

# REGULAMENTO DO CLUBE FORLIFE

## I PARTE GERAL:

A cooperação dos Associados em cumprir o regulamento do Forlife será muito apreciada. Este fator é de extrema importância para que o Forlife possa manter o bom funcionamento e a qualidade dos seus serviços. Desta forma, os Associados poderão usufruir em pleno da sua adesão, contribuindo para a manutenção de um ambiente agradável.

### 1. Acesso às instalações:

1.1. Será entregue uma pulseira a cada Associado. Os Associados terão que fazer a leitura ótica da mesma por razões de segurança e verificação em cada visita antes da entrada no Clube Forlife (Forlife). É obrigatório devolver a pulseira no ato de cancelamento da inscrição.

O Associado poderá também registar-se na aplicação do Forlife e aceder às instalações por meio de QRCode, que será lido por dispositivo próprio.

1.2. O Forlife poderá fazer cessar a inscrição de qualquer Associado sem reembolso, no caso de haver incumprimento do regulamento por parte deste. As inscrições iniciais não são reembolsáveis.

1.3. Os Associados deverão informar o Forlife acerca da mudança de dados pessoais como: número de telemóvel, endereço de correio eletrónico, endereço de residência, documento de identificação civil ou qualquer outro dado relevante para a correcta e actualizada identificação dos Associados.

### 2. Aptidão física:

2.1. A frequência do Forlife por parte dos Associados depende sempre da assinatura de um termo de responsabilidade, mediante o qual declaram não existir qualquer contra-indicação médica para a prática das atividades físicas que pretendem frequentar.

2.2. O Forlife reserva-se ao direito de pedir, a qualquer momento, comprovativo médico das condições físicas dos Associados, o qual deverá ser entregue num prazo razoável, mas nunca superior a 7 (sete) dias, sob pena de suspensão da inscrição do Associado em causa.

2.3. É da responsabilidade das Associadas grávidas verificarem com o seu médico quais as valências ou modalidades do Forlife que não deverão ser praticadas durante a gravidez. O clube não aceitará quaisquer obrigações neste contexto.

### 3. Utilização da sala de musculação/cardiofitness:

3.1. Os Associados deverão procurar instruções antes de utilizarem qualquer equipamento desconhecido.

3.2. Os Associados deverão utilizar as toalhas pequenas para a limpeza dos aparelhos após o seu uso.

3.3. Os Associados apenas deverão ocupar/utilizar os aparelhos para o fim específico a que cada um se destina.

3.4. Os Associados devem conservar o material utilizado.

3.5. Após a utilização dos materiais (barras, halteres e discos) os associados têm de deixar os equipamentos nos lugares designados.

#### 4. Aulas de grupo:

4.1. Os Associados deverão sempre reservar previamente a sua presença nas aulas de grupo.

4.2. Os Associados ou convidados poderão ser impedidos de entrar nas aulas, caso seja verificado atraso superior a 10 minutos, a fim de evitar perturbações.

4.3. Aos instrutores de cada modalidade reserva-se o direito de solicitar o abandono da aula de qualquer pessoa que esteja a impossibilitar o bom funcionamento da mesma ou que esteja a pôr em risco a sua própria segurança ou a de outro Associado.

4.4. Após o fim da aula, solicita-se que os Associados colaborem na desinfeção e arrumação do material utilizado de modo a poder ser prontamente manuseado por outros Associados.

#### 5. Piscinas:

5.1. O Forlife reserva-se o direito de adequar o tempo de utilização das piscinas de acordo com a ocupação efectiva das mesmas, em cada momento.

5.2. Os Associados têm de:

(i) tomar duche antes de utilizarem a piscina;

(ii) usar, obrigatoriamente, touca de natação;

(iii) não correr, saltar ou mergulhar na piscina;

(iv) cumprir com quaisquer outras diretrizes de natação afixadas na área da piscina;

(v) não consumir, armazenar ou trazer para a área da piscina qualquer comida ou bebida e recipientes de vidro.

5.3. Os Associados não deverão nadar sozinhos, exceto os Associados ao regime de natação livre.

5.4. Os Associados utilizarão a piscina sob sua responsabilidade e de acordo com aconselhamento médico próprio.

5.5. Não é permitida a presença de Associados ou acompanhantes, que não se encontrem a realizar aula, na nave da piscina.

5.6. A lotação máxima por pista de natação livre será de 15 Associados.

5.7. Na utilização das pistas livres, os Associados deverão nadar sempre no lado direito da pista.

5.8. O acesso à natação livre está sujeito à disponibilidade de vagas nas piscinas uma vez que poderão decorrer aulas de natação em simultâneo.

