

# Sejam bem vindos(as) ao Gympass

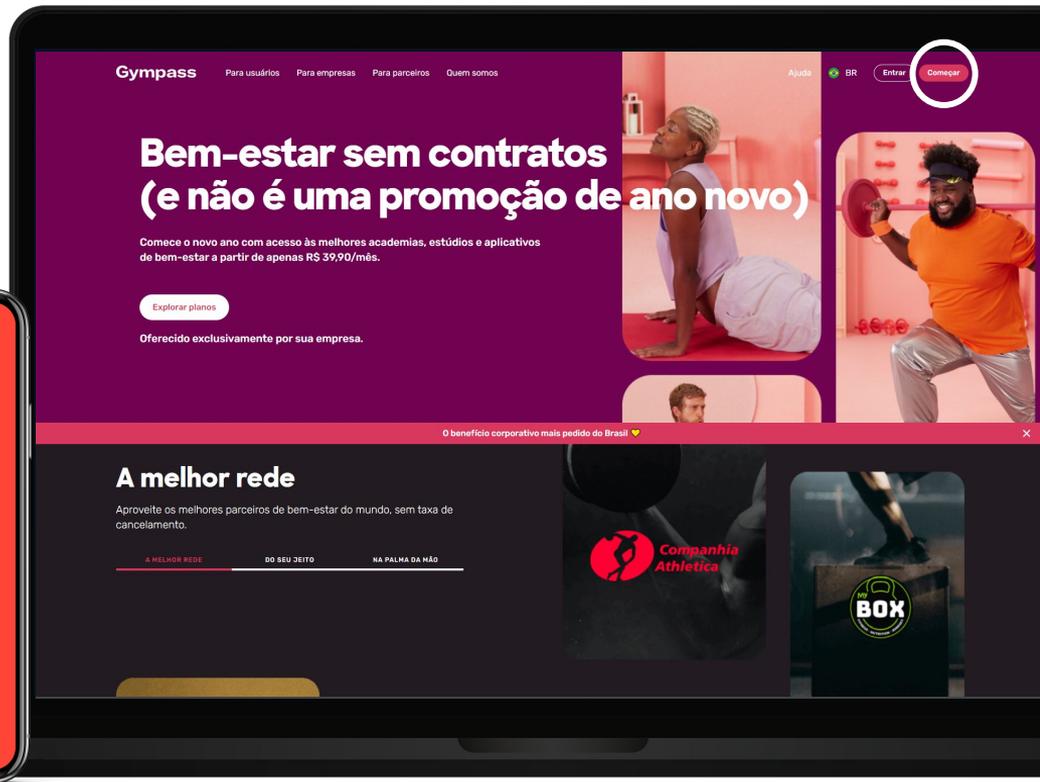


# Comece a sua jornada agora!

Crie sua conta **GRÁTIS** pelo site ou baixando o aplicativo do Gympass.



site.gympass.com/br/





# O novo Gympass

Somos uma **plataforma completa de bem-estar corporativo** que **potencializa a jornada** de bem-estar dos usuários.

