

CONVÊNIO Grupo de Corrida



Associação dos
Colaboradores da
Lojas Renner SA

&



ADESÃO E AUTORIZAÇÃO DE DESCONTO EM FOLHA DE PAGAMENTO

Modalidade de adesão:

☐ Presencial: R\$ 140,00/mês

☐ Online: R\$ 100,00/mês

Nome: _____ Matricula: _____

CPF: _____ - ____ Data de nascimento: ____/____/____ Unidade: _____

Empresa: ☐ RENNER ☐ YOUCOM ☐ CAMICADO ☐ REALIZE ☐ REPASSA

E-mail: _____ Telefone: (____) _____

Condições de adesão ao convênio:

- **Prazos de Adesão:** as adesões poderão ser realizadas até o dia 15 de cada mês, com início da vigência no primeiro dia útil do mês seguinte.
- **Modalidade Presencial:** essa modalidade concede direito de participar dos treinos de corrida semanais sendo: 1 treino realizado em ponto fixo na sede da Lojas Renner S.A., e os demais treinos realizados de forma autônoma ou em pontos de treinamento acordados com os professores da Vorax.
- **Modalidade Online:** esta modalidade inclui apenas o acesso às planilhas de treino elaboradas pelos professores, ou seja, não contempla os pontos presenciais de treinamento do grupo, exceto o ponto fixo da sede da Renner. Os treinos deverão ser realizados de forma autônoma, em locais de preferência do participante. Os treinos realizados aos sábados, no ponto em Porto Alegre/RS, possuem custo adicional, que deverá ser verificado e pago diretamente à assessoria.
- **Prazos de Cancelamento:** os cancelamentos poderão ser realizados até o dia 15 de cada mês, através do e-mail ser@lojasrenner.com.br e estarão cancelados a partir do primeiro dia útil do mês seguinte.
- **Afastamento pelo INSS:** em caso de afastamento pelo INSS, a participação no convênio será automaticamente bloqueada. Ao retornar ao trabalho, o colaborador/associado deverá realizar nova adesão.
- **Desligamento:** em caso de desligamento da empresa, o convênio será automaticamente cancelado.
- **Comunicações:** ao aderir ao convênio, o colaborador/associado autoriza o recebimento de comunicações gerais relacionadas a parceria, enviadas por múltiplos canais.
- **Uso de Imagem:** o colaborador/associado autoriza o uso de sua imagem para eventuais divulgações.
- **Responsabilidade Financeira:** a Associação será responsável apenas pelo desconto da mensalidade. Demais custos, tais como inscrição em provas, participação em eventos, aquisição de equipamentos e outros itens adicionais, são de responsabilidade do aluno.

Solicito minha adesão ao grupo de corrida Vorax e autorizo a Lojas Renner S.A. a efetuar o desconto antecipado em minha folha de pagamento, em favor da Associação dos Colaboradores Renner – SER, referente à mensalidade da modalidade sinalizada, estando de acordo com as condições acima descritas. **Declaro que tive acesso e estou ciente do formulário de ANAMNESE da Vorax, bem como que estou apto(a) para a prática de atividades físicas.**

Local: _____

Data: ____/____/____

Assinatura do(a) associado(a)

ANAMNESE

PAR-Q: QUESTIONÁRIO DE PRONTIDÃO PARA A ATIVIDADE FÍSICA

Alguma vez um médico lhe disse que você possui um problema do coração e recomendou que só fizesse atividade física sob supervisão médica? ☐ Sim ☐ Não

Você sente dor no peito causada pela prática de atividade física? ☐ Sim ☐ Não

Você sentiu dor no peito no último mês? ☐ Sim ☐ Não

Você tende a perder a consciência ou cair, como resultado de tonteira? ☐ Sim ☐ Não

Você tem algum problema ósseo ou muscular que poderia ser agravado com a prática de atividade física? ☐ Sim ☐ Não

Algum médico já recomendou o uso de medicamentos para a sua pressão arterial ou condição física?
☐ Sim ☐ Não

Você tem consciência, através da sua própria experiência ou aconselhamento médico, de alguma outra razão física que impeça sua prática de atividade física sem supervisão médica? ☐ Sim ☐ Não

Obs: Justifique as respostas SIM: _____

CORRIDA

Quais são os seus objetivos em relação à corrida? Selecionar somente uma opção.

☐ 1- Intervenção (Emagrecimento, Hipertensão, Diabetes, Fibromialgia, etc...)

☐ 2- Condicionamento físico / Saúde ☐ 3- Performance

Justifique:

Qual a sua experiência com treinamento de corrida?

☐ Nunca corri

☐ Corro menos de 5km

☐ Corro entre 5 e 10km

☐ Corro mais de 10km

Existe algum assunto que ache importante informar que possa interferir na sua prática de corrida?

Declaração de Responsabilidade

Estou ciente da proposta da **Vorax Assessoria Esportiva**, assumindo a veracidade das informações prestadas no questionário.

Assinatura: _____

Data: ____/____/____