

# **PROTOCOLO DE PROCEDIMENTOS E NORMAS PARA A REABERTURA E RETOMADA DAS ATIVIDADES DO **CLUBE SOCIAL****

Protocolo atualizado dia 27/11/2020



A elaboração desse material tem como objetivo promover a reabertura e retomada das atividades do clube com condições de conforto e segurança para associados e colaboradores, seguindo orientações das autoridades de saúde, da Portaria da Prefeitura da Cidade de São Paulo N° 683, de 27 de junho de 2020, publicada no Diário Oficial dia 27/06/2020, do Sindi Clube e outras orientações do Comitê Interno de Segurança e Saúde do clube.

Este material servirá como guia normativo e orientativo para todas as áreas do Clube Social, incluindo situações específicas em ocasiões em que o local assim exigir, e sua atualização será constante, de acordo com a publicação de novas orientações e/ou normas dos órgãos públicos.

## **1. Informações gerais**

- Abertura e horário de funcionamento
- Espaços abertos e fechados

## **2. Regras de segurança**

- Aferição de temperatura
- Uso de máscara facial
- Higienização das mãos
- Orientação de uso da biometria
- Visitantes e convidados
- Aglomerações
- Grupos de risco
- Limpeza e higienização
- Carrinhos elétricos

## **3. Áreas abertas**

- Café 1914
- Lanchonete do Parquinho
- Quadras de tênis

- Solarium
- Departamento médico
- Portarias
- Academia de Musculação
- Quadra de Areia
- Piscina Olímpica
- Piscinas aquecidas
- Churrasqueiras
- Cultura e Arte
- Patinação
- Sócio Desportivo
- Futmesa
- Massagem
- Fisioterapia

## **4. Central de atendimento**

## **5. Comunicação**

**1.**

***INFORMAÇÕES  
GERAIS***



ABERTURA E HORÁRIO DE  
***FUNIONAMENTO***



# 17 de outubro de 2020

## Horário de funcionamento

Terça a sexta-feira – 06h às 22h

Sábados, domingos e feriados – 06h às 19h



# ESPAÇOS **ABERTOS**

Seguindo as normas da Portaria da Prefeitura da Cidade de São Paulo N° 683, de 27 de junho de 2020, publicada no Diário Oficial dia 27/06/2020, do Sindi Clube e outras orientações do Comitê Interno de Segurança e Saúde do clube, estão autorizadas as aberturas das seguintes áreas.

- Vias de circulação do Clube Social (Alamedas)
- Quadras de Tênis
- Quadra de Areia
- Academia de Musculação
- Solarium
- Vestiário
- Café 1914
- Lanchonete do Parquinho
- Terraço Palestra Italia
- Restaurante Jardim Suspenso
- Lanchonete do Solarium
- Espaço Gourmet
- Departamento Médico do Prédio Poliesportivo e do Conjunto Aquático
- Departamento de Cobrança
- Portarias (Palestra Italia, Padre Antonio Tomás e Estacionamento Allianz Parque)
- Sala do Tênis de Mesa
- Prédio Poliesportivo (apenas para aulas da Coordenadoria)
- Quarto andar do prédio multiuso
- Salão de Sinuca
- Conjunto Aquático



ESPAÇOS

***FECHADOS***

De acordo com a portaria da Prefeitura da Cidade de São Paulo N° 683, de 27 de junho de 2020, do Sindi Clube e do Comitê Interno de Segurança e Saúde do clube e visando a proteção e manutenção da saúde dos associados, os seguintes espaços permanecerão fechados, com suas atividades suspensas.

- Prédio Multiuso – 2º andar (Aikidô, Boxe e Futebol de Mesa)
- Salas de Ginástica do 3º andar
- Brinquedoteca
- Sala de Ginástica do Palácio do Tênis
- Varanda do Palácio do Tênis
- Equipamentos de exercícios externos
- Quadra Poliesportiva do Parquinho
- Parquinho
- Fraldário do Parquinho
- Sauna

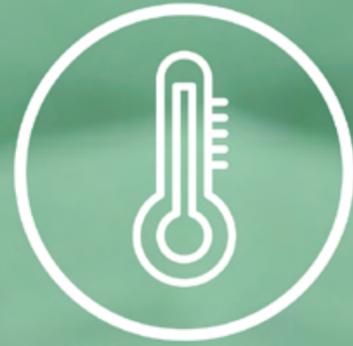
A retomada das atividades exigirá trabalho diário e conjunto daqueles que frequentam o clube, para assim conseguirmos garantir a segurança da Família Palmeiras, que é formada por todos nós associados e colaboradores.

Além dos procedimentos apresentados aos associados, a SEP criou um rígido protocolo visando à segurança de nossos colaboradores.

***A garantia de um ambiente seguro e saudável é de responsabilidade de todos.***



# ***REGRAS DE SEGURANÇA***



AFERIÇÃO DA  
***TEMPERATURA***

- A aferição da temperatura será obrigatória para acesso ao Clube Social;
- Não será permitida a entrada daqueles que apresentarem temperatura superior a 37,7° C;
- A orientação será para que o associado procure atendimento médico de sua confiança;
- Também orientamos àqueles que apresentarem sintomas de gripe e/ou similares aos da COVID-19 que procurem seu médico e evitem frequentar o clube por um período de 15 dias para descartarmos qualquer risco de contaminação.



USO DE

**MÁSCARA FACIAL**

É obrigatório o uso de máscara de proteção facial para acesso e permanência nas dependências do Clube Social da Sociedade Esportiva Palmeiras, inclusive durante a prática de exercícios físicos conforme **Decreto Estadual 64.959/2020 e Resolução SS 96, de 29 de junho de 2020.**





# HIGIENIZAÇÃO ***DAS MÃOS***

Uma das principais medidas de prevenção da COVID-19 é a constante higienização das mãos;

- O Clube Social foi equipado com dispensadores de álcool em gel 70% em todas as áreas de acesso, com informações detalhadas de como higienizar as mãos;
- Também afixamos em todos os banheiros material orientativo quanto ao correto procedimento de como lavar as mãos com água e sabão;
- Lembrem-se, somente com a ajuda de todos poderemos combater a contaminação em nosso ambiente. **Higienize suas mãos, salve vidas.**





ACESSO AO

***CLUBE SOCIAL***

Orienta-se ***preferencialmente o uso da carteirinha*** para acesso nas catracas das portarias. Se usar a biometria, higienizar as mãos com álcool em gel 70% antes e depois da entrada.