Uma **solução**  
**completa de**  
**bem-estar.**



**Aulas interativas em grupo**



**Aplicativos de bem-estar**



**Personal trainer**



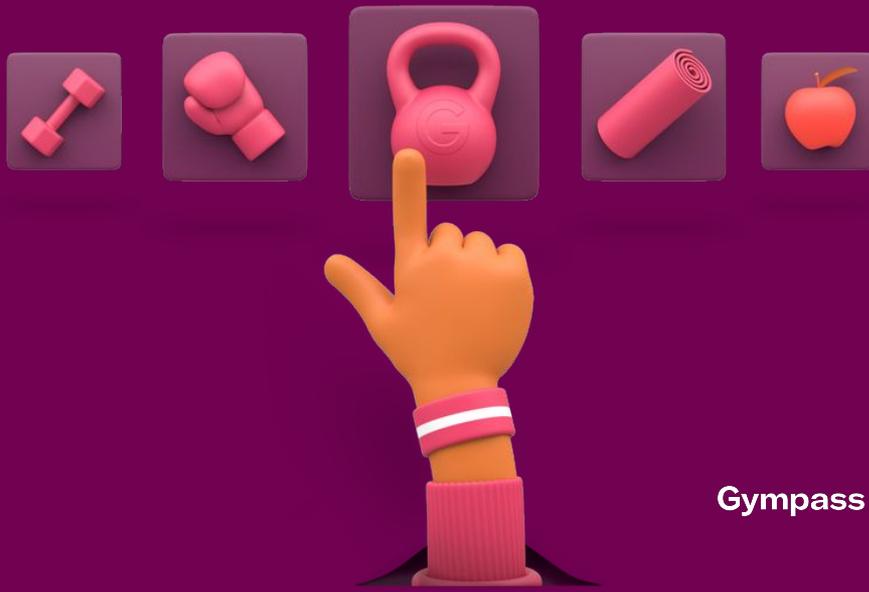
**Terapeutas e nutricionistas**



**Academias e estúdios**

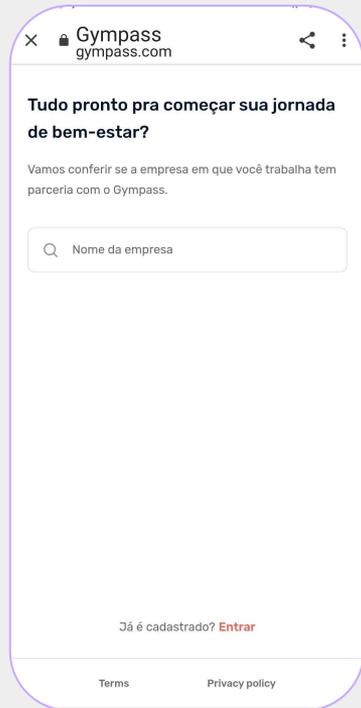
# COMO SE CADASTRAR

Para garantir mais saúde e bem-estar

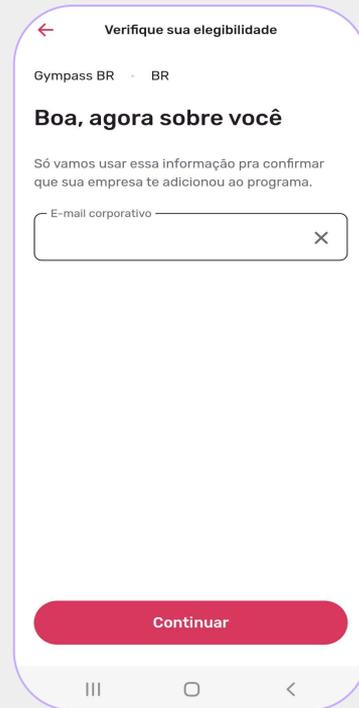




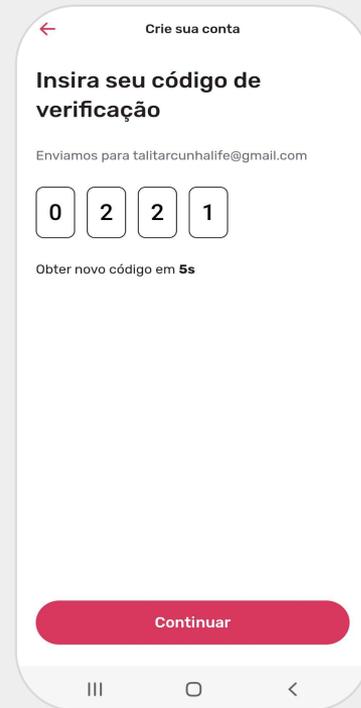
1º Baixe o aplicativo ou acesse nosso site e clique em “Cadastre-se grátis”



2º Encontre sua empresa e clique em “Continuar”



3º Inclua seu e-mail, clique em continuar para receber a chave de verificação



4º Informe o código de verificação enviado para o e-mail, clique em continuar para seguir com o cadastro.

# EU JÁ TIVE CADASTRO NO GYMPASS, O QUE DEVO FAZER?



**Acesse a página Gympass de Suporte:**

<http://help.gympass.com/hc/pt-br>

No final da página selecione o botão **“ENVIAR UMA SOLICITAÇÃO”** e em seguida selecione o perfil **“Usuário”**

Preencha os campos solicitados da seguinte forma:

**1. E-mail**

**2. Nome**

**3. Motivo do contato:** Cadastro

**4. Assunto:** Desvincular cadastro antigo

**5. Descrição:** “Olá, por gentileza retirar meus dados de qualquer conta já existente em meu nome, para que eu me cadastre pela minha atual empresa”. Seguem os meus dados: **NOME + CPF + MATRÍCULA+DATA DE ADMISSÃO+NOME DA EMPRESA**

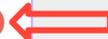
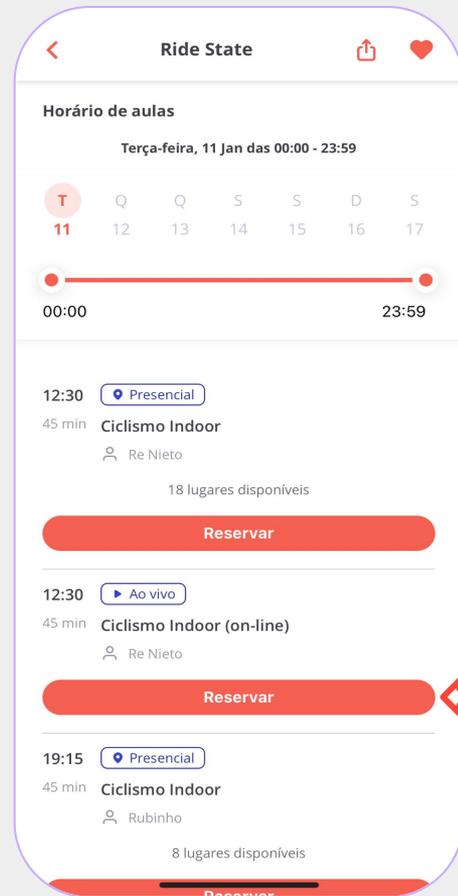
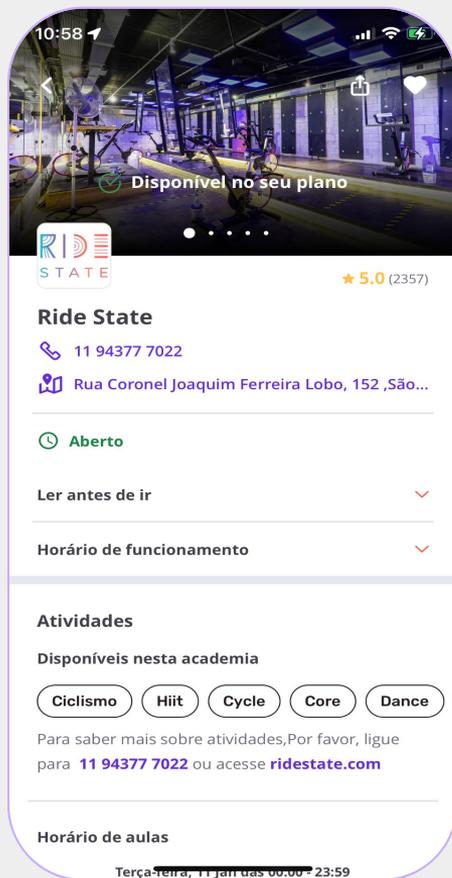
**IMPORTANTE:** Após realizar esse processo aguarde o retorno do suporte (até 2 dias úteis) com as orientações para que realize o cadastro pela empresa atual.

