

# MEDIDAS PARA REABERTURA DO CLUBE

FASE  
AMARELA





# como será **ASSOCIADO**

Nesta fase (amarela) o clube abrirá:

- 2ª a 6ª-feiras das 07h às 20h
- Sábados, domingos e feriados das 07h às 17h

O clube poderá atender somente 40% dos associados e em apenas algumas atividades.

Uso de máscaras continua sendo obrigatório por todos os associados e frequentadores do clube.

A entrada será somente pela portaria principal do clube com passagem obrigatória pelo totem de álcool em gel e tapetes sanitizantes, além da aferição de temperatura com termômetro infravermelho. Aqueles que apresentarem temperatura igual ou superior a 37,5°C a entrada será vetada;

Será desativado o sistema de biometria para controle de entrada, sendo obrigatório o uso da carteirinha social ou informar o número do título.

O descumprimento destas normas e procedimentos de reabertura pelo Associado será considerado falta de natureza grave e serão aplicáveis as sanções previstas no Estatuto Social.

**Horário de Atendimento:**

- *Secretaria : 2ª a 6ª-feiras das 8h às 14h*
- *Coordenação de Esportes e Atividades :*
  - 2ª-feiras das 15h às 20h*
  - 3ª a 6ª-feiras das 8h às 20h*
  - Sábados das 8h às 17h*
  - Domingos das 8h às 12h*

Lembre de trazer o seu Squeeze ou Garrafinha para hidratação. Os bebedouros de água por questão de segurança estarão desativados.

# o que está **AUTORIZADO**



## **Vestiários e Sanitários**

- Os sanitários e pias estão liberados para a utilização dos associados e colaboradores;
- É vetado ao uso: chuveiros, armários e fraldário durante esta fase;



## **Pista de Caminhada - Abertura 15/08**

- Sentido único (Anti-horário)
- É permitido na pista e espaço para caminhada os grupos não maiores de 4 (quatro) pessoas, com uso obrigatório de máscara;
- É permitido na pista e espaço para corredores os grupos não maiores de 2 (duas) pessoas, com uso obrigatório de máscara.
- O clube disponibilizará um colaborador para a supervisão da prática da corrida e caminhada.



## **Pesca - Abertura 15/08**

- Distanciamento mínimo de 3 (três) metros entre os indivíduos e seus pertences;
- Obrigatório o uso de máscaras;
- Não compartilhar equipamentos e utensílios de pesca;

## **Quadras de Tênis - Abertura 19/08**

- Distanciamento mínimo de 2 (dois) metros entre os indivíduos e seus pertences;
- Obrigatório o uso de máscaras, salvo quando em quadra durante a partida (jogo simples ou duplas);
- Não compartilhar equipamentos de jogo e do atleta;
- Nas áreas de espera os atletas devem manter o distanciamento, não se aglomerar e usar obrigatoriamente máscara.
- O clube disponibilizará um colaborador para o monitoramento de Tênis de 2ª a 6ª-feiras das 17h às 20h





## Jogos de Mesa - Abertura 19/08

- Horário de abertura e fechamento:  
2ª a 6ª feira das 14h às 20h.  
Sábado, Domingos e Feriados: 9h às 15h.
- Obrigatório o uso de máscara.
- Permitido, na mesa de carteadado, até 4 pessoas.
- Permitido mesa e bilhar 2 pessoas.
- Tempo de permanência de jogo, manteremos o adotado nas regras do espaço.
- Espera deve acontecer fora do espaço determinado para as mesas, com distanciamento entre as pessoas de 2 metros. Salvo para membros da mesma família que moram na mesma residência.
- Espera deverá ser em espaços abertos, salvo dias de chuva.

## FutMesa - Abertura 19/08

- Novidade Country Club Valinhos
- Horário de abertura e fechamento:  
2ª a 6ª feira das 14h às 20h.  
Sábado, Domingos e Feriados: 9h às 15h.
- Obrigatório o uso de máscara.
- Jogos poderão ser com até 4 jogadores.
- Permanência do espaço demarcado para as mesas somente para os jogadores.
- Cada partida tem a duração melhor de 3 (três) sets de 18 pontos, com limite de 25 minutos. Após esse tempo, recomendado hidratação e aguardar pelo menos 10 minutos para próxima entrada.
- Espera deverá respeitar o espaço de 2 metros entre as pessoas, fora da área de jogo e ao ar livre.



## Bocha - Abertura 19/08

- Horário de abertura e fechamento:  
2ª a 6ª feira das 14h às 20h.  
Sábado, Domingos e Feriados: 9h às 15h.
- Obrigatório o uso de máscara.
  - Permitido 2 pessoas por cancha.
  - Tempo de permanência de jogo, manteremos o adotado nas regras do espaço.
  - Espera deve acontecer fora do espaço, com distanciamento entre as pessoas de 2 metros. Salvo para membros da mesma família que moram na mesma residência.
  - Espera deverá ser em espaços abertos, salvo dias de chuva.
  - As bolas devem ser higienizadas ao término de cada partida.
  - Os praticantes devem higienizar as mãos a cada jogada.