#### 6. Squash

6.1. A utilização dos campos está sujeita a marcação que deve ser feita com antecedência adequada de forma a garantir a utilização dos espaços de acordo com os horários pretendidos.

## 7. Higiene, segurança e responsabilidade

7.1. Por razões de saúde e higiene, todos os Associados e seus acompanhantes, enquanto utilizadores ou frequentadores das instalações, deverão obrigatoriamente:

- (i) não levar comida, bebida e recipientes de vidro para o interior do Forlife;
- (ii) não fazer a barba, cortar o cabelo ou fazer a depilação em locais inapropriados como os duches.

7.2. As toalhas facultadas pelo Forlife têm de ser obrigatoriamente devolvidas no final do treino, na receção, passando a pulseira no sensor para efeitos de controlo.

## 8. Comportamento e vestuário

8.1. Os Associados deverão deslocar-se de forma calma e correcta quando se encontrem dentro ou na área do Forlife, de maneira que não incomode ou impeça o bem-estar de outros Associados e convidados. Não usar linguagem insultuosa, agressiva ou abusiva, ou molestar e incomodar outros Associados e/ou funcionários. Qualquer incumprimento desta regra será considerado um sério incumprimento e podendo determinar o cancelamento da inscrição.

8.2. Os Associados deverão estar vestidos apropriadamente quando utilizarem a área social do Forlife e, no caso de terem feito exercício, deverão tomar duche antes de utilizar esta respetiva área.

8.3. Os Associados deverão estar convenientemente vestidos sempre que estiverem nas instalações do Forlife, inclusive quando forem realizar exercícios. As indicações para o vestuário adequado poderão ser obtidas junto da Recepção do Forlife, que reserva-se o direito de, segundo os seus critérios, solicitar a qualquer Associado que abandone as instalações se o seu vestuário for considerado inadequado.

8.4. Os Associados do Forlife e os funcionários deverão, sempre, demonstrar respeito mútuo.

8.5. O Forlife dispõe de Livro de Reclamações, nos termos legais, podendo os Associados apresentar também as suas reclamações e sugestões através do e-mail geral@forlife.pt.

## 9. Cacifos

9.1. Com exceção dos cacifos privados, alugados mensalmente ou anualmente pelos Associados, os restantes cacifos estão à disposição para o uso diário durante a permanência dos Associados nas instalações. Quaisquer bens deixados de um dia para o outro serão removidos do cacifo e entregues na área de Perdidos e Achados.

9.2. O Forlife não será responsável por qualquer artigo perdido ou roubado nas suas instalações, quer esteja ou não guardado no cacifo.

9.3. Os cacifos privados serão esvaziados uma semana após o termo do prazo de aluguer.

## 10. Geral

10.1. As horas normais de funcionamento do Forlife, são divulgadas nos locais de habitual comunicação, bem como as alterações das mesmas, salvo eventuais alterações de carácter urgente.

10.2. Os Associados deverão deixar as instalações do Forlife pontualmente na hora de fecho. Caso tenham de utilizar os balneários depois de saírem do ginásio, piscinas e quaisquer outros espaços, poderão fazê-lo sem ultrapassar a hora de fecho.

10.3. Não é permitida a presença de animais de estimação no Forlife.

10.4. É proibido fumar em toda e qualquer área do Forlife.

10.5. Os custos para a utilização de instalações ou valências individuais que não estão incluídas nas inscrições serão montantes que o Forlife determinará, em cada caso, e que poderão sofrer alterações de preços.

10.6. O Forlife poderá alterar este regulamento periodicamente, sem necessidade de notificação prévia aos Associados, mas publicitando cada alteração efectuada.

10.7. Não é permitida a captura de imagem, vídeo ou som nas instalações do Forlife sem prévia autorização formalmente comunicada.

10.8. Roupa e sapatos limpos e apropriados para exercício deverão ser usados durante o treino. Não é permitida a utilização de sapatos desportivos trazidos calçados da rua ou chinelos.

10.9. O Forlife reserva-se ao direito de alterar o preçário, reformular a oferta de atividades, respetivos horários e professores sempre que se tal justifique.

10.10. O Forlife encerra nos dias 25 de Dezembro, 01 de Janeiro e no Domingo de Páscoa.

10.11. No período de Verão, compreendido entre os dias 01 de Julho e 31 de Agosto, existirão alterações ao horário das aulas e redução do número das mesmas, as quais serão comunicadas aos Associados com antecedência dequada.

10.12. É estritamente proibida a entrada em qualquer espaço do Forlife destinado a aulas sem a presença do instrutor.

10.13. Em dias de feriado, véspera do dia de Natal e véspera de Passagem de Ano, não serão dadas aulas no Forlife.

10.14. Não existirão compensações relativas aos dias de feriado, indisponibilidade do Associado ou imposição do encerramento por motivos alheios ao clube.

