



**TRANSFORMANDO A VIDA DE
SEUS CONDÔMINOS ATRAVÉS DA
ATIVIDADE FÍSICA**

Apresentação



Pensando em oferecer melhorias para as pessoas através de atividades física, nasceu a **CONDOMÍNIO FIT Assessoria Esportiva**. Uma empresa especializada em esportes, saúde e qualidade de vida. Formada por profissionais de Educação Física experientes, atuando nas melhores academias de SP.

Nossa empresa atua no mercado de assessoria e consultoria esportiva e apresenta soluções para programas de atividades física e lazer para condomínios.

Avaliamos o perfil e objetivos de cada cliente, desenvolvemos programas de atividades adequados às suas necessidades, buscamos proporcionar o bom uso das estruturas no melhor ambiente de nossos clientes (Condomínios, Empresas, Parques e Clubes), oferecemos soluções práticas e personalizadas à realidade do cliente, buscando atendê-lo de maneira eficiente, objetiva e customizada. Assim, a distância entre sua moradia e seu lazer saudável, são apenas alguns passos.

Assessoria para Condomínios

A vida em condomínio é a opção de muitas pessoas e a principal vantagem desta escolha é a possibilidade da estruturação de “academia em casa”, com toda segurança, comodidade, bem estar, baixo custo e atendimento personalizado.

Com a correria do dia-a-dia, sabemos que para muitos é difícil se deslocar para uma academia ou então em um parque para cumprir com seus treinos e alcançar seus objetivos clínico ou estético.

Agora não é preciso sair de casa para praticar atividade física. A **CONDOMÍNIO FIT** traz sua equipe para avaliar os recursos existentes em seu condomínio, casa ou empresa, afim de elaborar as atividades mais adequadas tanto para crianças quanto para adultos.

O Programa de atividades será implantado a partir da avaliação de perfil do condomínio e seus moradores.

As atividades serão adequadas às necessidades, espaço físico e objetivo do condomínio.

Nossa equipe atua no espaço disponível do condomínio, não necessitando de adaptações, promovendo assim, a saúde e bem estar dos moradores.

Compromisso

- Superar as expectativas de nossos clientes é a nossa meta
- Promover um atendimento eficiente, com qualidade nos serviços prestados, atuando de forma completa nos processos de treinamento e promoção da saúde
- Comprometimento com resultados
- Precisão na escolha dos métodos de treinamento
- Soluções individualizadas
- Segurança nos procedimentos
- Pontualidade nos atendimentos
- Serviços diferenciados
- Aprimoramento profissional
- Confiança dos clientes
- Ambiente agradável

Diferencial

- Melhor custo / benefício = Maior quantidade de funcionários e melhor qualidade no atendimento por um custo reduzido.
- Isenção de custos com encargos trabalhistas.
- Eliminar a preocupação com a ausência de funcionários, numa eventual reposição / substituição por motivo qualquer, a **CONDOMÍNIO FIT** se responsabiliza pela substituição do mesmo com rapidez.
- Na contratação dos serviços da **CONDOMÍNIO FIT** , a equipe já vem completa e em perfeita harmonia.
- É de total responsabilidade da **CONDOMÍNIO FIT** o controle de profissionais da academia e de outras modalidades externas e seu funcionamento no geral.
- Será de responsabilidade da **CONDOMÍNIO FIT** a organização com relação à horário e escala de trabalho dos profissionais, avaliação física periódica dos alunos, elaborar e prescrever as atividades de acordo com o objetivo e necessidade de cada usuário, controle de frequência individual e pesquisas de satisfação e averiguação para incluir novas modalidades.

Serviços

Nossa empresa presta serviços nas modalidades desejadas e de acordo com a infraestrutura local:

- Musculação e corrida (avaliação, prescrição, orientação e correção de exercícios na academia)
- Personal Trainer (disponibilizamos assistência de professor particular, caso haja o interesse na contratação por parte do morador)
- Treinamento Funcional (aulas em grupo com horário marcado)
- Ginástica Localizada (Step / Circuito / GAP / Alongamento / Abdômen) (aulas em grupo com horário marcado)
- Natação Infantil e Adulta (disponibilizamos profissional em horário determinado para as aulas de natação, tanto iniciação quando aperfeiçoamento e treinamento)
- Hidroginástica (ideal no programa terceira idade, aulas em grupo com horário marcado)
- Escola de Esportes e Recreação (iniciação esportiva e recreação infantil)
- Dança e Ritmos (aulas em grupo com horário marcado)

A **CONDOMÍNIO FIT** oferece o atendimento individual que você merece, pois acreditamos que com a união do treinamento específico, uma boa disciplina alimentar e a consciência corporal, os seus objetivos são rapidamente alcançados.