### **Beach Tênis - Abertura 22/08**

- Distanciamento mínimo de 2 (dois) metros entre os indivíduos e seus pertences;
- Obrigatório o uso de máscaras, salvo quando em quadra durante a partida (jogo simples ou duplas);
- Não compartilhar equipamentos de jogo e do atleta;
- Nas áreas de espera os atletas devem manter o distanciamento, não se aglomerar e usar obrigatoriamente máscara.
- O clube disponibilizará um colaborador para a supervisão da prática do beach tênis.

### **Futevôlei / Vôlei de Areia - Abertura 22/08**

- O clube disponibilizará 2 bolas de cada uma das modalidades para um rodízio, onde os usuários deverão trocar e limpar a bola a cada ponto.
- Obrigatório o uso de máscaras, salvo quando em quadra durante a partida (jogo simples ou duplas);
- Distanciamento mínimo de 2 (dois) metros entre os indivíduos e seus pertences;
- Nas áreas de espera os atletas devem manter o distanciamento, não se aglomerar e usar obrigatoriamente máscara.
- O clube disponibilizará um colaborador para a supervisão da prática do Futevôlei / Vôlei de Areia.



### **Academia de Musculação - Abertura 22/08**

- É obrigatório o uso de máscaras no ambiente da academia por todos;
- As aulas serão de 50 minutos e deverão ser agendadas de acordo com os horários disponibilizados nos canais do Country Club Valinhos;
- O agendamento será limitado inicialmente a 3 (três) horários na semana, com o objetivo de atender o número atual de inscritos;
- O agendamento só será possível com o atestado médico em dia;
- O uso sem agendamento será permitido, sujeitando-se o usuário a autorização de entrada somente se não houver lotação máxima no período e com o atestado médico em dia;
- Após cada aula, o local deverá passar por um processo de limpeza que será realizada pela equipe de colaboradores do clube;
- É recomendado que o usuário efetue a limpeza do equipamento antes e após o uso;

#### **- Nesta fase:**

a academia não realizará novas inscrições;

a academia não terá expediente aos domingos;

não é permitido exercícios em contato direto ao chão, mesmo com colchonetes, além de equipamentos como caneleiras;

não é permitido aulas coletivas, como alongamento, ginástica, pilates, zumba, spinning etc.



# CAMPOS DE FUTEBOL

- Nesta fase, não é permitida a prática do futebol nos campos, mesmo que recreativa ou individual;
- O Country Club Valinhos disponibilizará um colaborador para a supervisão da prática de corrida e caminhada orientada, além de circuitos funcionais neste local, em horários disponibilizados nos canais do Country Club Valinhos;
- Essas práticas seguirão as normas de distanciamento, uso obrigatório de máscaras, limpeza e higienização.



# QUADRAS POLIESPORTIVAS

- Nesta fase, não é permitida a prática do basquete, vôlei, futsal, handebol, mesmo que recreativa ou individual, seu uso será direcionado em caso de intempéries do tempo das atividades supervisionadas citadas em campos de futebol.



# atividades NÃO AUTORIZADAS

- ▶ **Atividades Coletivas**  
*aulas esportivas e culturais*
- ▶ **Departamento**  
*de Esportes e Eventos*
- ▶ **Espaço Fitness**
- ▶ **Churrasqueira Coletiva**
- ▶ **Country Kids e Brinquedoteca**
- ▶ **Parque Aquático**
- ▶ **Piscina Aquecida**
- ▶ **Quiosques**
- ▶ **Salas de Artes Marciais**
- ▶ **Salas de Dança**
- ▶ **Salas de Pilates**
- ▶ **Sala de Yoga**
- ▶ **Salão de Festas**
- ▶ **Sauna**

# **NÓS DO COUNTRY CLUB VALINHOS RECOMENDAMOS A NOSSOS ASSOCIADOS**

**Idosos, Grávidas  
e Puérperas.**

**Portadores de  
Doenças Crônicas:  
Diabetes, Cardiopatias,  
Hipertensão e Asma**

***e/ou que estejam  
com Sintomas de Gripe,  
Temperatura acima de 37,5°  
ou sentindo qualquer desconforto***

***#fiqueemcasa***

Esse manual foi elaborado e aprovado pelas autoridades do município de Valinhos.

Lembramos que os protocolos e as autorizações de reabertura podem ser revistos a qualquer momento pelos órgãos competentes.

Esse manual corresponde à Fase Amarela do Plano São Paulo e a cada novo avanço deverá ser atualizado.

**Contamos com sua colaboração.**



**JUNTOS NO COMBATE  
AO COVID19**