10.15. O Associado não poderá frequentar o Forlife sob o efeito de álcool ou narcóticos.

10.16. O Associado não poderá trazer treinadores pessoais para o clube.

## 11. Associado-juvenil

11.1. Todas as atividades infantis estão sujeitas a inscrição prévia na turma.

11.2. Não será autorizada a presença do Associado-juvenil sem o respectivo representante legal, ou quem assuma essa função, em nenhuma área do Forlife, exceto nas atividades monitorizadas pelos técnicos correspondentes.

11.3. O representante legal do Associado-juvenil tem de permanecer nas instalações do Forlife sempre que o Associado juvenil também nele estiver.

11.4. O Associado-juvenil deverá estar presente na hora certa do início da atividade, exceto se instruído a esperar pela hora apropriada para se juntar ao grupo.

11.5. O representante legal do Associado-juvenil deverá estar presente 5 (cinco) minutos antes de as atividades terminarem, no local onde estas decorrem ou, no caso das piscinas, no respectivo balneário.

## 12. Personal Training

12.1. O Forlife possui um programa de Personal Training (Treino Personalizado) sobre o qual ao Associados deverão contactar a Recepção ou o Diretor Técnico para as necessárias informações.

A cooperação dos Associados em cumprir o regulamento do clube será muito apreciada.

Este fator é de extrema importância para que o clube possa manter o bom funcionamento e a qualidade dos seus serviços. Desta forma, os Associados poderão usufruir em pleno da sua adesão, contribuindo para a manutenção de um ambiente agradável.

# CONDIÇÕES DE ADESÃO

## II INSCRIÇÃO:

### 1. Definições:

ETMB - a sociedade "Empreendimentos Turísticos Monte Belo - Sociedade de Turismo e Recreio, S.A.", NIPC 502 062 703, com sede na Rua do Palácio do Gelo n.º 1, Palácio do Gelo Shopping - Piso 3, 3500-606 Viseu, com o capital social de €43.300.000,00 (quarenta e três milhões e trezentos mil euros).

Forlife - estabelecimento da propriedade da ETMB, identificado no formulário de adesão/inscrição.

Associado - Pessoa singular, a partir dos 16 anos inscrita no Forlife.

Associado juvenil - Pessoa singular menor de 16 anos inscrita no Forlife.

### 2. Objeto do contrato:

Este documento, que regula as condições de acesso, inscrição e utilização do Forlife, tem por objeto a disponibilização de instalações e equipamentos para a prática desportiva e de atividades de lazer e a prestação de serviços conexos com as referidas atividades.

### 3. Duração do contrato:

O presente contrato refere-se à inscrição no Forlife, pelo prazo de 6 (seis) meses, renovável automaticamente por períodos de 1 (um) mês.

### 4. Inscrição - regras gerais:

A ETMB é completamente livre para analisar, aceitar ou recusar os pedidos de inscrição de cada Associado. A inscrição é automaticamente aceite, no entanto é reservado à ETMB o direito de aceitar ou recusar a mesma, nos 5 dias posteriores à receção do formulário de inscrição.

Após a aceitação pela ETMB da inscrição do Associado, esta considera-se realizada na data da celebração do presente contrato.

A inscrição do Associado respeita exclusivamente à instalação identificada no respectivo formulário, não sendo extensível a qualquer outra valência do Forlife.

### 5. Tipos de Associado:

Os Associados podem ser Associados ou Associados-juvenis, tal como definido no ponto 1 supra.

### 6. Tipos de inscrição:

6.1. Os Associados-juvenis poderão optar por um dos seguintes pacotes:

**ForKidsLight** (acesso a 1 curso, 1x por semana);

**ForKids** (acesso a 1 ou 2 cursos, até 2x por semana) ou

**ForSuperKids** (acesso a 3 ou 4 cursos, até 4 vezes por semana).

## 6.2. Os Associados poderão optar por um dos seguintes pacotes:

**ForYou** - acesso ilimitado às atividades, em sistema de livre-trânsito, de acordo com o horário pretendido (económico ou total). Inclui: pulseira de treino, sessão de prescrição e orientação do programa de treino, avaliações físicas mensais, disponibilizadas como parte do pacote contratado, a pedido do associado, acesso à sala de cardiofitness, acesso às aulas de grupo, acesso à natação livre, desconto no aluguer das quadras de Squash, 10% desconto no Forlife Cabeleireiro & Estética e oferta de 1 hora extra no parque de estacionamento coberto do Palácio do Gelo Shopping (2h total).

