

A Coordenadoria de Saúde e Qualidade de Vida do Servidor – CQVS/PROGEP, dando continuidade nas Ações de Promoção da Saúde informa as atividades físicas do Projeto “De corpo e alma”: exercícios físicos e qualidade de vida para servidores da UFSM, disponíveis para o **segundo semestre de 2019**, em parceria com o NEMAEFS/ CEFD. Serão ofertadas uma turma de hidroginástica com 60 vagas, uma turma de Natação com 30 vagas e duas turmas de Treinamento Funcional com 10 vagas cada turma.

HORÁRIO	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
12h30min - 13h30min	HIDROGINÁSTICA (Piscina CEFD)		HIDROGINÁSTICA (Piscina CEFD)	
12h30min - 13h30min		NATAÇÃO (Piscina CEFD)		NATAÇÃO (Piscina CEFD)
16h30min - 17h30min	Turma 1 - TREINAMENTO FUNCIONAL (Sala do Espaço Alternativo – Prédio 48C)		Turma 1 TREINAMENTO FUNCIONAL (Sala do Espaço Alternativo – Prédio 48C)	
17h30min - 18h30min	Turma 2 - TREINAMENTO FUNCIONAL (Sala do Espaço Alternativo – Prédio 48C)		Turma 2 TREINAMENTO FUNCIONAL (Sala do Espaço Alternativo – Prédio 48C)	

-As inscrições serão feitas **exclusivamente** pela internet no endereço: <https://portal.ufsm.br/concursos/inscricao/opcoes.html?edicao=3889> a partir das 06 horas da manhã do dia 14 até o dia 15 de agosto ou até o preenchimento das vagas. O início das atividades está previsto para o dia 20 de agosto e término dia 13 de dezembro de 2019.

-Cada servidor só poderá se inscrever **em apenas uma modalidade**. Caso tenha mais de uma inscrição do mesmo servidor, será considerada a **última**.

-As inscrições estão condicionadas ao número de vagas definidas por modalidades e turmas descritas no item “Mini-Opções”. Se no momento da inscrição as vagas já tiverem sido preenchidas o servidor poderá se inscrever na “LISTA DE ESPERA”, indicando a modalidade desejada.

-Será exigido o atestado de aptidão física (**obrigatório**) que deverá ser entregue ao bolsista da turma no primeiro dia de aula. Caso, já tenha entregue esse ano por ter realizado atividades no primeiro semestre não será necessário novo atestado. Ressaltamos que sem a apresentação do atestado, o servidor, **NÃO** poderá realizar a atividade.

-Os servidores que farão as modalidades de Natação e Hidroginástica deverão apresentar um documento com foto ao funcionário que estará com a lista dos inscritos na entrada do prédio da piscina. Para a realização das modalidades será exigido a touca e roupas adequadas (maiô para as mulheres e sunga/shorts para os homens). Também recomendamos o uso de óculos para a natação.

-Haverá registro de frequência e, ocorrendo faltas por duas semanas consecutivas **sem justificativa**, a inscrição será cancelada, chamando-se o próximo suplente para ocupar a vaga.

Mais informações: 3220-8826 e/ou servicosocialcqvs@ufsm.br