# AULAS AO VIVO

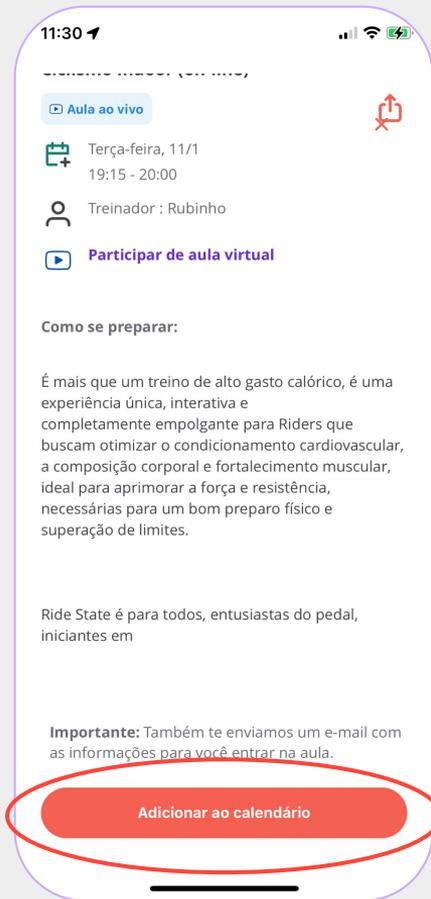
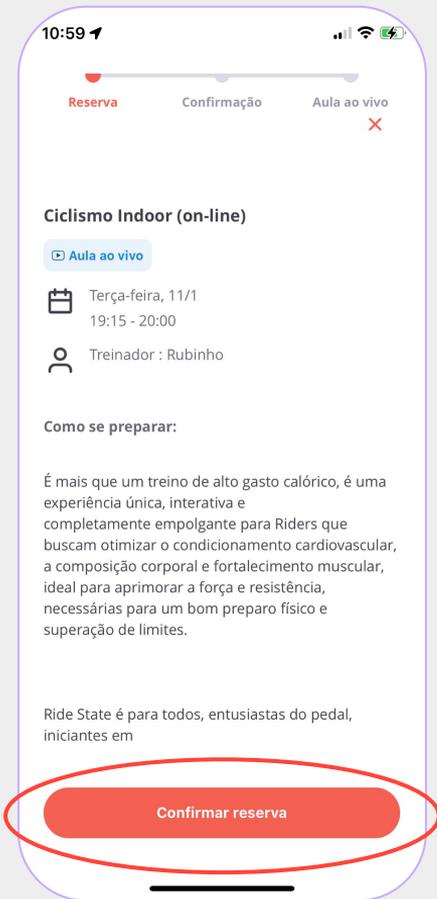
Flexibilidade para realizar uma **AULA INTERATIVA EM GRUPO** (online) ou **AULAS COM PERSONAL** (online) personalizada com acompanhamento profissional (1:1)



- **Aulas Interativas em grupo:** nessa opção, temos a modalidade disponibilizada pelas academias ou estúdios parceiros.



- Pronto! No dia e horário agendado, você poderá acessar a aula pelo link que foi enviado para seu e-mail, ou clicando em “participar da aula virtual” na página da academia dentro do nosso app.
- O app do Gympass pode lhe enviar uma notificação como lembrete da aula (sempre 10 minutos antes).



Exemplo de como a confirmação da reserva chega em seu e-mail.

