

1. OBJETIVO

- 1.1. Disponibilizar ao participante/segurado serviço ligado à assistência *personal fitness*, de acordo com as condições deste regulamento.

2. ÂMBITO TERRITORIAL

- 2.1. Os serviços serão prestados em todo o território nacional.

3. PROCEDIMENTO PARA O ATENDIMENTO

- 3.1. O participante/segurado deverá ligar para a central de atendimento, fornecer as informações necessárias para sua identificação e solicitar a informação desejada.
- 3.2. Os serviços de assistência *personal fitness* compreendem em orientação em uma ou mais áreas descritas no próximo item 4, e serão prestados através de atendimento telefônico, em caráter meramente informativo. Os custos incorridos nos serviços serão por conta do participante/segurado.
- 3.3. O segurado é atendido via telefone por um profissional da Educação Física, que realizará uma anamnese completa, incluindo informações do seu histórico médico, prática de atividade física, disponibilidades para praticar exercícios, entre outros.
- 3.4. O profissional analisará os dados e fará as orientações necessárias por telefone e, se necessário, enviará por email um documento descrevendo as informações solicitadas e as sugestões ao segurado.
- 3.5. **O pacote de serviços está disponível de segunda a sexta-feira, das 09:00 às 18:00 horas por meio do telefone 0800 749 0009 (discagem gratuita).**

4. SERVIÇOS

4.1.1. PACOTE DE SERVIÇOS:

- a) Orientações sobre a prática de atividade física;
- b) Análise individual do condicionamento físico;
- c) Sugestões diversas para sair do sedentarismo ou ampliar a atividade física;
- d) Programas de atividades de acordo com a rotina de cada um;
- e) Programa de atividades direcionado a necessidades específicas, incluindo pacientes com deficiência física;

- f) Dicas para evitar vícios na prática de atividades físicas;
- g) Indicação sobre academias, nutricionistas e restaurantes naturais;
- h) Orientação sobre compra de materiais / equipamentos para atividade física em casa;
- i) Informação sobre o calendário das atividades físicas (encontros, workshops, simpósios...);
- j) Indicação de sites e bibliografias relacionados à atividade física.

4.1.2. ATENDIMENTOS ESPECIAIS:

- a) Atividade física para crianças e adolescentes;
- b) Atividades físicas para idosos;
- c) Atividades físicas para gestantes;
- d) Atividades físicas e patologias;
- e) Atividades físicas e obesidade

Limite: 6 (seis) utilizações por vigência.

5. CUSTO DO SERVIÇO

- 5.1. O custo do serviço poderá sofrer reajuste a pedido da prestadora de serviços. Na ocorrência de alterações do valor, a **CAPEMISA** passará a cobrar o novo valor acordado.

6. VIGÊNCIA

- 6.1. A assistência *Personal Fitness* vigorará enquanto estiver em vigor o produto do qual faz parte o participante/segurado.