# VISITANTES E ***CONVIDADOS***

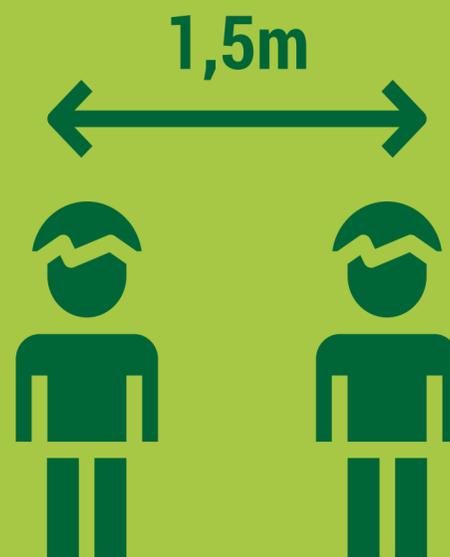
Visando à segurança e o combate de contaminação da COVID-19, o acesso de visitantes e convidados está **suspenso** por tempo indeterminado.



# ***AGLOMERAÇÕES***

Para a segurança de todos deve-se evitar aglomerações, sejam em ambientes abertos ou fechados.

## RECOMENDAÇÃO



**Manter distanciamento de ao menos  
1,5 m de outras pessoas**



GRUPO DE  
**RISCO**

- De acordo com a Portaria da Prefeitura da Cidade de São Paulo N° 683, de 27 de junho de 2020, do Sindi Clube e do Comitê Interno de Segurança e Saúde do clube orientamos que pessoas que compõem os Grupos de Risco mantenham-se em casa, enquanto não há segurança definitiva para o contato sem risco com outras pessoas;
- Estão classificados nestes Grupos de Risco, por estarem mais suscetíveis às complicações da COVID-19:

## 1. Idosos

## 2. Gestantes/Puérperas

## 3. Portadores de Doenças Crônicas como:

- Diabetes
- Cardiopatias
- Hipertensão
- Asma



LIMPEZA GERAL E  
***HIGIENIZAÇÃO***

Nossa equipe de limpeza foi cuidadosamente treinada de acordo com os protocolos e orientações dos órgãos de saúde. Mas isso só não basta, precisamos da colaboração e empenho de todos. Sempre joguem o lixo no lixo e evitem deixar restos de comida e embalagens usadas em cima das mesas. **NÃO** alimentem os pombos.

Algumas ações que foram tomadas:

- Instalação de lixeiras específicas para o descarte de máscaras e luvas com acionamento por pedal;
- Aumento do número dos dispensadores de álcool e comunicação orientativa de higienização;
- Desativação dos bebedouros para consumo direto – deverão ser utilizados copos descartáveis e/ou garrafas próprias;
- Instalação de totens de álcool gel em todas as portarias.



CARRINHOS  
**ELÉTRICOS**



Também visando ao distanciamento social, o serviço de carrinhos elétricos utilizados para transporte interno dos associados está suspenso por tempo indeterminado.

3.

***ESPAÇOS  
ABERTOS***

CAFÉ 1914



**CAFÉ 1914**

## Horários de funcionamento:

### Cardápio Geral e Massas Congeladas

**Terça a domingo** - nos mesmos horários do Clube Social

### Pratos à La Carte

**Terça a sexta** - 11h30 às 16h

- Manter distância de 2 metros entre as mesas e de 1,5 metro entre as pessoas;
- Não alterar a disposição das mesas;
- Consumo permitido apenas para clientes sentados;
- Uso da máscara de proteção facial é obrigatório, exceto no momento de consumo;
- Evitar aglomerações.



# ***LANCHONETE DO PARQUINHO***

- Funcionamento: Sábados, Domingos e Feriados - 11h às 17h;
- Manter distância de 2 metros entre as mesas e de 1,5 metro entre as pessoas;
- Não alterar a disposição das mesas;
- Consumo permitido apenas para clientes sentados;
- Uso da máscara de proteção facial é obrigatório, exceto no momento de consumo;
- Evitar aglomerações.



# TERRAÇO ***PALESTRA ITALIA***

A partir do dia 8 de outubro, o Restaurante Terraço Itália funcionará em novos dias e horários, confira abaixo:

## **Horários de funcionamento:** **Quinta a sábado - 18h - 22h**

- Serão servidas apenas pizzas, sem a oferta de Pratos à La Carte;
- Ocupação máxima de 40% da capacidade do estabelecimento;
- Distância de 2 metros entre as mesas e de 1,5 metro entre as pessoas;
- Máximo de 6 pessoas por mesa;
- Atendimento deve ser feito apenas para clientes sentados;

- Uso obrigatório de máscaras de proteção facial por clientes e funcionários no estabelecimento. (Apenas quando estiver sentado em sua mesa, o cliente poderá deixar de utilizar a máscara);
- Não alterar a disposição das mesas;
- Neste momento não será permitido o acesso de convidados.



restaurante

Jardim Suspenso

# RESTAURANTE **JARDIM SUSPENSO**

## Horários de funcionamento:

**Terça a sexta-feira** - 11h30 às 15h

**Sábados, Domingos e Feriados** - 11h30 às 16h

- O serviço de buffet funcionará aos sábados, domingos e feriados;
- De terça a sexta serão servidos apenas Pratos à La Carte;
- Ocupação máxima de 40% da capacidade do estabelecimento;
- Distância de 2 metros entre as mesas e de 1,5 metro entre as pessoas;

- Máximo de 6 pessoas por mesa;
- Atendimento deve ser feito apenas para clientes sentados;
- Uso obrigatório de máscaras de proteção facial por clientes e funcionários no estabelecimento. (Apenas quando estiver sentado em sua mesa, o cliente poderá deixar de utilizar a máscara);
- Não alterar a disposição das mesas;
- Neste momento não será permitido o acesso de convidados.



QUADRAS DE  
**TÊNIS**

Seguindo as orientações da Federação Paulista de Tênis, foram estabelecidas algumas alterações para a utilização das nossas quadras para lazer.

- O horário das atividades nas quadras será das 7h às 22h;
- Uso **obrigatório** de máscaras de proteção facial durante a prática da atividade;
- Temporariamente suspenso o empréstimo de bolinhas – cada tenista deverá trazer as suas bolinhas e marcá-las de maneira que as diferencie;
- Evitar usar as mãos para pegar as bolinhas; utilizar a raquete ou pé para devolver ao adversário;
- Não compartilhar raquetes, bonés , toalhas, garrafas.

- Higienize ANTES E DEPOIS as mãos e o material esportivo com álcool gel 70%;
- Ranking temporariamente **suspenso**;
- Fica permitido jogos em duplas a partir do dia 21 de julho de 2020;
- Demais regras e orientações permanecem válidas.