**ForMe** - acesso a 1 curso, em sistema de até 2 vezes por semana, de acordo com o horário pretendido. Inclui: pulseira de treino, 10% desconto no ForLife Cabeleireiro & Estética, desconto no aluguer das quadras de Squash e uma hora extra no parque de estacionamento coberto do Palácio do Gelo Shopping (2h total).

**ForMeLight** - acesso a 1 curso, em sistema de 1x vezes por semana, de acordo com o horário pretendido. Inclui: pulseira de treino, 10% desconto no ForLife Cabeleireiro & Estética, desconto no aluguer das quadras de Squash e uma hora extra no parque de estacionamento coberto do Palácio do Gelo Shopping (2h total).

6.3. Em qualquer um dos programas de adesão, o acesso a 1 curso extra, implica o pagamento de um suplemento no valor de 11€ (onze euros).

## 7. Pressupostos da Inscrição:

**7.1. Condições comuns:** Todos os Associados, independentemente da sua classificação ou tipo de inscrição, devem preencher as seguintes condições de candidatura/inscrição, sem as quais a inscrição não entrará em vigor: (i) preenchimento do formulário de inscrição; (ii) integral pagamento da taxa de inscrição e da primeira semestralidade ou prestação desta e (iii) aceitação do Regulamento do Forlife.

7.1.2. A ETMB pode alterar, adicionando ou eliminando, quaisquer serviços ou atividades do Forlife, devendo para o efeito informar por qualquer meio os Associados.

**7.2. Do Associado:** Possuir idade mínima de 16 anos.

**7.3. Do Associado-juvenil:** Quando o candidato a associado for menor de 16 anos, o formulário de adesão deverá ser assinado por quem exerça, em relação àquele, o poder paternal, tutela ou curadoria ou qualquer outra forma legal de representação do menor, a qual deverá ser adequadamente comprovada aquando da inscrição.

## 8. Pulseira do Associado:

Após a inscrição será entregue uma pulseira ao Associado que lhe permitirá aceder às instalações do Forlife. Os Associados terão de realizar, obrigatoriamente, a leitura ótica da sua pulseira em cada visita ou entrada no Clube, por razões de segurança e verificação. A pulseira do Associado é individual, pessoal e intransmissível, pelo que o Associado não autorizará que a mesma seja utilizada por terceiros, devendo comunicar imediatamente ao Clube o seu extravio.

A pulseira do Associado é gratuita, porém, a sua substituição, por causas não imputáveis à ETMB, encontra-se sujeita ao pagamento de uma taxa, pelo valor fixado pela ETMB à data em que tiver sido requerida a sua substituição.

É obrigatório devolver a pulseira no ato do cancelamento da inscrição.

## 9. Direitos do Associado:

(i) Utilização livre das instalações do Forlife identificadas no formulário de inscrição, de acordo com os respectivos Horários e Regulamento, com exceção daqueles cuja utilização a ETMB reserve, de forma permanente ou pontual, para atividades organizadas e/ou específicas, tais como obras de valorização ou manutenção;

(ii) Utilização livre de todos os serviços e atividades do Forlife identificados no formulário de inscrição incluídos na semestralidade, de acordo com os respectivos Horários e Regulamento, com exceção daqueles cuja utilização a ETMB expressamente faça depender do pagamento de um montante adicional, livremente fixado pela ETMB.

## 10. Deveres do Associado:

(i) Utilizar as instalações do Forlife, seus bens e serviços, de acordo com o Regulamento em vigor; que os Associados se obrigam a conhecer, observar e cumprir pontualmente;

(ii) Conhecer, observar e cumprir todos os Horários em vigor;

(iii) Proceder com urbanidade e educação relativamente a todos os demais utentes do Clube;

(iv) Aceitar as indicações e recomendações que lhes forem dadas ou solicitadas pelos trabalhadores e colaboradores do Forlife;

(v) Utilizar a pulseira de Associado de acordo com o estabelecido neste contrato e Regulamento; Assinar o Termo de Responsabilidade em como se encontra apto para a prática do exercício físico;

(vi) Proceder pontualmente ao pagamento da semestralidade, bem como de todas as prestações que lhe forem exigidas pela ETMB nos termos da lei, do contrato, do Regulamento e em caso de aquisição de bens e serviços não incluídos nos Direitos do Associado.

## 11. Deveres do Associado-juvenil:

(i) O representante legal do menor, o Associado-juvenil, é responsável por todas as quantias devidas à ETMB em resultado da inscrição e frequência do Forlife pelo Associado-juvenil. (ii) O Associado-juvenil apenas poderá utilizar as instalações do Forlife nos Horários e de acordo com o Regulamento, especialmente nos termos previstos para os Associados-juvenis. O Associado-juvenil apenas pode frequentar o Clube e praticar qualquer atividade sob a supervisão do seu representante legal, que será responsável por aquele em todo o seu tempo de permanência nas instalações, exceto quando envolvido em atividades organizadas sob a supervisão de um monitor do Forlife.

