

GRADE HORÁRIA SPORTS & FITNESS 2024

Aula	Faixa Etária	Professor	Dia	Horário	Local	Disponibilidade
Balance Nine	A partir de 14 anos	Michelle	6 ^{af}	07:10 - 08:00	Sala 2	Temos vagas
Basquetebol misto Aula	10 a 12 anos	Edilaine	3 ^{af} e 5 ^{af}	17:00 - 18:00	Arena	Temos vagas
Basquetebol misto Aula	13 a 15 anos	Edilaine	3 ^{af} e 5 ^{af}	18:00 - 19:00	Arena	Temos vagas
Capoeira	A partir de 6 anos	Claudinei	Sábado	10:00 - 11:00	Sala 1	Temos vagas
Capoeira	A partir de 6 anos	Claudinei	3 ^{af} e 5 ^{af}	19:30 - 20:30	Sala 1	Temos vagas
Futsal Feminino	A partir de 14 anos	Joel	3 ^{af}	19:00 - 20:30	Arena	Temos vagas
Futsal Feminino	A partir de 14 anos	Joel	5 ^{af}	20:30 - 22:00	Arena	Temos vagas
Futsal Sub 12/14	De 11 a 14 anos	Fábio	3 ^{af} e 5 ^{af}	09:00 - 10:00	Arena	Temos vagas
Futsal Baby	De 4 a 6 anos	Fabio	4 ^{af} e 6 ^{af}	09:00 - 10:00	Arena	Temos vagas
Futsal Sub 10	De 9 a 10 anos	Fabio	3 ^{af} e 5 ^{af}	10:00 - 11:00	Arena	Temos vagas
Futsal Sub 8	De 7 a 8 anos	Fabio	4 ^{af} e 6 ^{af}	10:00 - 11:00	Arena	Temos vagas
Futebol Escolinha Campo	De 12 a 15 anos	Joel	2 ^{af} e 4 ^{af}	19:30 - 20:30	Campo 3	Temos vagas
GAP	A partir de 14 anos	Michelle	2 ^{af}	09:10 - 10:00	Sala 1	Temos vagas
Hidroginástica	A partir de 14 anos	Carmelita	4 ^{af} e 6 ^{af}	08:00 - 08:50	Piscina	Temos vagas
Jiu Jitsu KIDS	De 09 a 13 anos	Eqp Thiago almeida	2 ^{af} e 4 ^{af}	18:55 - 19:35	Salão social	Temos vagas
Muay Thai	A partir de 14 anos	Gustavo Erak	2 ^{af} e 4 ^{af}	07:30 - 08:30	Salão social	Temos vagas
Recreação	04 a 7 anos	Turma do perdiga	2 ^{af} a 5 ^{af}	18:00 - 21:00	Sala de recreação	ATÉ 20 CRIANÇAS
Tênis KIDS	De 07 a 13 anos	André	4 ^{af} e 6 ^{af}	08:00 - 09:00	Quadra	Temos vagas
Volei Escolinha (Inic.)	A partir de 14 anos	Lázaro	6 ^{af}	19:00 - 20:00	Arena	Temos vagas
Yoga	A partir de 14 anos	Silvio	3 ^{af} e 5 ^{af}	08:15 - 09:15	Sala 3	Temos vagas
Zumba Step	A partir de 14 anos	Denise	2 ^{af} e 4 ^{af}	19:30 - 20:20	Sala 2	Temos vagas
Zumba	A partir de 14 anos	Denise	2 ^{af} e 4 ^{af}	20:20 - 21:10	Sala 2	Temos vagas
Zumba KIDS	De 06 a 11 anos	Denise	5 ^{af}	19:10 - 20:00	Sala 3	Temos vagas
50 Mais	A partir de 50 anos	Carmelita	2 ^{af} e 4 ^{af}	09:00 - 10:00	Salão social	Temos vagas
MUSCULAÇÃO						
Musculação	A partir de 14 anos		2 ^a a 6 ^{af}	06:00 - 22:00	Academia	Temos vagas
			Sábado	08:00 - 16:00		
			Dom	09:00 - 12:00		
MUSICALIZAÇÃO						
9 Musical - Infantil	De 05 a 12 anos	Maestro Marcelo	4 ^{af}	17:30 - 19:00	Sala 4	Temos vagas
Cantoria	A partir de 12 anos	Maestro Marcelo	4 ^{af}	19:00 - 20:00	Sala 4	Temos vagas
9 Musical - Juvenil e Adulto	A partir de 12 anos	Maestro Marcelo	4 ^{af}	20:00 - 21:00	Sala 4	Temos vagas
ESPORTES RECREATIVOS						
Basquete REC.	A partir de 16 anos		3 ^{af}	20:30 - 22:00	Arena	Temos vagas
Futsal Feminino REC.	A partir de 14 anos		6 ^{af}	19:00 - 20:30	Arena	Temos vagas
Futebol campo (Rachão)	A partir de 16 anos		4 ^{af}	19:00 - 22:00	Campo	Temos vagas
Futebol Treino Goleiro	A partir de 10 anos		3 ^{af} e 5 ^{af}	19:15 - 20:15	Campo 3	Temos vagas
Futebol campo (Rachão)	A partir de 16 anos		Domingo	07:00 - 8:30	Campo	Temos vagas
Volei REC.	A partir de 16 anos		2 ^{af} e 4 ^{af}	21:00 - 22:00	Arena	Temos vagas