



## REGIMENTO INTERNO DO TÊNIS DE MESA - 2026

**1. Introdução:** Este regimento tem por finalidade definir as normas de conduta para a modalidade TÊNIS DE MESA, bem como a utilização das dependências para sua prática sob orientação dos professores. Ele está diretamente ligado e subordinado ao Estatuto Social do Clube.

O objetivo é proporcionar o treinamento específico da modalidade, de forma planejada através de uma metodologia própria do clube.

### 2. Grade horária

DIA	HORÁRIO	NÍVEL PEDAGÓGICO	PROFESSOR
2ª Feira	17:10 às 17:40	Infantil 2 (13 a 15 anos)	Gleydson
2ª Feira	17:40 às 18:10	Infantil 1 (10 a 12 anos)	Gleydson
3ª Feira	17:40 às 18:10	Infantil 1 (10 a 12 anos)	Gleydson
3ª Feira	18:10 às 18:40	Infantil 2 (13 a 15 anos)	Gleydson
5ª Feira	17:40 às 18:10	Infantil 2 (13 a 15 anos)	Gleydson
5ª Feira	18:10 às 18:40	Infantil 1 (10 a 12 anos)	Gleydson

**3. Espaços físicos:** A modalidade acontece na Boate, ao lado do Ginásio do clube.

**4. PAR-Q/ATESTADO MÉDICO:** A lei nº 16.724 de (22/05/18), alterou a lei anterior da exigência do atestado médico. Está instituído o Questionário de Prontidão para Atividade Física (PAR-Q) para pessoas até 69 anos de idade. Os menores de 18 anos deverão estar devidamente autorizados pelos pais, os quais são responsáveis para responder o questionário e assinar pelos mesmos. Para os alunos com 70 anos de idade ou mais, permanece obrigatória a apresentação do atestado médico de aptidão para prática de atividades físicas e deverá constar obrigatoriamente o nome completo do médico, número do CRM e eventuais observações relativas às especificidades de cada caso.

**5. Faltas e atrasos:** Cada aluno não poderá exceder o limite de 01 faltas por mês sem justificativa, ocasionando sua exclusão do horário, podendo fazer nova inscrição, aguardando sua nova chamada pelo depto de esportes. No caso de atraso (caso passe dos 5 minutos de tolerância após início da aula) ou saída antecipada da aula o responsável será notificado, persistindo o atraso ou a saída antecipada, o aluno não poderá adentrar a aula ou sair antecipadamente, visando o melhor aproveitamento pedagógico da aula. **Cada aluno poderá justificar até 02 semanas de faltas no ano letivo por motivo de viagem. A justificativa deverá ser feita antecipadamente por e-mail, por parte do aluno ou responsável e encaminhada ao depto de esportes no endereço: dpesportes@piscinaararas.com.br, em nenhuma hipótese será aceita uma justificativa posterior à data da viagem / falta.**

**6. Responsabilidade:** O clube e os professores não se responsabilizarão por crianças deixadas no recinto fora do horário de aula.

**7. Uniforme e Material esportivo:** Solicitamos que as crianças estejam vestidas com roupas adequadas para a prática de atividades físicas (Uso obrigatório do tênis).

**As raquetes para as aulas serão disponibilizadas para os 02 primeiros meses de aula, após esse tempo, o aluno deve adquirir a própria raquete.**

**8. Limite de vagas:** As turmas terão limite de 06 alunos.

**9. Inscrições / espera / triagem de vagas:** As inscrições serão realizadas no departamento de esportes. Após a inscrição o aluno estará automaticamente na lista de espera e a triagem de vagas será realizada na primeira semana de cada mês, atribuindo a vaga após exclusão dos faltosos do mês anterior e ou desistentes por outros motivos. A matrícula será realizada via aplicativo do clube (**PISCINA ARARAS**) ou presencialmente no departamento de esportes, menores de idade deverão estar acompanhados dos responsáveis para efetivação da matrícula. Assim que o aluno for convocado para participar das aulas no horário de sua escolha, qualquer 2ª opção de horário informada será automaticamente cancelada. Caso o aluno deseje alterar a turma, será necessário realizar uma nova inscrição e aguardar na lista de espera novamente. Quando o Departamento de Esportes entrar em contato pelo WhatsApp, o aluno terá um prazo máximo de 3 (três) dias para responder. Caso não haja retorno dentro desse período, a inscrição será automaticamente cancelada. Além disso, o Departamento não se responsabiliza por problemas decorrentes de cadastros desatualizados. Por isso, solicitamos que mantenha suas informações sempre atualizadas, especialmente o número de telefone para contato.

**10.** Solicitamos aos pais e responsáveis, que **não permaneçam** no recinto das aulas, acompanhando e assistindo os filhos em aula. Essa prática pode prejudicar as funções pedagógicas e disciplinares entre professor e aluno. Não podemos proibir a presença, porém sustentamos de bom senso esse pedido, pois temos a certeza que assim, conseguiremos auxiliar o desenvolvimento e o aprendizado do aluno.

**Departamento de Esportes AAA – ATUALIZAÇÃO -  
FEVEREIRO/2026**

Eu, \_\_\_\_\_, responsável pelo aluno

\_\_\_\_\_, declaro que recebi e estou ciente dos itens contidos no Regimento Interno do

**Tênis de Mesa.**

Data: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / 2026.

Ass.: \_\_\_\_\_