

## É PERMITIDO

- Usar protetor solar
- Touca de banho
- Usar óculos de natação
- Usar flutuadores de braços ou cintura
- Trazer cadeiras para utilização no recinto da piscina

## É PROIBIDO

- Usar a piscina em caso de doenças infecto contagiosas e qualquer tipo de ferimento (artigo 52. Decreto 1.366/79)
- Usar joias, bijuterias, grampos ou outros objetos cortantes e oxidáveis.
- Comer, beber e fumar no recinto das piscinas.
- Entrar alcoolizado ou ingerir bebidas alcoólicas nas dependências da piscina.
- Correr na área da piscina ou nos vestiários.
- Usar fraldas e absorventes.
- Usar shorts e bermuda na piscina.

## É OBRIGATÓRIO

- Apresentar carteirinha de matrícula.
- Usar sunga (masculino) e maiô ou biquíni (feminino). Trajes de banho transparentes não são permitidos, independente da cor.
- Banhar-se e passar pelo lava-pés antes de entrar na piscina.
- Utilização de **maiô** nas aulas de natação.
- Autorização por escrito dos pais ou responsável, acompanhada da cópia do documento de identidade do subscritor, permitindo a entrada na piscina para menores de 18 anos.
- Mochilas e bolsas devem ser guardadas e trancadas nos armários do vestiário.
- Crianças menores de sete anos, só terão acesso a piscina acompanhadas pelos pais.

## RECOMENDA-SE

- Aguardar no mínimo 02 horas após as principais refeições para entrar na piscina.
- Evitar exposição ao sol nos horários entre 11h e 16h.
- Verificar a profundidade das piscinas antes de mergulhar.
- Secar bem o corpo, após o banho, principalmente entre os dedos, virilhas e axilas, evitando micoses.
- Não beber água da piscina.
- Que a piscina seja utilizada por maiores de 07 anos.

**“O PACAEMBU NÃO SE RESPONSABILIZA POR OBJETOS PESSOAIS DE SEUS ASSOCIADOS”**

**POR SEGURANÇA , EM DIAS DE FORTES CHUVAS E/OU RAIOS, A PISCINA SERÁ FECHADA.**

**“A não observância das normas descritas acima, serão avaliadas pela direção e punidas de acordo com o Regimento Interno do Complexo Esportivo do Pacaembu”**