#### Ciclismo Indoor (on-line)

Ride State

**Data e horário:** Terça, 11 de Janeiro de 2022 às 19:15 (GMT -03) America/Sao\_Paulo

**Local:** Ride State - Aula ao vivo.

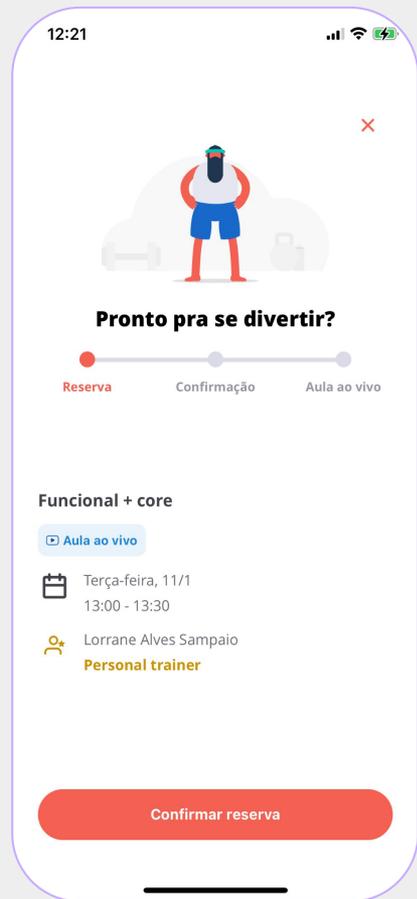
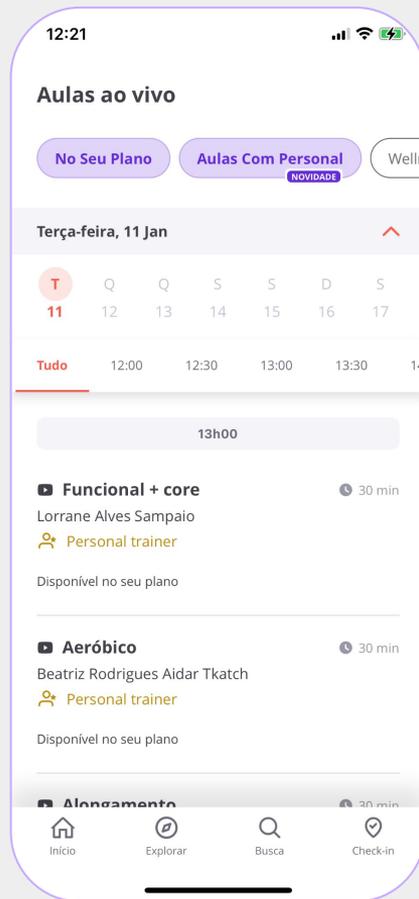
#### Como se preparar:

É mais que um treino de alto gasto calórico, é uma experiência única, interativa e completamente empolgante para Riders que buscam otimizar o condicionamento cardiovascular, a composição corporal e fortalecimento muscular, ideal para aprimorar a força e resistência, necessárias para um bom preparo físico e superação de limites. Ride State é para todos, entusiastas do pedal, iniciantes em

Participar

Adicionar ao calendário

- **Aulas com personal:** nessa opção, temos a opção de agendamento de aulas personalizadas com o profissional de acordo com a atividade desejada.





# Aplicativos parceiros disponíveis nos Planos do Gympass

Aplicativos para você usar a vontade e melhorar sua rotina saudável e de bem estar!

## Nutrição



LIFESUM



TECNONUTRI



SMARTLIV



NOOTRIC

## Família



SWORKIT



YOGAIA



NEOU

## Saúde da Mulher



WKT FROM  
TECNONUTRI



MAYA

## Atenção Plena



CALM



MEDITOPIA



ZEN



SLEEP  
CYCLE



WELLNESS  
COACH



VIGILANTES  
DO SONO

## Saúde Financeira



N2



MOBILLS

## Terapias



GUIA DA ALMA



IFEEL



PSICOLOGIA VIVA



VIRTUDE

## Hábitos Saudáveis



FABULOUS



KWIT

## Saúde Emocional



VITALK



ROOTD

## Atividade Física



STRAVA



BTFIT



SUORE



FIZZUP



TRAINIAC



GYMLIFE



WEBURN

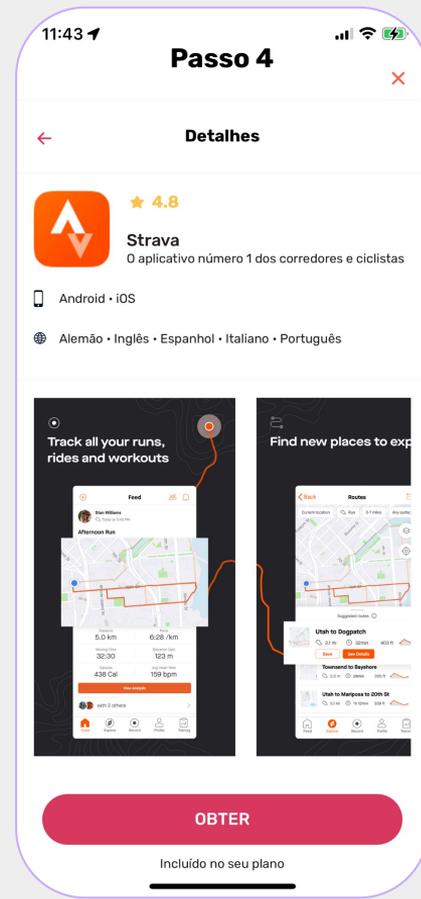
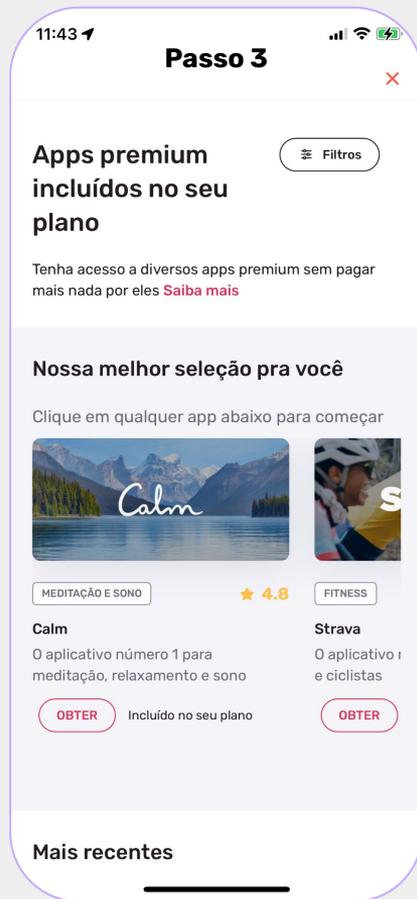


