

A ACADEMIA DE MUSCULAÇÃO DA AV ESTÁ DE VOLTA!



Com protocolos especiais de cuidados para a prática esportiva, a AV está iniciando gradualmente o retorno de suas atividades esportivas. Chegou a hora de liberar o acesso à Academia de Musculação.

O espaço estará aberto de **segunda a sexta, das 6h às 13h e das 16h30 às 21h**. Cada treino terá duração de **50 minutos** e apenas **sete pessoas** poderão ocupar o espaço que foi reorganizado e conta agora com duas salas.

Traga sua garrafinha de água para o treino, leia o protocolo de segurança e lembre-se que os vestiários serão liberados apenas para a troca de roupas. Não será permitido, por enquanto, o banho pré ou pós-treino.

Como reservar seu horário

- Clique no **link** do site da AV e faça o seu cadastro. É bem rápido e você fará isso só no primeiro acesso.
- Depois de preencher seus dados, você será cadastrado no sistema da Musculação.
- Caso você já tenha feito aulas, provavelmente seu cadastro consta no Sistema da Academia, e só será necessária uma liberação. Entre em contato com a AV, pelo e-mail **adriano.knaut@consultant.volvo.com** ou telefone 3317 8990, em horário comercial, e reative seu acesso.
- A equipe da AV vai conferir se seu atestado médico, para a prática esportiva, está em dia. Caso seja necessário rerepresentar o documento, avisaremos você por e-mail.
- Caso esteja tudo ok, você receberá um e-mail confirmando seu horário.
- A partir daí, para continuar acessando o sistema de agendamento, faça o download do **APP da Tecnofit**. Gerencie seus horários de reserva pelo aplicativo. Tudo de forma simples, rápida e muito prática.

SAIBA MAIS: **WWW.ASSOCIACAОВIKING.COM.BR**