



**CLUBE NAVAL**

**DEPARTAMENTO ESPORTIVO**

Rio de Janeiro, RJ,  
Em, 21 de dezembro de 2021.

**ORDEM INTERNA Nº 70-106 (VDET)**

Assunto: Utilização da sauna

Anexo: Horário de funcionamento

**1 - PROPÓSITO**

Estabelecer normas e procedimentos para uso da sauna do Departamento Esportivo do Clube Naval (DECN).

**2 - INSTRUÇÕES GERAIS PARA USO DA SAUNA**

**2.1 - INSTRUÇÕES PARA ACESSO E USO DA SAUNA**

2.1.1 - O uso da sauna é exclusivo dos Sócios, seus dependentes e convidados mediante a aquisição e apresentação na portaria da sauna dos respectivos tickets adquiridos na Tesouraria. A idade mínima autorizada para o usuário é de 15 (quinze) anos.

2.1.2 - O valor do ticket a ser adquirido na Tesouraria do Clube, tendo um custo menor para Sócios e dependentes e maior para convidados. A validade do ticket é indeterminada e dará direito, além do acesso e uso das instalações, a: 02 (duas) toalhas; 01 (um) chinelo; e produtos de higiene (sabonete, desodorante, talco e cotonete), todos para uso exclusivo no interior das instalações da sauna.

2.1.3 - No caso da Tesouraria estar fechada, os tickets para o ingresso serão adquiridos na portaria da sauna.

2.1.4 - Para ter acesso às instalações da sauna, os Sócios devem estar em dia com seus compromissos financeiros com o Clube, e possuir foto no cadastro.

2.1.5 - Os convidados só terão acesso e poderão permanecer na sauna se estiverem acompanhados pelos Sócios responsáveis pelo convite.

2.1.6 - A sauna do DECN dispõe de vestiários feminino e masculino, uma sauna seca e outra úmida, ambas com capacidade máxima de 20 (vinte) usuários simultaneamente, tanto na sauna seca como na úmida. Dispõe também de piscina de hidromassagem, de uma ducha escocesa e de 02 (dois) bares. Dispõe de mesas, cadeiras e espreguiçadeiras para atender aos usuários.

2.1.7 - Algumas normas são específicas das diversas áreas citadas acima e deverão ser observadas por todos, visando a garantir o relaxamento e descanso dos usuários.

2.1.7.1 - Na sauna seca não será permitido entrar com alimentos e bebidas. Também não será permitida a entrada com sabonetes ou qualquer líquido deslizante. A essência deverá ser manipulada exclusivamente pelos funcionários. A temperatura dessa sauna será de 80°C e será controlada pela equipe de funcionários de plantão, sendo vedada o acesso dos usuários ao sistema de controle de temperatura.

2.1.7.2 - Na piscina de hidromassagem é mandatório que o usuário observe os seguintes cuidados: tome uma ducha antes de entrar na piscina; não use óleo no corpo; não mergulhe ou salte para entrar na piscina; não deixe copos e garrafas na borda da piscina; em nenhuma hipótese entre com alimentos e bebidas na piscina; e respeitar a capacidade máxima de 08 (oito) pessoas, simultaneamente.

2.1.7.3 - A ducha escocesa - poderá ser utilizada mediante solicitação aos funcionários de plantão. O tempo máximo de aplicação da ducha é de 05 (cinco) minutos.

2.1.7.4 - Na sauna úmida não será permitido entrar com alimentos e bebidas. A temperatura dessa sauna será de 45°C e será controlada pela equipe de funcionários de plantão, sendo vedada o acesso dos usuários ao sistema de controle de temperatura.

2.1.7.5 - O aparelho de televisão só poderá ser acionado por funcionários.

2.1.7.6 - As instalações da sauna são ambientes propícios ao descanso e ao relaxamento, sendo recomendado que os usuários mantenham conversas entre si em tom moderado.

2.1.8 - O ingresso nas instalações da sauna ficará limitado a meia hora antes do horário de encerramento das atividades. Cinco minutos antes do encerramento todos os equipamentos serão desligados.

2.1.9 - Todos os Sócios e seus convidados deverão se retirar até a hora do fechamento diário previsto nesta norma.

### **3 - ALTERAÇÕES**

As presentes normas poderão ser alteradas, sem prévio aviso, para atender as imposições e por recomendações de autoridades sanitárias municipais, estaduais ou federais.

### **4 - HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO**

Os horários de funcionamento constam no anexo desta Ordem Interna.

### **5 - VIGÊNCIA**

Esta Ordem Interna entra em vigor na presente data.

### **6 - RESPONSABILIDADE**

A Vice-Diretoria de Esportes Terrestres será a responsável pelo fiel cumprimento desta OI.

### **7 - APROVAÇÃO**

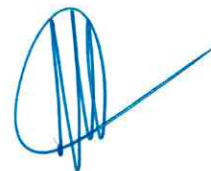
Esta Ordem Interna foi aprovada pela 12ª Sessão Ordinária da Diretoria (SOD) realizada em 21/12/2021.



**JOSÉ EDUARDO MONTEIRO**  
Capitão de Mar e Guerra (Refº-IM)  
Comodoro

Distribuição:  
Comodoria  
Vice-Comodoria  
Vice-Diretorias  
Assessores  
Arquivo

## HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO




### 1 – SAUNA:

- a) terça a sexta-feira - 15h às 21h30 para entrar. Fechamento às 22h (saída obrigatória);
- b) sábados - 09h às 21h30 para entrar. Fechamento às 22h (saída obrigatória); e
- c) domingos e feriados - 09h às 19h30 para entrar. Fechamento às 20h (saída obrigatória).

### 2 - BARES DA SAUNA:

- a) terça a sexta-feira - 15h às 22h;
- b) sábados - 09h às 22h; e
- c) domingos e feriados - 09h às 20h.

  
\_\_\_\_\_  
Vice-Diretor de Esportes Terrestres