WILD



Les Mills+

- Selecione a opção “Apps sem custo extra”.
- Uma vez selecionado, temos acesso a todos os apps que estão disponíveis para download gratuito em seu plano, basta seguir o passo a passo e utilizar.





## Agora incluído no seu plano Gympass, **Maya!**

Chegou a ferramenta que te ajuda a controlar os ciclos menstruais de uma maneira simples!



Controle os ciclos menstruais, além de ter uma previsão automática e precisa da fertilidade e do ciclo dos próximos meses.



Inúmeras opções disponíveis para registrar sintomas e oscilações de humor. Você pode também anotar informações como peso, medicamento, entre outros.



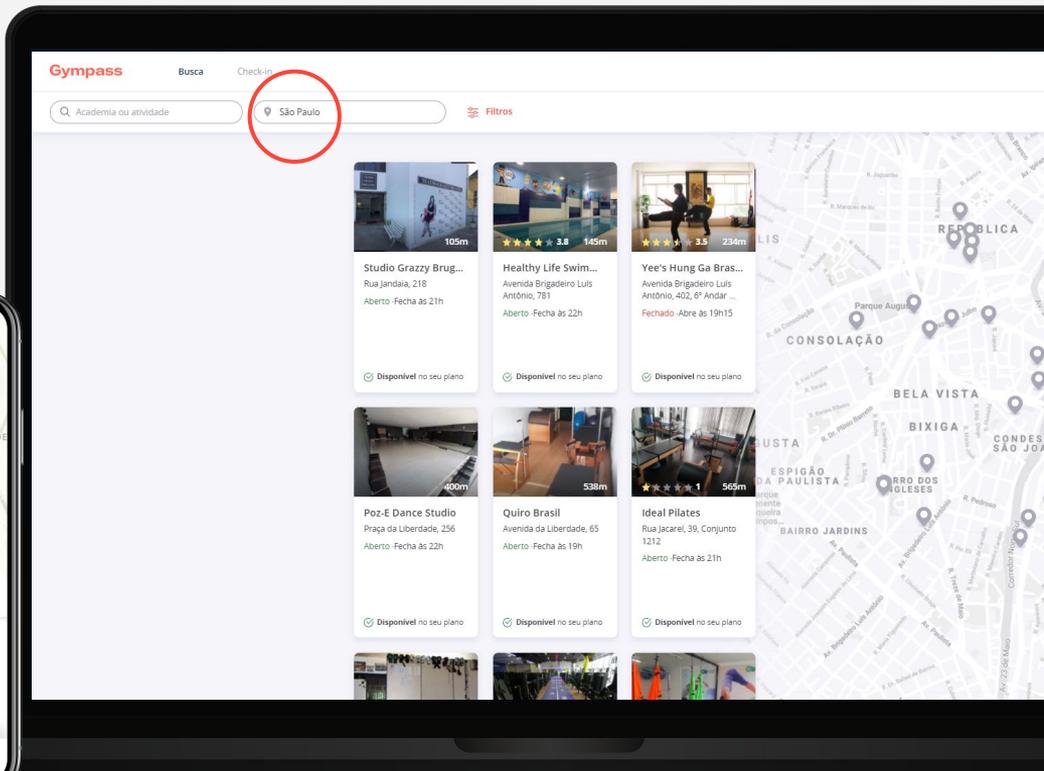
Definir lembretes importantes no calendário do celular, acesso a gráficos para peso e temperatura, além de acompanhar o histórico.



Disponível no **Gympass Wellness** a partir do Plano Starter.



Encontre  
**academias e**  
**estúdios**  
próximos a  
você!



**Gympass**

# Centenas de atividades para escolher

Descubra +800 tipos de atividade e opções abrangentes: de iniciantes a avançadas



Fazer seu  
**check-in**  
presencial é  
muito fácil!