## ACIMA DE 15 ANOS

### MANHÃ

Horários	Quadra
7h às 7h50	3, 4 e 5
8h às 8h50	3, 4 e 5
9h às 9h50	3, 4 e 5
10h às 10h50	3, 4 e 5

### TARDE

Horários	Quadra
16h às 16h50	3, 4 e 5
17h às 17h50	3, 4 e 5

### NOITE

Horários	Quadra
18h30 às 19h20	3 e 4
19h30 às 20h30	3 e 4
20h30 às 21h20	3 e 4

## DE 8 A 14 ANOS

### MANHÃ

Dias	Horários	Quadra
3 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup>	10h às 10h50	3
4 <sup>a</sup> e 6 <sup>a</sup>	10h às 10h50	3

Aulas com duração de 50 minutos  
Turmas com até 4 alunos

### TARDE

Dias	Horários	Quadra
3 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup>	14h às 14h50	3 e 4
3 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup>	15h às 15h50	3 e 4
3 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup>	16h às 16h50	3 e 4
3 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup>	17h às 17h50	3 e 4
4 <sup>a</sup> e 6 <sup>a</sup>	14h às 14h50	3 e 4
4 <sup>a</sup> e 6 <sup>a</sup>	15h às 15h50	3 e 4
4 <sup>a</sup> e 6 <sup>a</sup>	16h às 16h50	3 e 4
4 <sup>a</sup> e 6 <sup>a</sup>	17h às 17h50	3 e 4

Aulas com duração de 50 minutos  
Turmas com até 4 alunos

- As determinações do Protocolo de Retomada das Atividades continuam válidas;
- Aulas, nesse momento, serão somente para os associados já inscritos na modalidade;
- Maiores informações na Secretaria do Departamento de Tênis ou pelo telefone (11) 3874-8114.



QUADRA DE  
**AREIA**

- Horário de funcionamento: das 08h às 21h30 de terça a sexta-feira e das 07h às 17h aos sábados, domingos e feriados;
- Exclusivo para jogos de Futevôlei, Vôlei de Praia e Beach Tênis;
- Obrigatório o agendamento para uso do espaço na Coordenadoria através dos números (11) 3874-8134 ou (11) 3874-8145, a partir do dia 19 de julho de 2020. O agendamento estará disponível de terça a sexta das 8h às 22h e aos sábados, domingos e feriados das 8h às 18h;
- Na quadra deverá permanecer somente quem estiver jogando;
- Somente jogos em dupla serão permitidos;
- Não será realizado empréstimo de bolas e outros materiais;
- Vestiários permanecerão desativados.



ACADEMIA DE  
**MUSCULAÇÃO**

- Funcionamento efetivo de 10h por dia;
- Atendimento limitado a 30% da capacidade;
- Será obrigatório agendamento através do Portal do Associado (a partir do dia 19 de julho de 2020). Não será permitida a entrada sem agendamento;
- Uso de máscaras de proteção facial obrigatório, inclusive durante a atividade física;
- O associado deverá escolher um horário dentro das opções pré-fixadas. Serão agendados 3 treinos semanais - terça, quinta e sábado OU quarta, sexta e domingo;
- O treino será realizado em horários fixos, e em caso de atraso o horário fixo de término deverá ser respeitado;

- Não será permitida a entrada de pessoas com idade igual ou superior a 60 (sessenta) anos ou com alguma comorbidade registrada no Departamento Médico do Clube;
- Somente estarão disponíveis cópias das fichas de treinos, a qual deverá ser guardada e trazida pelo associado a cada treino;
- Os chuveiros e vestiários permanecerão fechados;
- Exames médicos vencidos deverão ser renovados;
- Os associados que não frequentarem a academia continuarão com a cobrança da atividade suspensa.

## Novas inscrições para Academia de Musculação

- Realizar a inscrição na modalidade através do Portal do Associado (em caso de dúvida, acesse o Tutorial de Agendamento – [Clique aqui](#));
- Após a confirmação da inscrição, ligar para 3874-8116 (recepção da musculação), para agendamento da avaliação;
- O acesso à academia somente será liberado aos associados que realizarem a avaliação com um dos professores;
- O exame médico cardiológico deverá estar atualizado;

- O associado deverá trazer a cada treino uma garrafa de hidratação própria e cadeado para o uso dos armários;
- É recomendado que cada um traga uma toalha de rosto para uso durante a atividade;
- Demais determinações do protocolo de abertura continuam válidas.

# HORÁRIOS

## Terça, quinta e sábado

### Turma 1

Terça-feira	das 06h30 às 07h45
Quinta-feira	das 06h30 às 07h45
Sábado	das 08h às 09h15

### Turma 2

Terça-feira	das 08h às 09h15
Quinta-feira	das 08h às 09h15
Sábado	das 08h às 09h15

### Turma 3

Terça-feira	das 09h30 às 10h45
Quinta-feira	das 09h30 às 10h45
Sábado	das 09h30 às 10h45

### Turma 4

Terça-feira	das 11h às 12h15
Quinta-feira	das 11h às 12h15
Sábado	das 11h às 12h15

### Turma 5

Terça-feira	das 14h às 15h15
Quinta-feira	das 14h às 15h15
Sábado	das 14h às 15h15

### Turma 6

Terça-feira	das 15h30 às 16h45
Quinta-feira	das 15h30 às 16h45
Sábado	das 12h30 às 13h45

### Turma 7

Terça-feira	das 17h às 18h15
Quinta-feira	das 17h às 18h15
Sábado	das 14h às 15h15

### Turma 8

Terça-feira	das 18h30 às 19h45
Quinta-feira	das 18h30 às 19h45
Sábado	das 15h30 às 16h45

### Turma 9

Terça-feira	das 20h às 21h15
Quinta-feira	das 20h às 21h15
Sábado	das 12h30 às 13h45

## Quarta, sexta e domingo

### Turma 10

Quarta-feira	das 06h30 às 07h45
Sexta-feira	das 06h30 às 07h45
Domingo	das 08h às 09h15

### Turma 11

Quarta-feira	das 08h às 09h15
Sexta-feira	das 08h às 09h15
Domingo	das 08h às 09h15

### Turma 12

Quarta-feira	das 09h30 às 10h45
Sexta-feira	das 09h30 às 10h45
Domingo	das 09h30 às 10h45

### Turma 13

Quarta-feira	das 11h às 12h15
Sexta-feira	das 11h às 12h15
Domingo	das 11h às 12h15

### Turma 14

Quarta-feira	das 14h às 15h15
Sexta-feira	das 14h às 15h15
Domingo	das 14h às 15h15

### Turma 15

Quarta-feira	das 15h30 às 16h45
Sexta-feira	das 15h30 às 16h45
Domingo	das 12h30 às 13h45