## 12. Utilização do Forlife - Horário, regulamento e cacifos:

A utilização do Forlife por parte dos Associados depende sempre da assinatura do termo de responsabilidade e da aceitação do respectivo Regulamento.

**12.1. Horário:** O horário das atividades do Forlife, bem como o horário do seu funcionamento, será estabelecido pela ETMB; o Forlife pode fixar horários distintos para os Associados de acordo com as condições específicas da respetiva inscrição. Os horários das atividades do Forlife poderão ser alterados, prolongados ou encurtados, notificando-se os Associados através de informação afixada no Forlife em local bem visível e disponível na receção.



**12.2. Regulamento:** O Regulamento do Clube é entregue ao Associado aquando da sua inscrição e encontra-se afixado nas instalações. A ETMB é livre de proceder a alterações ao Regulamento, notificando os Associados através de informação afixada em local bem visível e disponível na receção.

**12.3. Cacifos:** O Forlife disponibiliza, em cada balneário, cacifos para utilização pelos Associados, de acordo com o Regulamento específicos para o efeito. A ETMB e o Forlife não se responsabilizam pelo uso que os Associados façam dos cacifos, nem pela guarda ou integridade dos bens que os Associados neles coloquem.

### **13. Prestações devidas pelo Associado:**

**13.1. Inscrição inicial:** A inscrição como Associado implica o pagamento de uma taxa, cujo montante será aquele que for praticado pelo Clube na data da aceitação da inscrição e que se encontra devidamente identificado no formulário de inscrição.

**13.2. Semestralidade:** Todos os Associados pagarão uma semestralidade, independentemente do uso efetivo que façam do Forlife. A semestralidade poderá ser paga num só pagamento ou dividido em 6 (seis) prestações mensais. O valor da semestralidade, ou da mensalidade, será atualizado todos os anos, automaticamente, de acordo com o índice dos preços no consumidor (sem habitação) em janeiro de cada ano, publicado pelo Instituto Nacional de Estatística relativamente ao ano anterior, sendo de imediato aplicado, designadamente às prestações mensais, independentemente do momento em que se vencer a semestralidade.

Na ausência do referido indexante, em função de um índice de natureza similar que seja divulgado ou publicado por instituição idónea ou por qualquer forma expressa ou inequívoca substitua o Instituto Nacional de Estatística nas suas funções.

Fora dos casos previstos nos parágrafos anteriores, o valor da semestralidade também poderá ser livremente alterado pela ETMB, após comunicação aos Associados com 60 (sessenta) dias de antecedência. O Associado continuará responsável pelo pagamento da semestralidade, ou da mensalidade, ainda que, por motivos não imputáveis à ETMB, a mesma não possa fornecer a gama completa de serviços anunciados, excepto sócios que optam por modalidade sem fidelização.

**13.3. Formas de pagamento:** Os pagamentos serão efetuados em dinheiro, por cheque ou através do Sistema de Débitos Diretos (SDD). No caso de o Associado optar por efetuar o pagamento através do SDD beneficiará de um desconto correspondente a 10% (dez por cento), do valor da mensalidade. Os Associados são livres de aceitar ou recusar que as cobranças sejam efetuadas através do SDD, podendo, a todo o tempo, cancelar a autorização de débito em conta concedida, sendo que este cancelamento determinará a automática cessação do desconto atribuído. Os montantes devidos são os estipulados no formulário de adesão e a data do débito será sempre a partir do 1º dia útil de cada mês.

**13.4. Penalidades:** Quando o pagamento da semestralidade ou de qualquer uma das mensalidades por débito bancário não for efetuado por motivos imputáveis à instituição de crédito indicada pelo Associado e/ou ao Associado, este está sujeito ao pagamento de uma taxa de devolução em vigor à data e devida sobre cada cobrança de débito em conta bancária não realizada.

Se o pagamento de uma semestralidade ou mensalidade estiver em mora por mais de 30 (trinta) dias a contar da data do seu vencimento, consideram-se automaticamente vencidas e

imediatamente exigíveis todas as quantias devidas à ETMB. Em caso de não pagamento pontual de quaisquer quantias devidas por força deste contrato, serão devidos juros moratórios computados à taxa legal em vigor (taxa supletiva aplicável a créditos de que sejam titulares as sociedades comerciais) desde a data de vencimento das quantias devidas até efetivo e integral pagamento.