Programas Oferecidos:

- Emagrecimento
- Aumento de massa muscular
- Melhora da composição corporal
- Condicionamento físico
- Treinamento funcional
- Qualidade de vida

Benefícios:

- Supervisão e correção dos exercícios
- Possibilidade de variar as modalidades e atividades
- Avaliações físicas
- Montagem de planilha de treinamento e elaboração de programas eficientes
- Motivação causada pela presença de profissionais disponíveis na academia do condomínio



Terceira Idade

Programa Melhor Idade

Programa diferenciado, ministrado por profissionais especializados e treinados para o trabalho com pessoas acima dos 50 anos, seja em GRUPOS ou INDIVIDUAL, através de atividades internas e externas, visando o reforço e desenvolvimento de fatores fundamentais, tais como:

- Equilíbrio
- Força
- Coordenação Motora
- Agilidade
- Socialização
- Memória
- Alegria
- Eventos Sociais em Grupos



Importância do Profissional de Educação Física

Atividades físicas praticadas de forma errada e sem orientação podem causar lesões e acidentes com equipamentos. Isso pode ser evitado com a presença de um profissional que garantirá a realização correta dos exercícios. Mais do que isso, um profissional também ajuda na motivação e no engajamento nas atividades propostas e pode elaborar eventos internos como caminhadas e corridas.

De acordo com a Lei Federal 9696/98, que regulamenta a profissão de Educação Física, toda atividade física e esportiva deve ser orientada por um profissional da área habilitado e registrado no Conselho Regional de Educação Física de sua região.

Os condomínios estão sujeitos a fiscalização e podem sofrer autuações em caso de irregularidades.

Só contrate uma empresa de assessoria esportiva ou um Personal Trainer com registro no Conselho Regional de Educação Física e solicite um breve histórico de suas atuações anteriores. A pesquisa garante qualidade, comprometimento e responsabilidade do profissional, bem como a certeza de que se trata de um professor realmente habilitado e registrado.

Eventos Esportivos

Desenvolvemos o evento esportivo para o seu condomínio e também em parques e clubes.

Toda consultoria, planejamento, gestão e execução por uma equipe de profissionais experientes que atuam no setor.

- Campeonatos
- Festas de fim de ano
- Datas Comemorativas
- Eventos Personalizados



Solução para condomínios sem Academia

Não ter academia no condomínio não é mais desculpa para não proporcionar qualidade de vida aos moradores. Mesmo em condomínios que não dispõem desse tipo de espaço montado, é possível contar com atividades físicas diferenciadas que ajudam no condicionamento dos moradores, aumentam a convivência e melhoram o relacionamento entre eles.

Atividades como aulas de dança, lutas, yoga, tai-chi-chuan, esportes, corridas, caminhadas, alongamento, relaxamento, escolinha de esportes para crianças e até atividades específicas para deficientes físicos e idosos são algumas das inúmeras modalidades que o síndico pode implantar no condomínio mesmo que não haja academia no condomínio.

Salão de festas, quadras, piscinas e outros espaços podem ser utilizados para atividades físicas, desde que respeitando o regulamento interno e com a devida autorização do síndico e/ou do conselho consultivo. No caso da ausência desses espaços, áreas abertas como parques nas redondezas do condomínio também podem ser utilizadas para a prática de atividades monitoradas. A escolha do espaço depende da modalidade esportiva escolhida e do tamanho do grupo que treinará no mesmo horário, por isso, é interessante realizar pesquisa entre os moradores e consultar o profissional contratado sobre o melhor espaço a ser utilizado.

Para muitos, poder realizá-las no condomínio é uma vantagem por questões como segurança, praticidade, economia e entrosamento com família e vizinho. Atividades físicas em grupo geram maior convivência entre os condôminos, fortalecendo vínculos de amizade entre eles. Além de uma melhor relação custo-benefício das áreas de lazer, muitos condomínios observam também uma significativa redução do vandalismo. Condomínios que agregam este tipo de serviço, tendem a ser mais valorizados.

Investimento

Empresas de assessoria esportiva não caracterizam vínculo empregatício e oferecem pronta reposição de professores, trazendo um melhor custo benefício ao condomínio.