### Turma 16

Quarta-feira	das 17h às 18h15
Sexta-feira	das 17h às 18h15
Domingo	das 14h às 15h15

### Turma 17

Quarta-feira	das 18h30 às 19h45
Sexta-feira	das 18h30 às 19h45
Domingo	das 15h30 às 16h45

### Turma 18

Quarta-feira	das 20h às 21h15
Sexta-feira	das 20h às 21h15
Domingo	das 12h30 às 13h45



# PISCINA OLÍMPICA E ***SEMI-OLÍMPICA***

- A liberação da piscina acontece dentro dos procedimentos estabelecidos pelos Protocolos da Prefeitura, do Sindi Clube e do Comitê Interno de Segurança e Saúde da SEP, com as restrições estabelecidas;
- A piscina Olímpica será de uso exclusivo para a prática de natação, não podendo ser utilizada para caminhadas aquáticas, banho de sol ou recreação;
- A piscina semi-olímpica terá raias destinadas às aulas de natação aos sábados das 9h às 12h e 14h às 18h;
- O uso será por ordem de chegada;
- O associado deverá respeitar o horário máximo de 1hora quando houver sócios aguardando para nadar. Caso não tenha, a permanência na raia poderá ser estendida.
- Cada associado na chegada, deverá anotar no quadro, seu horário de chegada e a raia. Assim, o associado, poderá visualizar qual raia estará próximo de sua disponibilidade.

- Não é permitido o revezamento de raia;
- Uso obrigatório de máscaras de proteção facial até o início da atividade e logo na saída da piscina;
- Uso obrigatório de chinelo para entrar na área da piscina;
- Trabalharemos com raias invertidas para descanso, ou seja, raias pares entram na piscina de um lado e raias ímpares entram do outro lado.

## EXAMES MÉDICOS

- Precisarão ser atualizados e os dias em que o clube permaneceu fechado serão acrescentados na renovação, ou seja, além dos 03 (três) meses de validade da renovação, serão somados os dias dos exames que tinham validade a partir de 14.03;



PISCINA PARA  
**LAZER**

- A partir do dia 03 de outubro as piscinas estarão liberadas para o uso recreativo;
- O uso da máscara de proteção facial deverá ser mantido por todo o trajeto até a área das cadeiras;
- Recomendamos a troca de vestimenta dentro das baias de banho;
- Uso obrigatório de chinelo para entrar e em todo o deslocamento na área da piscina.

## **EXAMES DERMATOLÓGICOS**

- Precisarão ser atualizados e os dias em que o clube permaneceu fechado serão acrescentados na renovação, ou seja, além dos 03 (três) meses de validade da renovação, serão somados os dias dos exames que tinham validade a partir de 14/03.

## **PISCINAS LIBERADAS**

- Externas - Ilha, Infantil e Tanque de Salto
- Aquecidas - semi-olímpica e tanque

## **HORÁRIOS**

### **Ilha, Infantil e Tanque de Salto**

Terça a sexta-feira - 6h30 às 18h

Sábados, domingos e feriados - 6h30 às 18h

### **Olímpica, Semi-Olímpica\* e Tanque**

Terça a sexta-feira - 6h30 às 21h30

Sábados, domingos e feriados - 6h30 às 18h

\* Terça e sexta-feira - exclusiva para aulas de natação - 9h às 12h e 14h às 18h

### **Vestiários**

Terça a sexta-feira - 6h15 às 22h

Sábados, domingos e feriados - 6h15 às 19h

## CAPACIDADE

- A quantidade de pessoas estará limitada a 60% da capacidade do conjunto aquático;
- Serão posicionados kits compostos por 1 guarda-sol, 2 espreguiçadeiras e 2 cadeiras para utilização. Total de 125 kits na área externa;
- O distanciamento entre cada kit será de 3 metros, para evitarmos aglomerações;
- A piscina aquecida tanque, será liberada para caminhadas de até 2 pessoas, e uso recreativo para até 8 pessoas simultaneamente;
- Não será permitido:
  - Reservar o kit para saída da piscina e posterior retorno
  - Alterar a configuração ou juntar kits
  - Os kits serão higienizados no período entre o uso dos associados.

## VESTIÁRIOS

- A quantidade de pessoas estará limitada a 60% da capacidade;
- Os chuveiros estão liberados para o uso;
- Recomendamos secar-se dentro das baias de banho;
- Mantenha o distanciamento de 1,5 metro para evitar aglomeração;
- As bolsas, sacolas, mochilas e outros materiais a serem deixados no sacolário serão higienizados com álcool 70° no momento da entrega e retirada.

## TOBOÁGUA

Neste momento não estará aberto para a utilização.



# *VESTIÁRIOS*

- Os vestiários - Conjunto Aquático, Tênis e Academia de Musculação - estão abertos;
- Lembrando que é necessário ser breve na utilização, evitando aglomerações nos vestiários!

## **CONJUNTO AQUÁTICO**

Terça a sexta-feira - 6h15 às 22h

Sábados, domingos e feriados - 6h15 às 19h

## **TÊNIS**

Terça a sexta-feira - 7h às 21h45

Sábados, domingos e feriados - 7h às 18h

## **ACADEMIA DE MUSCULAÇÃO**

Terça a sexta-feira - 6h15 às 21h30

Sábados, domingos e feriados - 7h30 às 17h



Allianz  Parque

# ***SOLARIUM***

- Respeitar a quantidade de lugares disponíveis em mesas, cadeiras e espreguiçadeiras;
- Não movimentar e juntar mesas e cadeiras, evitando assim aglomerações;
- Mesas deverão ser ocupadas apenas por associados que habitem a mesma residência;



# ***PATINAÇÃO***

- A partir do dia 06 de outubro, as aulas para iniciantes e intermediários terão duração de 45 minutos e cada turma com o máximo de 20 alunos. Esta medida tem como principal objetivo evitar aglomerações;
- Atividades do nível avançado também terão limite máximo de 20 alunos;
- Uso obrigatório da máscara de proteção facial, mesmo durante a atividade;
- A quadra será dividida durante as aulas, com a presença de 3 professores;
- Exame médico deverá estar atualizado;
- Mensalidade será cobrada a partir do mês de Outubro;
- Inscrições no Departamento de Patinação;
- Atividades para maiores de 5 anos.