#### 14. Suspensão da Inscrição:

Os Associados Juvenis (ForKidsLight, ForKids, ForSuperKids), e estudantes poderão suspender a sua frequência no Forlife durante 2 (dois) meses, podendo estes ser repartidos por 4 (quatro) períodos de 15 (quinze) dias seguidos, sem pagamento da taxa de suspensão e, ainda, suspender a frequência durante mais 1 (um) mês, neste caso, efetuando o pagamento de 25€ (vinte e cinco) euros.

Os outros Associados poderão suspender a sua frequência no Forlife durante 1 (um) mês sem pagamento da taxa de suspensão e/ou efectuar pedidos extraordinários de suspensão, aos quais está associado um custo de 10€ (dez euros)/mês, os quais deverão ser endereçados por via do e-mail: [geral@forlife.pt](mailto:geral@forlife.pt).

Todos os pedidos de suspensão deverão ser efetuados com até 15 (quinze) dias de aviso prévio.

#### 15. Cessação da Inscrição:

**15.1. Pela ETMB:** Para além dos demais casos previstos na lei, a ETMB poderá fazer cessar imediatamente o contrato/inscrição, através do envio de carta registada ao Associado, sempre que: o Associado viole grave ou repetidamente o Regulamento do Forlife; sejam prestadas pelo Associado informações fraudulentas ou erróneas, nomeadamente com o objetivo de uma adesão com vantagens, designadamente descontos ou reduções; o pagamento de qualquer quantia devida à ETMB estiver em mora por mais de 30 (trinta) dias a contar da data do seu vencimento.

##### 15.2. Pelo Associado:

**15.2.1. Período de Reflexão:** O Associado pode revogar livremente, e ainda que sem justa causa, a sua adesão como Associado, através de carta ou comunicação escrita de que fique registo, enviada ao Forlife nos 5 (cinco) dias imediatos à entrega do formulário de adesão. A utilização das instalações do Clube pelo Associado equivale a uma renúncia a este direito de revogação.

**15.2.2. Regra Geral:** Decorridos 6 (seis) meses de vigência do contrato (não sendo para o efeito contados os meses de suspensão que se hajam verificado), o Associado pode denunciar, livremente e a todo o tempo, e ainda que sem justa causa, a sua adesão como Associado, através de carta ou comunicação escrita de que fique registo, enviada para o Forlife, com 30 (trinta) dias de antecedência relativamente à data dos efeitos da cessação.

Em caso de denúncia nos termos do parágrafo anterior, a ETMB, de acordo com a modalidade de pagamento da semestralidade, cessará a cobrança de prestações ou reembolsará o Associado do valor da semestralidade ou mensalidade já pago, tudo em relação ao termo do período de adesão em curso.

**15.2.3. Rescisão nos primeiros seis meses de contrato:** Nos primeiros seis meses de contrato (não sendo para o efeito contados os meses de suspensão que se hajam verificado), o Associado, só poderá rescindir o contrato após aceitação da ETMB e nos seguintes casos: doença grave ou outro motivo de saúde, não imputável ao Associado, e que inviabilize a prática de atividade física constante da sua inscrição; despedimento involuntário; comprovada transferência de

residência que impossibilite a frequência do Forlife; eliminação definitiva da única modalidade desportiva que o Associado comprovadamente praticava no Forlife.

O pedido de rescisão deverá ser feito por escrito dirigido ao Forlife e acompanhado do respetivo comprovativo. Caso o Forlife não decida sobre o pedido ou, em qualquer caso, não comunique a sua decisão ao Associado no prazo de 30 (trinta) dias, considera-se o mesmo tacitamente indeferido. Se o pedido for deferido, o Associado ficará apenas obrigado a pagar 50% (cinquenta por cento) do remanescente da semestralidade em relação ao termo do contrato, devendo consequentemente o Associado pagar o diferencial ou ser reembolsado consoante tenha optado pelo pagamento único ou pelo pagamento em prestações.

## 16. Responsabilidade Civil:

A ETMB apenas se responsabiliza, quer a título contratual quer a título extracontratual, pelas ações ou omissões dos seus representantes, funcionários e colaboradores, nos termos e nos limites da lei.

## 17. Dados pessoais:

O tratamento dos dados pessoais promovido pela Empreendimentos Turísticos Monte Belo – Sociedade de Turismo e Recreio, S.A. dá cumprimento à legislação sobre Proteção de Dados, designadamente ao estabelecido no Regulamento Geral de sobre a Proteção de Dados, aprovado pelo Regulamento (UE) n.º 2016/679 do Parlamento Europeu e do Conselho, de 27 de abril de 2016 e na Lei de Execução ao Regulamento Geral sobre a Proteção de Dados, aprovada pela Lei n.º 58/2019, de 08 de agosto.