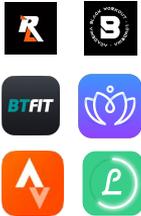
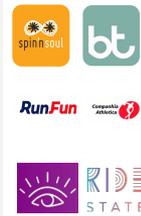
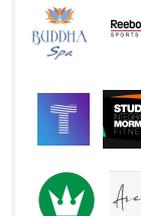
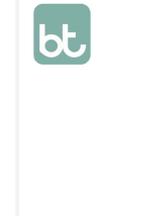


# COMO ADERIR A UM PLANO

Passo a passo de como comprar um plano



# PLANOS PERSONALIZADOS PARA VOCÊ!

<b>Starter</b> <b>R\$ 29,90</b> <del>R\$99,00</del>	<b>Basic</b> <b>R\$ 45,90</b> <del>R\$119,99</del>	<b>Basic +</b> <b>R\$ 69,90</b> <del>R\$159,99</del>	<b>Silver</b> <b>R\$ 109,90</b> <del>R\$259,99</del>	<b>Silver +</b> <b>R\$ 169,90</b> <del>R\$309,99</del>	<b>Gold</b> <b>R\$ 229,90</b> <del>R\$759,99</del>	<b>Gold +</b> <b>R\$ 359,90</b> <del>R\$559,99</del>	<b>Platinum</b> <b>R\$ 479,90</b> <del>R\$669,99</del>	<b>Diamond</b> <b>R\$ 589,90</b> <del>R\$799,99</del>	<b>Diamond +</b> <b>R\$ 639,90</b> <del>R\$999,99</del>
<p>Mais de <b>2.500</b> academias, estúdios e aulas ao vivo</p> <p>Mais de <b>20 apps parceiros</b></p> 	<p>Mais de <b>9.400</b> academias, estúdios e aulas ao vivo</p> <p>Mais de <b>30 apps parceiros</b></p>  <p>+ 2 sessões com personal trainers/mês</p>	<p>Mais de <b>14.500</b> academias, estúdios e aulas ao vivo</p> <p>Mais de <b>30 apps parceiros</b></p> 	<p>Mais de <b>19.000</b> academias, estúdios e aulas ao vivo</p> <p>Mais de <b>35 apps parceiros</b></p>  <p>+ 4 sessões com personal trainers/mês</p>	<p>Mais de <b>20.000</b> academias, estúdios e aulas ao vivo</p> <p>Mais de <b>35 apps parceiros</b></p> 	<p>Mais de <b>23.000</b> academias, estúdios e aulas ao vivo</p> <p>Mais de <b>35 apps parceiros</b></p> 	<p>Mais de <b>24.500</b> academias, estúdios e aulas ao vivo</p> <p>Mais de <b>35 apps parceiros</b></p>  <p>+ 8 sessões com personal trainers/mês</p>	<p>Mais de <b>25000</b> academias, estúdios e aulas ao vivo</p> <p>Mais de <b>35 apps parceiros</b></p> 	<p>Mais de <b>25000</b> academias, estúdios e aulas ao vivo</p> <p>Mais de <b>40 apps parceiros</b></p> 	<p>Mais de <b>25000</b> academias, estúdios e aulas ao vivo</p> <p>Mais de <b>40 apps parceiros</b></p> 

**7 dias grátis\***  
**Vamos começar?**



\*Válido para a primeira compra no Gympass.

**Gympass**

# Como fazer a adesão a um plano:

## Escolha o seu plano

Cancelamento online sem multa



Basic

**R\$xx,xx**

/mês

10.230 academias + aulas ao vivo

Novidade

+ 40 Apps de exercício e bem-estar

Treinos e aulas, planos de nutrição, meditação e mais

Zenklub, WithU, 8FIT

[Ver mais apps](#)

Experimente 7 dias grátis

[Ver academias disponíveis](#)

Silver

**R\$xx,xx**

/mês

19.140 academias + aulas ao vivo

Novidade

+ 50 Apps de exercício e bem-estar

Treinos e aulas, planos de nutrição, meditação e mais

Sempre Fitness, Movement for Modern Life, Exhale On Demand

[Ver mais apps](#)

Experimente 7 dias grátis

[Ver academias disponíveis](#)

Gold

**R\$xxx,xx**

/mês

22.473 academias + aulas ao vivo

Novidade

+ 60 Apps de exercício e bem-estar

Treinos e aulas, planos de nutrição, meditação e mais

JETSWEAT, FIIT, Life Time

[Ver mais apps](#)

Experimente 7 dias grátis

[Ver academias disponíveis](#)

Como posso te ajudar?



# Como fazer a adesão a um plano:

ILUSTRATIVO

**Gympass**

**Boa escolha!**  
A poucos passos de uma vida saudável

**PLANO ONLINE**  
**RS 0,00** / mês

**Sua oferta exclusiva - 7 dias grátis**

Primeiros 7 dias	GRÁTIS
Próximos meses	RS 0,00

**Hoje você irá pagar** **RS 0,00**

Você pode cancelar sua assinatura até o dia 21 de Setembro de 2020, sem nenhuma cobrança

**Escolher método de pagamento**

**Gympass**

**Escolha o método de pagamento**  
Cancele online a qualquer hora por qualquer motivo

**Cartão de crédito** >

Você poderá selecionar a forma de pagamento:  
**Cartão de crédito.**

# DEPENDENTES

Você também pode cuidar de quem você ama!



# Colocar a família em movimento pode ser o caminho para encontrar mais saúde e diversão no dia a dia.

O Gympass oferece **várias atividades para se mexer com toda a família**. De yoga em grupo a personal trainer online, são inúmeras opções para que **todos sintam-se bem**.