## INICIANTE E INTERMEDIÁRIO

TERÇA E QUINTA-FEIRA	QUARTA E SEXTA-FEIRA	SÁBADO
9h às 9h45	9h às 9h45	14h às 15h15
14h às 14h45	14h às 14h45	15h30 às 16h45
15h às 15h45	15h às 15h45	
	19h às 19h45	

## AVANÇADO

TERÇA E QUINTA-FEIRA	QUARTA E SEXTA-FEIRA
16h às 18h45	16h às 18h45



CULTURA  
***E ARTE***

- Manter distanciamento de 1,5 metros;
- Respeitar a quantidade máxima de alunos por sala de aula
  - Sala 1 – limite de 7 alunas
  - Sala 2 – limite de 8 alunas
  - Sala 3 – limite de 8 alunas
  - Sala x - limite de 5 alunas
- Higienizar as mãos antes e depois de atividade e os equipamentos, mesmo os de uso pessoal;
- Obrigatório o uso de máscaras de proteção facial, mesmo durante a atividade;

- Trazer máscara extra para troca de acordo com a intensidade do exercício;
- Trazer garrafa de água para hidratação;
- Trazer toalha para utilização durante a atividade;
- Sapatos deverão ser retirados antes da entrada na sala, e acondicionados nas colmeias;
- Nas aulas de Hip Hop e Stilleto os sapatos deverão ser higienizados com álcool 70° antes da entrada na sala;
- Turmas para crianças até 12 anos não retornam.

- Turmas de Dança de Salão não retornam porque demandam contato físico;
- Maiores informações e inscrições na Coordenadoria;
- Detalhamento de horários no Protocolo de Retomada das Atividades;
- Estamos retornando com menos horários, portanto, conforme as turmas forem atingindo o limite abriremos novos horários conforme a necessidade e lista de espera;
- A turma de Dança indiana, terça e quinta 20h45 às 21h45, retornará mediante procura (lista de intenção);

- A turma de Hip Hop, terça às 20h e sábados às 13h, foi aberta devido a necessidade de dividir a turma que ultrapassava o limite de 8 alunas na sala;
- As turmas de Jazz juvenil das 16h30 das 17h30 foram abertas devido a necessidade de dividir a turma que ultrapassava o limite de 8 alunas na sala;
- Algumas turmas de Ballet foram unidas.

# CRONOGRAMA DE RETOMADA DAS AULAS

- Ballet Clássico
- Ballet Adulto
- Ballet Moderno
- Hip Hop
- Stiletto
- Sapateado
- Jazz
- Dança do Ventre
- Flamenco
- Barra Terre
- Dança Contemporânea
- Teatro
- Italiano
- Violão
- Cavaquinho
- Teclado e Piano

# HORÁRIOS

## BALLET CLÁSSICO

Dias	Horários	Níveis	Sala
3ª e 5ª	9h	Baby Class (a partir de 4 anos)	3
3ª e 5ª	10h	Pré-ballet	3
3ª e 5ª	14h	2º ano	2
3ª e 5ª	15h	1º ano (a partir de 7 anos)	3
3ª e 5ª	15h	3º e 4º anos	2
3ª e 5ª	16h	Baby Class (a partir de 4 anos)	3

# HORÁRIOS

## BALLET CLÁSSICO

Dias	Horários	Níveis	Sala
4ª e 6ª	16h	Baby Class (a partir de 4 anos)	1
4ª e 6ª	16h30	5º e 6º anos	3
4ª e 6ª	17h	Pré-ballet	1
4ª e 6ª	18h	7º ano	3
4ª e 6ª	18h15	Adulto (iniciante) (a partir de 13 anos)	2
4ª e 6ª	19h30	8º ano (Avançado)	2

# HORÁRIOS

## HIP HOP

Dias	Horários	Níveis	Sala
3ª e Sábado	20h e 13h	Intermediário	2
3ª e Sábado	21h e 10h30	Intermediário	2
Sábado	9h30	Iniciante (a partir de 12 anos)	2
Sábado	13h	Intermediário	2

## STILETTO

Dias	Horários	Níveis	Sala
Sábado	11h30	A partir de 13 anos (Iniciante)	2

# HORÁRIOS

## SAPATEADO

Dias	Horários	Níveis	Sala
3ª e 5ª	16h30	A partir de 6 anos (Iniciante)	1
3ª e 5ª	18h30	Adulto (Avançado)	1
3ª e 5ª	19h30	Adulto (Iniciante)	1

## DANÇA DO VENTRE

Dias	Horários	Níveis	Sala
3ª e 5ª	20h	Intermediário (a partir de 12 anos)	Cultura e Arte 3
Sábado	10h30	Iniciante (a partir de 12 anos)	Cultura e Arte 3
Sábado	11h30	Intermediário (a partir de 12 anos)	Cultura e Arte 3

# HORÁRIOS

## JAZZ

Dias	Horários	Níveis	Sala
4ª e 6ª	10h	Infantil (a partir de 6 anos)	3
4ª e 6ª	15h30	Infantil (a partir de 6 anos)	2
4ª e 6ª	16h30	Juvenil (a partir de 11 anos)	2
4ª e 6ª	17h30	Juvenil (a partir de 11 anos)	2
4ª e 6ª	19h	Adulto (Iniciante)	1
4ª e 6ª	19h30	Adulto (Intermediário)	3

# HORÁRIOS

## FLAMENCO

Dias	Horários	Níveis	Sala
3ª e 5ª	17h30	A partir de 6 anos (Iniciante)	2
3ª e 5ª	18h45	Adulto (Intermediário)	2
Sábado	9h30	Adulto (Iniciante)	Cultura e Arte 3

## DANÇA CONTEMPORÂNEA

Dias	Horários	Níveis	Sala
3ª e 5ª	20h	A partir de 14 anos	3

# HORÁRIOS

## TEATRO

Dias	Horários	Níveis	Sala
Sábado	10h	7 a 10 anos	Cultura e Arte 3
Sábado	11h	A partir de 11 anos	Cultura e Arte 3

## TECLADO E PIANO

Dias	Horários	Sala
3 <sup>a</sup>	14h30	Cultura e Arte 1
5 <sup>a</sup>	15h	Cultura e Arte 1
5 <sup>a</sup>	16h	Cultura e Arte 1

# HORÁRIOS

## ITALIANO

Dias	Horários	Sala
3ª	17h30	Cultura e Arte 2
3ª	19h	Cultura e Arte 2
3ª	20h30	Cultura e Arte 2
Sábado	9h	Cultura e Arte 2
Sábado	10h30	Cultura e Arte 2

# HORÁRIOS

## VIOLÃO

Dias	Horários	Sala
3ª	16h	Cultura e Arte 4
3ª	17h	Cultura e Arte 4

## CAVAQUINHO

Dias	Horários	Sala
3ª	18h	Cultura e Arte 4
3ª	17h	Cultura e Arte 4



RETOMADA DAS AULAS DO DEPARTAMENTO

# **SÓCIO DESPORTIVO**

- Exames cardiológico e dermatológico deverão estar em dia;
- Manter distanciamento de 1,5 metros;
- Higienizar as mãos antes e depois de atividade e os equipamentos, mesmo os de uso pessoal;
- Obrigatório o uso de máscara de proteção facial, mesmo durante a atividade;
- Trazer máscara extra para troca de acordo com a intensidade do exercício;
- Trazer garrafa de água para hidratação;
- Trazer toalha para utilização durante a atividade;
- Calçados esportivos deverão ser higienizados com álcool 70° antes da entrada na atividade;
- Nesse momento retornam as atividades para associados a partir dos 15 anos;
- Inscrições deverão ser realizadas diretamente na Coordenadoria;
- Uso obrigatório de chinelo para entrar e em todo o deslocamento na área da piscina.