É importante que aspectos como matrícula, regulamento interno, manutenção de equipamentos e da infraestrutura e o quadro de aulas e de professores sejam definidos com antecedência.

Se o condomínio optar por empresas de assessoria esportiva, os valores de gerenciamento das atividades dependem da quantidade de modalidades, dias e horários contratados. Porém, já que o custo é compartilhado entre os apartamentos diretamente no pagamento mensal do condomínio, o valor pode ser de 70% a 80% menor do que a mensalidade de uma academia de grande porte.

Se a opção for por Personal Trainer, os valores devem ser combinados diretamente com o profissional, mas tendem a ser menores quanto maior o grupo.

Regulamento da Academia

Caso o condomínio tenha academia, é importante que seu uso esteja regulamentado. Questões importantes que devem ser abordadas são:

- Horário de funcionamento
- Sistema de operação (retirada de chaves, equipamentos, etc.)
- Controle de acesso (que pode ser restrito a moradores ou aberto a visitantes)
- Necessidade de autorização dos pais no caso de crianças e adolescentes
- Definição de responsabilidade por acidentes pessoais
- Criação de penalidades em caso de descumprimento do contrato
- Treinamento sob orientação profissional
- Contratação de profissionais indicados apenas pela administração
- Obrigatoriedade de matrícula com atestado médico e teste ergométrico (maiores de 35 anos)

Exame médico

Qualquer prática de atividade física necessita de exame médico prévio e o mesmo vale para as realizadas nos condomínios. Os condôminos podem optar por realizá-lo em clínicas particulares e a avaliação física pode ser realizada depois pela **CONDOMÍNIO FIT**.

Para se assegurar, é importante que o condomínio exija não só o atestado médico, como também o teste ergométrico para maiores de 35 anos.

Por determinação do Conselho Regional de Medicina, os atestados devem ser renovados anualmente.

A **CONDOMÍNIO FIT** se responsabiliza em orientar e cobrar o atestado médico dos alunos, assim como o preenchimento da anamnese de atividade física.

Fiscalização em Condomínios

O Conselho Regional de Educação Física (CREF) fiscaliza academias de condomínios, para identificar irregularidades do uso de equipamentos e pessoais trainers em atividade. Tal ação tem amparo na Lei. 9.696/98, e resolução n. 46/2002 do CONFEF, que na eventualidade de se encontrar profissional de educação física sem o devido registro, será aberto um boletim de ocorrência na Delegacia, e o condomínio será autuado por permissão de atividade ilícita.

É importante que o síndico contrate uma empresa ou funcionário, para coordenar as atividades e autorizar a entrada de profissionais habilitados para as aulas, querem seja na academia, salão de festas, piscina e quadra poliesportiva. Dessa forma, deverá ser criado um regulamento interno, evitando riscos ao condomínio e seus moradores. No dia a dia, deixar essa atividade para o zelador ou administradora, pode vir a ocasionar em processo civil ou criminal ao síndico.

Toda pessoa que deseja praticar atividade física deve procurar um Profissional de Educação Física habilitado. Tem sido uma prática nos condomínios, os moradores contratarem seus “pessoais trainers”, sem se atentar para um contrato e pedir o registro no CREF. Tal contratação pode acarretar em problemas para o síndico e administradora. Entre eles:

- ser autuado pelo CREF, podendo vir a pagar multa;
- indenização trabalhista, na ausência de contrato pré-estabelecidos entre as partes (condômino x personal trainer), o condomínio pode vir a pagar a conta;

Outras práticas comuns são os condomínios montarem a academia, e não disponibilizar um profissional de educação física para atender aos condôminos. Na eventualidade de acontecer acidente ou lesão com o morador, o condomínio poderá ser acionado para pagamento de possível indenização. É importante salientar, que é obrigação do síndico zelar pela manutenção da academia, seguindo a Lei do Condomínio n. 4.591/64, e é dever dos condôminos pagarem por esses serviços, segundo a Lei do Inquilinato n. 8.245/91.

REALIZAÇÃO



Bruno Barbieri – CREF: 056278-G/SP

Licenciado e Bacharel em Educação Física – UNISA 2006

Orientador de Atividade Física e Personal Trainer há mais de 10 anos.

Especialidades: Musculação, Condicionamento Físico, Reabilitação, Treinamento Funcional, Hipertrofia e Emagrecimento.

Informações e Orçamentos

Entre em contato, será um prazer atendê-lo!

brunocondominiofit@gmail.com

 (11) 98135-5115

www.condominiofit.com