17.1. Os dados pessoais são recolhidos para finalidades determinadas, explícitas e legítimas e não podem ser tratados posteriormente de uma forma incompatível com as seguintes finalidades e fundamentos:

<b>Finalidades do Tratamento</b>	<b>Dados Pessoais tratados</b>	<b>Fundamento de licitude</b>	<b>Prazos de Conservação</b>
Gestão de processos de pré-adesão aos nossos serviços	Dados de identificação, de contacto e de pagamento	Execução de diligências pré-contratuais – art.º 6 nº1 b) do RGPD	Até à celebração do contrato
Gestão da relação contratual	Dados de identificação, de composição de agregado familiar, de contacto, de faturação, de pagamento e foto	Execução de um contrato - art.º 6 nº1 b) do RGPD	Até cessação do contrato
Cumprimento de obrigações fiscais, financeiras e contabilísticas	Dados de identificação e de faturação	Cumprimento de uma obrigação legal - art.º 6 nº1 c) do RGPD	10 anos após a cessação do contrato
Comercialização e divulgação de atualizações, informações, serviços, produtos, passatempos, eventos e ofertas (marketing) e sugestões	Dados de identificação e de contacto	Consentimento do titular dos dados – art.º 6 nº 1 a) do RGPD	Até à retirada do Consentimento
Gestão de reclamações e sugestões	Dados de identificação e de contacto	Cumprimento de uma obrigação legal – art.º 6 nº1 c) do RGPD	3 anos
Processamento de pedidos em caso de exercício de direitos por parte dos titulares	Dados de identificação e de contacto	Cumprimento de uma obrigação legal – art.º 6 nº 1 c) do RGPD	Até à resolução do pedido de exercício
Subscrição de Apólice de Seguro	Dados de identificação e de contacto	Cumprimento de uma obrigação legal – art.º 6 nº 1 c) do RGPD	Até cessação do contrato

Comunicação com a Seguradora em caso de Sinistro	Dados de identificação e de contacto  Dados de saúde	Execução de um contrato - art.º 6 n.º1 b) do RGPD	Até à resolução final do sinistro
Elaboração de avaliações físicas, relatórios de progresso e prescrição de programas de treino personalizados	Dados de identificação e detalhes de saúde física e condição médica	Execução de um contrato - art.º 6 n.º1 b) do RGPD *conforme contratado nos pacotes aplicáveis - ponto 6.2 das condições de adesão.	Até à cessação do contrato
Aferição da aptidão física para exercício de concretas atividades físicas	Dados de saúde (comprovativo médico)	Consentimento do titular dos dados - art.º 6 n.º 1 a) do RGPD	Até à retirada do Consentimento
Defesa em processo judicial	Dados de identificação, de contacto, de faturação e outros dados contratuais	Interesse legítimo - art.º 6 n.º 1 f) do RGPD	Até transito em julgado da sentença

17.2. Os dados pessoais são conservados durante os prazos legais de prescrição subjacentes aos direitos respetivos, durante os prazos legais de manutenção de registos contabilísticos e de faturação, bem como durante os prazos legais de manutenção e arquivo de reclamações.

No que respeita aos dados pessoais cuja manutenção não é necessária para os efeitos referidos, os mesmos serão conservados até ao momento em que deixem de ser válidas as finalidades para as quais são recolhidos e tratados. No caso de dados cujo fundamento de licitude para o tratamento é o consentimento do titular, os mesmos são conservados até à retirada desse consentimento, sem prejuízo do tratamento efetuado até à retirada do mesmo.

Sendo atingido o prazo máximo de conservação ou retirado o consentimento, os dados pessoais serão eliminados de forma irreversível e definitiva, das bases de dados da Empreendimentos Turísticos Monte Belo – Sociedade de Turismo e Recreio, S.A..

17.3. Os dados pessoais recolhidos são armazenados numa base de dados de acesso exclusivo aos trabalhadores administrativos e de receção da Empreendimentos Turísticos Monte Belo – Sociedade de Turismo e Recreio, S.A. e em formato físico, quando aplicável, assegurando-se a execução das medidas técnicas e organizativas adequadas à defesa dos direitos dos titulares dos dados e ao cumprimento dos requisitos do RGPD, nomeadamente as medidas necessárias a assegurar o nível de segurança adequado ao risco inerente ao tratamento dos dados pessoais.

17.4. Estes dados serão comunicados às entidades competentes por força de disposição legal ou a pedido do titular dos dados.

17.5. O titular dos dados tem o direito de informação sobre os termos do tratamento de dados pessoais, aquando da sua recolha e, a qualquer momento, tem direito ao acesso, retificação, apagamento, limitação do tratamento, portabilidade, de oposição e não sujeição a decisões individuais automatizadas.