# HORÁRIOS

## PILATES

Dias	Horários
3ª e 5ª	8h15 às 9h
3ª e 5ª	9h30 às 10h15
3ª e 5ª	16h15 às 17h
3ª e 5ª	19h15 às 20h
4ª e 6ª	8h15 às 9h
4ª e 6ª	16h15 às 17h
4ª e 6ª	19h15 às 20h
Sábado	10h às 10h45

A partir de 15 anos

Local das aulas - Sala de Pilates - 3º andar Prédio Multiuso

# HORÁRIOS

## HIDROGINÁSTICA

Dias	Horários	Vagas
3ª e 5ª	8h20 às 9h	20
3ª e 5ª	9h30 às 10h10	20
3ª e 5ª	15h às 15h40	20
3ª e 5ª	16h20 às 17h	20
3ª e 5ª	19h20 às 20h	20
4ª e 6ª	8h20 às 9h	20
4ª e 6ª	10h40 às 11h20	20
4ª e 6ª	16h20 às 17h	20

Local das Aulas - Piscina de Hidro

## YOGA

Dias	Horários	Vagas
3ª e 5ª	7h15 às 8h	15
3ª e 5ª	8h15 às 9h	15
3ª e 5ª	19h15 às 20h	15

Local das aulas - Sala de ginástica

# HORÁRIOS

## GINÁSTICA

	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
8h15 às 9h	-	Localizada		Alongamento
9h15 às 10h	Zumba	-	Cond. Aeróbio	-
14h15 às 15h	Zumba	Localizada	Cond. Aeróbio	Alongamento
18h15 às 19h	Zumba	Localizada	Cond. Aeróbio	Alongamento

Local das aulas - Sala de Ginástica

## CONDICIONAMENTO FÍSICO

Dias	Horários	Vagas
3ª e 5ª	7h às 7h45	20
3ª e 5ª	19h30 às 20h15	20

Local das aulas - Ginásio poliesportivo - 2º andar

# HORÁRIOS

## CORRIDA

Dias	Horários	Professor	Vagas
3ª e 5ª	7h às 8h	Fernanda Silva	15
3ª e 5ª	19h às 20h	Fernanda Silva	20

Local das aulas - Quadra de Society - 6º andar do Prédio Poliesportivo

## CAMINHADA VERDE

Dias	Horários
3ª e 5ª	9h15 às 10h

Local de encontro - Térreo do Prédio Multiuso

# HORÁRIOS

## JUDÔ

Dias	Horários	Vagas
3ª e 5ª	18h às 19h	15
4ª e 6ª	16h às 17h	15

A partir de 9 anos

Local das aulas - 2º andar do Prédio Multiuso

## KARATE

Dias	Horários	Vagas
3ª e 5ª	8h15 às 9h15	15
3ª e 5ª	19h às 20h	15
Sábado	9h às 10h	15

A partir de 9 anos

Local das aulas - Dojô - 2º andar do prédio multiuso

# HORÁRIOS

## NATAÇÃO - 3ª E 5ª FEIRA

Local das aulas - Conjunto Aquático

Horários	1	2	3
8h15 às 9h	Adulto (Acima de 14 anos) - Iniciação (2 vagas)	Adulto - Intermediário (2 vagas)	Adulto - Avançado (3 vagas)
9h às 9h45	Crianças de 9 a 10 anos - Iniciação (2 vagas)	Crianças de 9 a 13 anos - Intermediário (2 vagas)	Crianças de 9 a 13 anos - Avançado (3 vagas)
9h45 às 10h30	Crianças de 9 a 13 anos - Iniciação (2 vagas)	Crianças de 9 a 13 anos - Iniciação (2 vagas)	Crianças de 9 a 13 anos - Intermediário (2 vagas)
10h30 às 11h15	Adulto - Iniciação (2 vagas)	Adulto - Intermediário (2 vagas)	Adulto - Avançado (3 vagas)

Horários	1	2	3
14h15 às 15h	Adulto - Iniciação (2 vagas)	Adulto - Intermediário (2 vagas)	Adulto - Avançado (3 vagas)
15h às 15h45	Crianças de 9 a 10 anos - Iniciação (2 vagas)	Crianças de 9 a 10 anos - Iniciação (2 vagas)	Crianças de 9 a 10 anos - Intermediário (2 vagas)
15h45 às 16h30	Crianças de 9 a 13 anos - Iniciação (2 vagas)	Crianças de 9 a 13 anos - Iniciação (2 vagas)	Crianças de 9 a 13 anos - Iniciação (2 vagas)
16h30 às 17h15	Crianças de 9 a 13 anos - Iniciação (2 vagas)	Crianças de 9 a 13 anos - Intermediário (2 vagas)	Crianças de 9 a 13 anos - Avançado (3 vagas)
17h15 às 18h	Crianças de 11 a 14 anos - Iniciação (2 vagas)	Crianças de 11 a 14 anos - Intermediário (2 vagas)	Crianças de 11 a 14 anos - Avançado (3 vagas)

Horários	1	2	3
18h30 às 19h15	Adulto - Iniciação (2 vagas)	Adulto - Iniciação (2 vagas)	Adulto - Intermediário (2 vagas)
19h15 às 20h	Adulto - Iniciação (2 vagas)	Adulto - Intermediário (2 vagas)	Adulto - Avançado (3 vagas)

# HORÁRIOS

## NATAÇÃO - 4ª E 6ª FEIRA

Local das aulas - Conjunto Aquático

Horários	1	2	3
8h15 às 9h	Adulto - Iniciação (2 vagas)	Adulto - Intermediário (2 vagas)	Adulto - Avançado (3 vagas)
9h às 9h45	Crianças de 9 a 13 anos - Iniciação (2 vagas)	Crianças de 9 a 13 anos - Iniciação (2 vagas)	Crianças de 9 a 13 anos - Intermediário (2 vagas)
9h45 às 10h30	Crianças de 9 a 10 anos - Iniciação (2 vagas)	Crianças de 9 a 13 anos - Intermediário (2 vagas)	Crianças de 9 a 13 anos - Avançado (3 vagas)
10h30 às 11h15	Adulto (Acima de 14 anos) - Iniciação (2 vagas)	Adulto (Acima de 14 anos) - Intermediário (2 vagas)	Adulto (Acima de 14 anos) - Avançado (3 vagas)

