviso de cobrança**.

**CASO O PAGAMENTO NÃO SE VERIFIQUE NESSE PRAZO, O VALOR A PAGAR SERÁ ACRESCIDO DE 5€ DE PENALIZAÇÃO (a cobrar no mês seguinte).**

### 5) Os pagamentos das mensalidades **devem ser regularizados na íntegra independentemente da frequência ou não da totalidade das aulas** (casos excecionais a serem analisados pela Coordenação da Secção)

### 6) O pagamento das inscrições em competições **não está incluído na mensalidade**.

### 7) No mês de **janeiro** devem ser pagas as duas competições distritais e em **março** a/as competição/ões nacional/ais.

a. O calendário das competições será divulgado atempadamente após o início das atividades;

b. Só será feita a inscrição em competição após confirmação e pagamento da mesma. Todas as inscrições em competição têm de ser realizadas até 1 mês antes da data de realização da competição, não sendo o valor reembolsável no caso de impossibilidade de participação.

# Secção de Ginástica - SPORT CLUB DO PORTO

Estrada da Circunvalação, nº 15687 4100-183 PORTO

## Época Desportiva 2025 / 2026

Coordenação Administrativa e Técnica: Prof.ª Doutora Alda Côte-Real



### INFORMAÇÕES

[infosportginastica@gmail.com](mailto:infosportginastica@gmail.com)

913 368 803

(chamada para rede móvel nacional)

### COORDENAÇÃO DA SECÇÃO DE GINÁSTICA

[sportginastica@gmail.com](mailto:sportginastica@gmail.com)

963 480 798

(chamada para rede móvel nacional)



### Apoios:



12/09/25