O titular dos dados tem, igualmente, o direito de apresentar uma reclamação à Comissão Nacional de Proteção de Dados ou autoridade de controlo competente, caso entenda que o seu direito à proteção de dados pessoais tenha sido infringido.

17.6. Se o tratamento dos dados se basear no consentimento, o titular dos dados tem o direito de retirar o seu consentimento a qualquer momento. A retirada do consentimento não compromete a licitude do tratamento efetuado com base no consentimento previamente dado. A retirada do consentimento pode ser efetuada pelo titular, quer através de e-mail para

dpo@forlife.pt, quer presencialmente perante os serviços administrativos da Empreendimentos Turísticos Monte Belo – Sociedade de Turismo e Recreio, S.A.

17.7. O responsável pelo tratamento dos Dados Pessoais, é Empreendimentos Turísticos Monte Belo – Sociedade de Turismo e Recreio, S.A., com sede na Rua Palácio do Gelo, piso 3, 3500 - 606, Viseu, que lhe presta o serviço e que no contexto decide quais os dados recolhidos, os meios de tratamento dos dados e para que finalidades são utilizados, e pode ser contactado através do seguinte canal: dpo@forlife.pt.

17.8. O Encarregado da Proteção de Dados, que é a entidade responsável pela implementação e verificação desta Política de Privacidade, bem como pela definição de regras claras de tratamento de Dados Pessoais, assegurando que todos os que nos confiam o tratamento dos seus Dados Pessoais tenham conhecimento da forma como a Empreendimentos Turísticos Monte Belo – Sociedade de Turismo e Recreio, S.A. trata os dados e quais os direitos que lhes assistem nesta matéria. Se tiver alguma questão relacionada com a utilização dos seus dados pessoais pode contactar o Encarregado da Proteção de Dados da Empreendimentos Turísticos Monte Belo – Sociedade de Turismo e Recreio, S.A. através do seguinte endereço: dpo@forlife.pt.

17.9. Os eventos organizados pelo ForLife poderão ser alvo de captação de imagens em formato vídeo/fotográfico para fins meramente publicitários e/ou divulgação nas redes sociais, considerando-se que a recolha e tratamento da imagem do utilizador são lícitos, por corresponderem a um interesse legítimo de divulgação comercial prosseguido pelo ForLife. Em tais casos, serão afixados no Forlife e nos espaços específicos onde tais eventos decorrem, nomeadamente online, avisos sobre a realização dos mesmos.

Caso o utilizador não consinta a utilização da sua imagem por parte da Empreendimentos Turísticos Monte Belo – Sociedade de Turismo e Recreio, S.A., aquele não poderá participar em nenhum dos eventos acima referidos, uma vez que o Forlife não pode assegurar que a imagem do Utilizador não é recolhida.

Qualquer questão relacionada com a captação, utilização ou eliminação destas mesmas imagens deverá ser endereçada para o e-mail: [dpo@forlife.pt](mailto:dpo@forlife.pt).

17.10. O tratamento de dados pessoais decorrente da utilização da app Forlife pelo titular dos dados é objeto de uma política de proteção de dados própria, devidamente publicitada na referida app.

Ao assinar em baixo, o titular dos dados, declara ter lido e tomado conhecimento dos termos em que os seus dados pessoais são tratados.

## 18. Disposições Diversas:

Todas as comunicações entre as partes de que resulte alteração ao presente contrato serão realizadas por escrito e endereçadas para a morada indicada no formulário de adesão. A invalidade de qualquer cláusula deste contrato não afetará a validade das demais, nos termos do artigo 292º do Código Civil. Os erros, omissões e lapsos não afetam a validade do contrato e não prejudicarão os direitos de qualquer das partes, devendo, no entanto, ser corrigidos logo que sejam detetados, por forma a que a situação alcançada seja aquela que se apresentaria no caso do erro, omissão ou lapso não se ter verificado.

19.

Nos termos da Lei n.º 144/2015 de 8 de Setembro, em caso de litígio o consumidor pode recorrer a uma Entidade de Resolução Alternativa de Litígios:

CACCDC-Centro de Arbitragem de Conflitos de Consumo do Distrito de Coimbra, ou

Pólo de Viseu do CNIACC, com os seguintes contactos:

Avenida Fernão Magalhães, n.º 240, 1º, 3000-172 Coimbra  
[geral@centrodearbitragemdecoimbra.com](mailto:geral@centrodearbitragemdecoimbra.com)

Casa Amarela, Largo de Santa Cristina, Viseu,

[viseu@cniacc.pt](mailto:viseu@cniacc.pt)

Para mais informações poderá consultar o Portal do Consumidor: [consumidor.gov.pt](http://consumidor.gov.pt)