## Principais motivos de quem já incluiu familiares no Gympass



Incentivo a cuidar da saúde

Fazer atividades e exercícios juntos

# Gympass para Família!

## Como funciona:

Colaboradores elegíveis (planos ativos) poderão **cadastrar até 3 dependentes legais**, considerando cônjuge e filhos(as)



Inclusão dos dependentes direto pelo aplicativo Gympass



Cada dependentes poderá escolher seu próprio plano



Pagamento através de cartão de crédito



Não há limite de idade para inclusão de filhos(as), menores ou maiores de 18 anos



Dá para pausar/ sair do plano quando quiser sem cobrança de taxas

# Passo a passo para inclusão de dependente:

**Passo 1**

16:55

**Dependentes**  
Aproveite o Gympass com seus familiares :)  
[Ver dependentes](#)

E aí, já encontrou uma atividade para amar? <3

209 check-ins  
0 check-ins seguidos  
23 acad

PRÓXIMAS AULAS

★ Do seus favoritos

Início Explorar Busca Check-in

**Passo 2**

16:56

**Adicionar dependente**

**Incluir novo familiar**

\* Nome do dependente

\* CPF do dependente

\* Email do dependente

\* Tipo de relacionamento

Telefone

+55 11 96123-4567

Declaro que as informações preenchidas acima são verdadeiras e estou ciente de que tanto o Gympass quanto a empresa em que trabalho poderão verificar a veracidade das informações

**Pagar o plano**

**Pronto!**

Seus(suas) dependentes poderão **baixar o app Gympass** e utilizar os benefícios do plano escolhido **assim que o pagamento for confirmado.**



# Como programar esta jornada de bem-estar?

Sugestões de como implementar os benefícios disponibilizados pelo seu plano Gympass



## Manhã

Acordar e alongar com exercícios matinais de seu APP favorito

## Hora de se alimentar

Melhore a qualidade de suas refeições com informações nutricionais e diários alimentares

## Trabalho

Exercícios de mindfulness ou alongamento que o ajudam a voltar ao foco para as tarefas do dia

## Hora do treino

Você pode escolher entre as centenas de atividades disponíveis ao vivo ou presencial.

## Cuidar saúde emocional

Liberte os seus pensamentos, medos e estresse com o apoio de especialistas

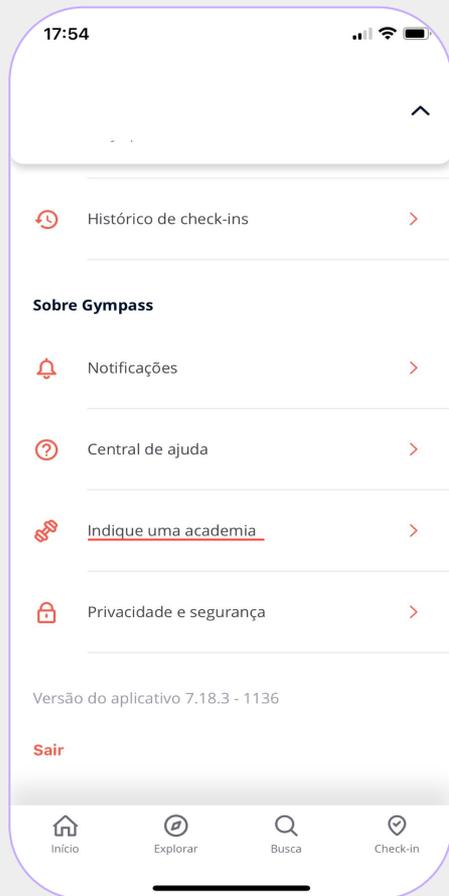
## Hora de dormir

Soluções para melhorar a qualidade do seu sono e ter uma vida mais saudável

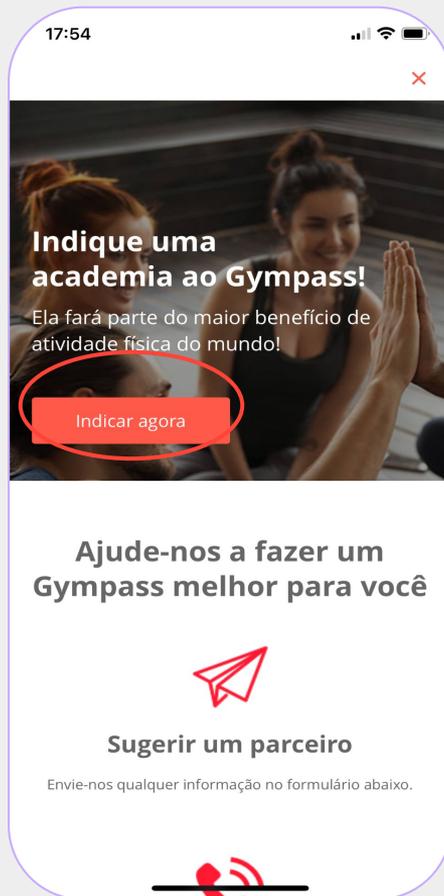
# INDIQUE ACADEMIAS

Como indicar academias e estúdios que ainda não fazem parte do Gympass





1º Em Sobre Gympass, clique em "Indique uma academia".