Horários	1	2	3
14h15 às 15h	Crianças de 9 a 13 anos - Iniciação (2 vagas)	Crianças de 9 a 13 anos - Iniciação (2 vagas)	Crianças de 9 a 13 anos - Intermediário (2 vagas)
15h às 15h45	Crianças de 9 a 10 anos - Iniciação (2 vagas)	Crianças de 9 a 10 anos - Iniciação (2 vagas)	Crianças de 9 a 13 anos - Avançado (3 vagas)
15h45 às 16h30	Crianças de 9 a 13 anos - Iniciação (2 vagas)	Crianças de 9 a 13 anos - Iniciação (2 vagas)	Crianças de 9 a 13 anos - Intermediário (2 vagas)
16h30 às 17h15	Adulto - Iniciação (2 vagas)	Adulto - Intermediário (2 vagas)	Adulto - Avançado (3 vagas)
17h15 às 18h	Crianças de 11 a 14 anos - Iniciação (2 vagas)	Crianças de 11 a 14 anos - Intermediário (2 vagas)	Crianças de 11 a 14 anos - Avançado (3 vagas)

Horários	1	2	3
18h30 às 19h15	Adulto - Iniciação (2 vagas)	Adulto - Intermediário (2 vagas)	Adulto - Intermediário (2 vagas)
19h15 às 20h	Adulto - Iniciação (2 vagas)	Adulto - Intermediário (2 vagas)	Adulto - Avançado (3 vagas)

# HORÁRIOS

## SPINNING

Dias	Horários	Vagas
3ª e 5ª	8h15	15
3ª e 5ª	19h	15
3ª e 5ª	20h15	15
4ª e 6ª	18h	15
4ª e 6ª	19h	15
Sábado	11h	15

Inscrições na Coordenadoria

Local das aulas - 4º andar do Prédio Multiuso

## VOLEIBOL MASTER FEMININO

Dias	Horários	Vagas
3ª e 5ª	18h45 às 19h45	12

Local: 2º andar do Prédio Poliesportivo

Turma para associadas já inscritas na modalidade



# *TÊNIS DE MESA*

- Higienizar mãos e equipamentos pessoais ao entrar e sair da sala;
- Obrigatório o uso de máscara de proteção facial, mesmo durante a atividade;
- Os calçados deverão ser trocados ou higienizados com álcool 70° no acesso à sala;
- Cada aluno deverá utilizar ou treinar em uma única mesa;
- Permanecer apenas 1 atleta de cada lado da mesa durante todo o período de treino / recreação;
- Treinar apenas com um parceiro / parceira durante aquele dia e período de treino;
- Higienizar as bolinhas utilizadas em seu próprio treino antes de deixar o departamento;

- Utilizar apenas 1 par de bolinhas durante aquele dia e período de treino;
- Higienizar a mesa utilizada no durante o treino com pano e álcool 70°;
- Deixar o local de treino após o término de seu horário;
- Janelas deverão ser mantidas abertas;
- Serão autorizados 6 atletas por horário, sendo 2 atletas por mesa;
- O acesso à sala será realizado por ordem de chegada;
- Competições neste momento estão suspensas;
- Não secar o suor da mão na mesa - trazer toalha para utilização durante a atividade;
- Higienizar o local da toalha e mesa com álcool 70° após o término da atividade;
- Trazer garrafa própria para hidratação.

# HORÁRIOS

Dias	Horários
4 <sup>a</sup> , 5 <sup>a</sup> e 6 <sup>a</sup>	17h às 21h
Sábado	14h às 18h



SALÃO DE  
**SINUÇA**

O salão de sinuca da SEP reabrirá a partir do dia 06 de outubro de 2020.

**Horários de funcionamento:**

**Terça a sexta-feira** - 14h - 22h

**Sábado** - 8h30 - 18h

**Domingo e feriado** - 8h30 - 15h

O presente protocolo foi elaborado para permitir a gradual liberação da utilização do salão de sinuca e é fundamental a total colaboração dos associados em adotar as melhoras práticas para a prevenção da saúde e bem estar de todos. Para tanto, é fundamental que as regras e orientações abaixo sejam seguidas por todos:

- Todas as 5 mesas estarão disponíveis para utilização pelos associados;

- Todas as 5 mesas estarão disponíveis para utilização pelos associados;
- Quantidade máxima de 10 jogadores dentro do salão (2 por mesa);
- Uso obrigatório da máscara de proteção facial durante todo período dentro do salão, inclusive durante as partidas;
- Permitida a partida somente entre 2 jogadores, vetados os jogos em duplas;
- Os jogadores poderão estar presentes no salão exclusivamente durante a partida, e, uma vez encerrada, os associados devem deixar o salão;

- Não será permitida a presença de público para assistir às partidas;
- Não será permitido o consumo de alimentos e bebidas durante as partidas;
- É obrigatório manter porta e janelas abertas para a otimização da circulação de ar no local;
- Os associados devem solicitar uma mesa ao atendente do salão, que entregará um conjunto de bolas higienizadas;
- Cada associado deverá fazer a higienização dos tacos a serem utilizados com álcool 70°; e
- Os associados devem solicitar uma mesa para o atendente da sala que informará as mesas e horários disponíveis;

# **Tempo de utilização das mesas SEM fila de espera: LIVRE**

# **Tempo de utilização das mesas COM fila de espera:**

Cada jogo terá um período de 60 minutos. Em caso de formação de fila, os jogadores que estiverem no salão há mais tempo deverão ceder sua mesa e deixar o ambiente em 20 minutos.



# **FUTMESA**

- Horário de funcionamento: das 8h30 às 20h30 de terça a sexta-feira e das 8h às 16h30 aos sábados, domingos e feriados;
- A quadra onde estarão as mesas será de uso exclusivo para jogos de Futmesa;
- Obrigatório o agendamento para uso do espaço na Coordenadoria através dos números (11) 3874-8134 ou (11) 3874-8145, a partir do dia 23 de outubro de 2020. O agendamento estará disponível de terça a sexta das 8h às 22h e aos sábados, domingos e feriados das 8h às 18h;
- Tempo de jogo estará limitado a 1h30 por reserva;
- Na quadra deverá permanecer somente quem estiver jogando;

- Jogos em dupla serão permitidos (1x1 ou 2x2);
- Capacidade máxima de 4 pessoas por mesa;
- Faixa etária acima de 12 anos;
- É obrigatório o uso de material (bola) da coordenadoria;
- O uso da máscara de proteção facial é obrigatório, mesmo durante a prática da atividade.



