



Manual do Aluno — Ritvo Base

Versão 1.0 • 17 de outubro de 2026

Este guia explica como utilizar a aplicação Ritvo para consultar aulas, fazer reservas, acompanhar a tua frequência e ver os teus resultados. **Os preços e as condições comerciais são definidos pelo teu Studio.**

1. Como começar a usar a aplicação

Como recibes o acesso	O que tens de fazer
QR do Studio	1. Lê o QR e escolhe Pedir acesso à APP . 2. Indica e confirma o teu email. 3. Preenche nome, data de nascimento e altura; cria uma palavra-passe, quando solicitado. 4. Aguarda a aprovação do Admin e a definição do teu plano.
Convite por email	1. Abre o convite enviado pelo Studio. 2. Confirma os dados e completa o perfil. 3. Aceita o convite e segue as instruções para iniciar sessão. Não é necessária uma segunda aprovação.

Os convites diretos são válidos por **7 dias**. Se o link expirar, pede um novo ao Studio. Verifica também a pasta de spam.

2. Instalar no telemóvel

Dispositivo	Como instalar
iPhone (Safari)	Abre a aplicação no Safari. Toca em Partilhar → Adicionar ao ecrã principal → Adicionar .
Android (Chrome)	Abre a aplicação no Chrome. Escolhe Instalar app ou Adicionar ao ecrã principal no menu do navegador.

A Ritvo funciona também diretamente no navegador. Não precisas de procurar a aplicação na App Store ou na Google Play.

3. Onde encontrar cada informação

Área	Para que serve
Início	Ver a próxima aula, os próximos horários e, quando aplicável, as sessões utilizadas na semana.
Agenda	Consultar aulas, fazer reservas e gerir as reservas futuras.
Resultados	Consultar avaliações físicas e a evolução das medições.
Perfil	Ver o plano, atualizar contactos e, se aplicável, pedir recuperações.
Notificações	Consultar os avisos apresentados dentro da aplicação.

4. Como reservar uma aula

Passo	O que fazer
1. Escolher	Abre a Agenda e seleciona o dia e o horário pretendidos.
2. Confirmar	Confirma a reserva, seguindo as indicações do ecrã.
3. Verificar	Consulta Próximas reservas para confirmar que a aula ficou marcada.

Podes reservar aulas até **30 dias de antecedência**, desde que existam vagas e respeites as regras do teu plano. A vaga só fica garantida quando a reserva aparece confirmada.

5. Frequência semanal e tipos de plano

Plano	Como funciona
Frequência semanal	Tens um número de sessões por semana definido pelo Studio. A semana vai de segunda-feira a domingo .
Só aulas avulsas	Pedes cada aula individualmente. Cada pedido aguarda aprovação e não existe frequência semanal.

As sessões semanais não utilizadas **não passam automaticamente para a semana seguinte**. Se tens um plano semanal e já esgotaste as sessões da semana, podes utilizar uma recuperação aprovada ou pedir uma aula avulsa, conforme as regras aplicáveis.

6. Como cancelar uma reserva

Na **Agenda → Próximas reservas**, escolhe **Cancelar reserva**, lê a informação apresentada e confirma.

Quando cancelas	Aula do plano semanal	Recuperação ou aula avulsa
24 horas ou mais antes	A vaga é libertada e a sessão deixa de contar na frequência dessa semana.	A vaga é libertada, mas não há devolução automática do crédito ou pagamento.
Menos de 24 horas antes	A vaga é libertada, mas a sessão continua a contar na frequência semanal.	A vaga é libertada, sem reposição ou reembolso automático.
Depois do início	Já não podes cancelar na aplicação.	Já não podes cancelar na aplicação.

Exemplo: se a aula é na sexta-feira às 18h, podes cancelar sem perder a sessão semanal até quinta-feira às 18h, inclusive. Podes voltar a usar essa sessão **na mesma semana**, se houver vaga.

7. Como pedir uma recuperação

Passo	O que acontece
1. Pedir	Abre Perfil → Recuperações → Pedir recuperação e indica o motivo.
2. Aguardar	O Admin do Studio analisa o pedido e aprova ou recusa.
3. Usar	Só depois da aprovação é criado o crédito. Podes usá-lo numa aula elegível, após esgotares a frequência semanal.

Uma falta não dá automaticamente direito a uma recuperação. Os motivos aceites e os prazos são definidos pelo Studio.

8. Como pedir uma aula avulsa

A tua situação	O que fazer
Tens um plano só de aulas avulsas	Escolhe a aula na Agenda e seleciona Pedir aula avulsa .
Tens um plano semanal	O pedido está disponível depois de esgotares as sessões da semana e se não tiveres recuperação disponível.
Depois do pedido	O estado fica pendente . A aula só é confirmada após aprovação do Admin do Studio.
Preço e pagamento	O preço depende da configuração do Studio e consta do contrato. Aprovação não significa pagamento recebido.

9. Avaliações, perfil e avisos

- Em **Resultados**, consultas as avaliações físicas disponíveis e a evolução das tuas medições.
- Em **Perfil**, podes consultar o plano e atualizar os contactos permitidos, como email e telefone. Alterações de plano são tratadas pelo Studio.
- Em **Notificações**, encontras os avisos internos da aplicação. **Consulta sempre a Agenda para confirmar as aulas.**

10. Dúvidas frequentes

Dúvida	O que fazer
Não vejo uma aula na Agenda.	Pode não estar publicada, já estar cheia ou ter sido cancelada. Atualiza a Agenda ou fala com o Studio.
Cancelei a tempo, mas não consigo remarcar.	A sessão fica disponível apenas na semana da aula cancelada , e precisas de encontrar uma vaga.
O pedido de aula avulsa ainda está pendente.	Ainda não tens uma reserva confirmada. Aguarda a decisão do Studio.
Não consigo entrar na aplicação.	Confirma o endereço, o email e o estado de aprovação. Se necessário, pede ajuda ao Studio.

11. Segurança e apoio

Não partilhes a tua palavra-passe nem os links ou códigos de acesso. Em caso de dúvida sobre mensalidades, faltas, recuperações ou condições comerciais, **contacta o teu Studio**.

Este manual explica a utilização da aplicação. As condições contratadas e o regulamento do Studio continuam a aplicar-se.