2º Clique em "Indicar uma academia"

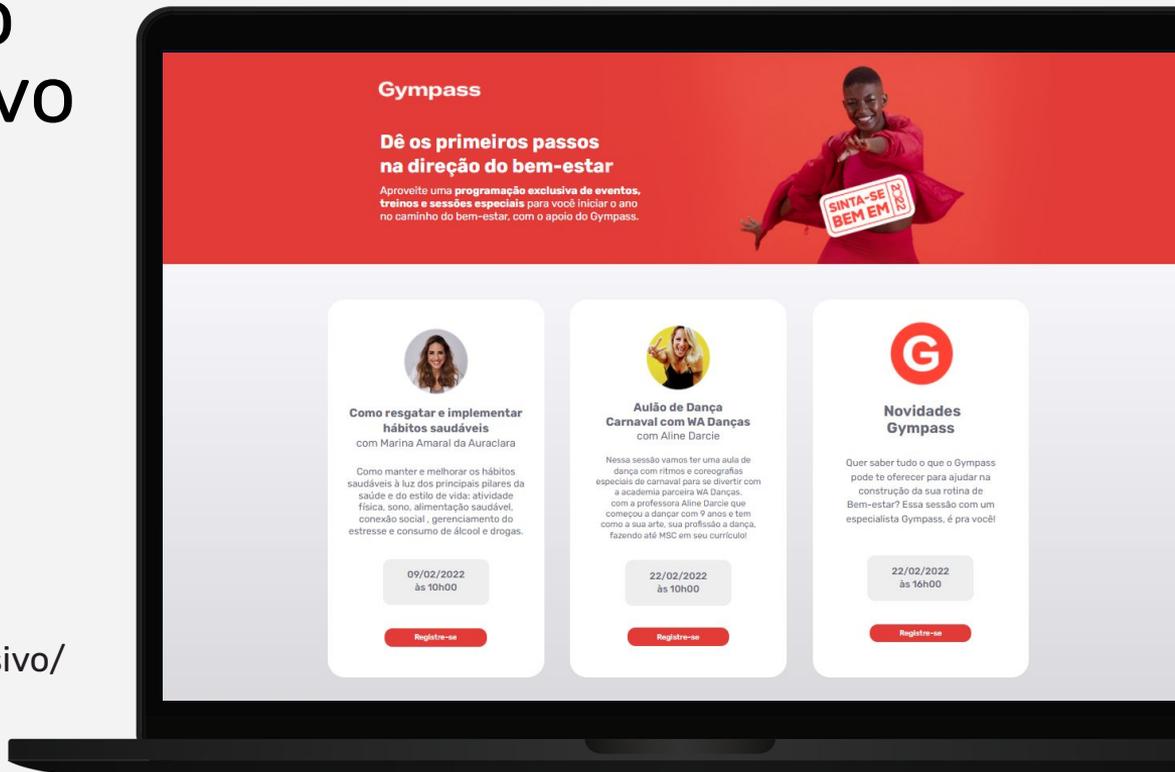


3º Preencha os campos indicados.

# Aproveite nosso calendário exclusivo de eventos!



[promo.gympass.com/br/calendarioexclusivo/](https://promo.gympass.com/br/calendarioexclusivo/)



# CALENDÁRIO DE EVENTOS

Acesse aqui: <https://promo.gympass.com/br/calendarioexclusivo/>

06/12

**15h**  
Webinar: Planejando o cardápio nas festas!

10/12

**10h**  
Webinar: Conheça o Gympass

13/12

**09h**  
Aula: Funcional com Trainiac by Gympass

20/12

**15h**  
Webinar: Conheça o Gympass

## + CONTEÚDO EXCLUSIVO



**One pager** contando as lições que o esporte trouxe para a vida da Vanessa Bustamante. Ela é ex-atleta e Personal Trainer do Trainiac by Gympass



**Ebook** baseado no equilíbrio de exercícios físicos e saúde emocional, focando na importância do autocuidado integrado no ambiente de trabalho.



**Report** com pesquisas, entrevistas com especialistas e análises que te ajudarão a levar a sua empresa ao futuro do trabalho

Baixe agora mesmo seu aplicativo  
Gympass e cadastre-se!



[site.gympass.com/br](https://site.gympass.com/br)

# SUPOORTE AO CLIENTE



No site **Gympass** nossos clientes terão acesso ao FAQ e poderão falar com o time de atendimento **via chat!**

De segunda à sexta-feira das 06h às 21h20  
Sábado das 06h às 15h20

The screenshot shows the Gympass website interface. At the top, there are navigation links: "Gympass", "Para empresas", "Para colaboradores", "Para parceiros", and "Quem somos". To the right, there is a language selector "BR", an "Entrar" button, and a "Começar" button. A red speech bubble icon with a question mark is highlighted in the top right corner. Below the navigation, there are two main content blocks. The first block is titled "O melhor benefício de bem-estar para sua equipe" and is for employers. The second block is titled "Sou um colaborador" and is for employees. At the bottom right, a red arrow points to a chat icon in the bottom right corner of the page.

**O melhor benefício de bem-estar para sua equipe**

**Tenho uma empresa**

Quer ajudar seus colaboradores a serem mais felizes e produtivos? Dê a eles acesso ao Gympass e veja a satisfação dos colaboradores crescer.

**Sou um colaborador**

Tenha a maior rede de academias, estúdios e aplicativos em uma única assinatura, tudo graças à sua (incrível) empresa.

Dê aos seus colaboradores acesso ilimitado a academias, estúdios e aplicativos de bem-estar que eles vão amar.

# Perguntas



Gympass

**Agradecemos  
a sua  
participação!**