# MASSAGEM

- O serviço de massagem relaxante será retomado a partir de 03/11/2020;
- A sessão de massagem relaxante tem duração de 30 minutos;
- Atendimento somente mediante agendamento presencial ou por telefone 3874-8111 ou 8124 na secretaria do conjunto aquático;
- Caso houver atraso, deverá ser respeitado o término do horário da sessão;
- Só será permitido o agendamento mediante a aquisição da compra de uma sessão de massagem. A falta sem o aviso prévio, será cobrada a sessão perdida;
- Obrigatório o uso de máscaras de proteção facial durante toda a permanência no local;
- Massagem facial está suspensa;
- Fornecimento do kit (toalha e chinelo) devidamente higienizados.

## HORÁRIOS PARA AGENDAMENTO

3 <sup>a</sup> , 5 <sup>a</sup> e 6 <sup>a</sup>	4 <sup>a</sup>	Sábados e Domingos
14h10 às 14h40	10h30 às 11h00	09h10 às 09h40
14h50 às 15h20	11h10 às 11h40	09h50 às 10h20
15h30 às 16h	11h50 às 12h20	10h30 às 11h00
16h10 às 16h40	12h30 às 13h00	11h10 às 11h40
16h50 às 17h20	14h10 às 14h40	11h50 às 12h20
17h30 às 18h00	14h50 às 15h20	12h30 às 13h00
19h10 às 19h40	15h30 às 16h00	14h10 às 14h40
19h50 às 20h20	16h10 às 16h40	14h50 às 15h20
20h30 às 21h	16h50 às 17h20	15h30 às 16h00



# ***CHURRASQUEIRAS***

***ESPAÇO GOURMET E TÊNIS***

- Manter distância de 2 metros entre as mesas e de 1,5 metro entre as pessoas;
- Não alterar a disposição das mesas;
- Não é permitido o consumo em pé;
- Uso da máscara de proteção facial é obrigatório, exceto no momento de consumo;
- Evitar aglomerações;
- Uso permitido de até 25 pessoas simultaneamente ;
- Neste momento não será permitido o acesso de convidados;
- O agendamento estará disponível a partir do dia 3 de novembro. Obrigatório o agendamento para uso do Espaço Gourmet na Coordenadoria através dos números (11) 3874-8116 ou (11) 3874-8145. Para agendamento da churrasqueira no tênis, através do Departamento de Tênis.



# ESPORTES COLETIVOS

# SOCIETY

- Obrigatório o uso de máscara de proteção facial;
- Confirmar disponibilidade de horário na coordenadoria para a participação;
- Tempo máximo de uso de 1h45min;
- Obrigatório respeitadas as demarcações de distanciamento;
- Somente será permitido o acesso dos jogadores;
- Quantidade máxima de 21 pessoas simultaneamente;
- A bola será cedida pela coordenadoria, sendo que será higienizada antes e depois da atividade;
- Orientamos que cada um traga sua própria garrafa para hidratação. O consumo de alimentos e bebidas alcóolicas não será permitido.

# QUADRAS POLIESPORTIVAS

**Horários de funcionamento:**

**Terça a sexta-feira** – 06h às 22h

**Sábados, domingos e feriados** – 06h às 19h

- Obrigatório o uso de máscara de proteção facial;
- Confirmar disponibilidade de horário na coordenadoria para a participação;
- Tempo máximo de uso de 1h45min;
- Obrigatório respeitadas as demarcações de distanciamento;
- Somente será permitido o acesso dos jogadores;
- A bola será cedida pela coordenadoria, sendo que será higienizada antes e depois da atividade;
- Orientamos que cada um traga sua própria garrafa para hidratação. O consumo de alimentos e bebidas alcóolicas não será permitido;
- Quantidade máxima de 15 pessoas por quadra.



DEPARTAMENTO  
**MÉDICO**

## Horários de funcionamento:

**Central:** 08h às 22h Terça a Sexta / 08h às 19h Sábado, domingo e feriados.

**Aquático:** 06h às 20h Terça a Sexta / 06h às 17h Sábado, domingo e feriados.

- Permanecerão em funcionamento os Departamentos Médicos Central e Conjunto Aquático, nos mesmos dias e horários do clube.
- Para atendimentos de urgência, emergência, exames cardiológico (Departamento Médico Central) e dermatológico (Departamento Médico do Conjunto Aquático).



# ***FISIOTERAPIA***

## Horários de funcionamento:

**Terça e quinta-feira** - 15h às 21h

**Quarta e sexta-feira** - 7h às 13h e das 15h às 21h

**Sábados** - 7h às 13h

- Retorno dos profissionais dia 03/11/2020 para agendamentos e dúvidas;
- Cada Fisioterapeuta atenderá somente 1 paciente por hora com intervalo de 15 minutos entre os horários de atendimento;
- Horários para agendamentos:  
7h ; 8h; 9h; 10h45; 12h; 15h; 16h15; 17h30; 18h45 e 19h;
- Os pacientes deverão chegar no local na hora marcada, utilizando máscara de proteção e com as vestimentas apropriadas para realizar o tratamento;
- Trazer a sua própria toalha de banho e/ou de rosto para uso nos procedimentos;
- Dúvidas por telefone: (11) 3874-8119.



# PORTARIAS

- Estão abertas as portarias Palestra Italia, Padre Antonio Tomas e Estacionamento Allianz Parque);
- Temos estruturas de atendimento para a triagem e aferição da temperatura dos associados em todas as portarias de acesso ao Clube Social;
- Foram instalados dispensadores e totens de álcool gel 70% para a higienização das mãos;
- Não será permitido o acesso de quem apresentar temperatura superior a 37,7° C.

# ***Central de Atendimento***

Teremos uma equipe dedicada exclusivamente para dúvidas dos associados. Este atendimento pode ser pelos canais:

**Presencial** – Balcão de atendimento no térreo do Prédio Multiuso

**E-mail** – [ouvidoriasocial@palmeiras.com.br](mailto:ouvidoriasocial@palmeiras.com.br)

# ***Fique atento às comunicações afixadas em todas as áreas do Clube Social***



>> Consulte sempre as atualizações deste protocolo no site do Clube Social

 [www.palmeiras.com.br/clubesocial](http://www.palmeiras.com.br/clubesocial)

 [facebook.com/palmeirasclubesocial](https://facebook.com/palmeirasclubesocial)

 [@palmeirasclubesocial](https://instagram.com/palmeirasclubesocial)

***ESTAMOS PRONTOS E  
COM SAUDADES***