

TURMA	COORDENADORA/OR	BOLSISTA	DIAS	HORÁRIO	LOCAL	FAIXA ETÁRIA	VAGAS
PRÁTICAS DE DANÇA							
Danças Árabes - Turma 1	Elisa Abrão e Alexandre Ferreira	Rachel Lemos	3ª e 5ª	17:00 às 18:30	Sala de Dança 2	A partir de 15 anos	15
Danças Árabes - Turma 2	Elisa Abrão e Alexandre Ferreira	Rachel Lemos	3ª e 5ª	18:30 às 20:00	Sala de Dança 2	A partir de 15 anos	15
Dança de Salão - Iniciante - Turma 1	Alexandre Ferreira	Talita Atahalpa	2ª e 4ª	18:00 às 19:00	Sala de Dança 1	A partir de 15 anos	30
Dança de Salão - Iniciado - Turma 2	Alexandre Ferreira	Talita Atahalpa	2ª e 4ª	19:00 às 20:00	Sala de Dança 1	A partir de 15 anos	30
Danças Urbanas - Iniciante - Juvenil	Alexandre Ferreira	Andressa de Farias	3ª e 5ª	16:30 às 18:00	Sala de Dança 1	De 15 a 18 anos	25
Danças Urbanas - Iniciante - Adulta	Alexandre Ferreira	Andressa de Farias	3ª e 5ª	18:30 às 20:00	Sala de Dança 1	A partir de 17 anos	30
Jazz Funk Fresh - Iniciante	Alexandre Ferreira	Rafaela Souza	3ª e 5ª	15:40 às 17:10	Sala de Dança 2	A partir de 15 anos	30
Jazz Funk Fresh - Intermediário	Alexandre Ferreira	Rafaela Souza	3ª e 5ª	14:00 às 15:30	Sala de Dança 2 (quinta-feira) e Sala de Dança 3 (terça-feira)	A partir de 15 anos	30
Ritmos e alegria - Danças com adultos e idosos	Alexandre Ferreira	Thayline Gomes	3ª e 5ª	07:00 às 08:30	Sala de Dança 3	A partir de 20 anos	20
Ritmos e alegria - Sorrisos e infância	Alexandre Ferreira	Thayline Gomes	3ª e 5ª	14:00 às 15:30	Sala de Dança 1	De 7 a 12 anos	25
PRÁTICAS AQUÁTICAS							
Hidroginástica - Idosos - Turma 1	Francisco De Marchi	André e Marcos	3ª e 5ª	07:30 às 09:00	Piscina Adulto	A partir de 60 anos	100
Hidroginástica - Idosos e Adultos - Turma 2	Francisco De Marchi	André e Marcos	3ª e 5ª	09:00 às 10:00	Piscina Adulto	A partir de 18 anos	50
Hidroginástica - Idosos e Adultos - Turma 3	Francisco De Marchi	André e Marcos	4ª e 6ª	09:00 às 10:00	Piscina Adulto	A partir de 18 anos	50
Nado Livre - Turma 1	Ari Lazzarotti	Cairé	3ª e 5ª	12:00 às 13:00	Piscina Adulto	A partir de 15 anos	40
Nado Livre - Turma 2	Ari Lazzarotti	Cairé	4ª e 6ª	12:00 às 13:00	Piscina Adulto	A partir de 15 anos	40
Nado Livre - Turma 3	Ari Lazzarotti	Cairé	4ª e 6ª	13:00 às 14:00	Piscina Adulto	A partir de 15 anos	40
Nado Livre - Turma 4	Ari Lazzarotti	Francienny	3ª e 5ª	17:00 às 18:00	Piscina Adulto	A partir de 15 anos	40
Nado Livre - Turma 5	Ari Lazzarotti	Francienny	3ª e 5ª	18:00 às 19:00	Piscina Adulto	A partir de 15 anos	40
Nado Livre - Turma 6	Ari Lazzarotti	Francienny	4ª e 6ª	17:00 às 18:00	Piscina Adulto	A partir de 15 anos	40
Nado Livre - Turma 7	Ari Lazzarotti	Francienny	4ª e 6ª	18:00 às 19:00	Piscina Adulto	A partir de 15 anos	40
PRÁTICAS DE GINÁSTICA							
Musculação - Turma 1	Francisco De Marchi	Valéria e Paulo	2ª, 4ª e 6ª	07:00 às 08:00	Sala de Musculação	A partir de 14 anos	20
Musculação - Turma 2	Francisco De Marchi	Valéria e Paulo	2ª, 4ª e 6ª	08:00 às 09:00	Sala de Musculação	A partir de 14 anos	20
Musculação - Turma 3	Francisco De Marchi	Valéria e Paulo	2ª, 4ª e 6ª	09:00 às 10:00	Sala de Musculação	A partir de 14 anos	20
Musculação - Turma 4	Francisco De Marchi	Francis e Gabriel	2ª, 4ª e 6ª	17:00 às 18:00	Sala de Musculação	A partir de 14 anos	20
Musculação - Turma 5	Francisco De Marchi	Francis e Gabriel	2ª, 4ª e 6ª	18:00 às 19:00	Sala de Musculação	A partir de 14 anos	20
Musculação - Turma 6	Francisco De Marchi	Francis e Gabriel	2ª, 4ª e 6ª	19:00 às 20:00	Sala de Musculação	A partir de 14 anos	20
Musculação - Turma 7	Francisco De Marchi	Valéria e Paulo	3ª e 5ª	07:00 às 08:00	Sala de Musculação	A partir de 14 anos	20
Musculação - Turma 8	Francisco De Marchi	Valéria e Paulo	3ª e 5ª	09:00 às 10:00	Sala de Musculação	A partir de 14 anos	20
Musculação - Turma 9	Francisco De Marchi	Francis e Gabriel	3ª e 5ª	17:00 às 18:00	Sala de Musculação	A partir de 14 anos	20
Musculação - Turma 10	Francisco De Marchi	Francis e Gabriel	3ª e 5ª	18:00 às 19:00	Sala de Musculação	A partir de 14 anos	20
Treinamento Funcional - Turma 1	Juliana Carneiro	Gabriela Branquinho	2ª e 4ª	07:40 às 8:30	Ginásio de Lutas	A partir de 12 anos	30
Treinamento Funcional - Turma 2	Juliana Carneiro	Gabriela Branquinho	2ª e 4ª	11:50 às 12:40	Sala de dança 4	A partir de 12 anos	30
Treinamento Funcional - Turma 3	Juliana Carneiro	Gabriela Branquinho	3ª e 5ª	15:50 às 16:40	Sala de dança 4	A partir de 12 anos	30
Pilates - Turma 1	Juliana Carneiro	Ana Luiza	3ª e 5ª	11:50 às 12:40	Salas de Dança 1	A partir de 12 anos	25
Pilates - Turma 2	Juliana Carneiro	Ana Luiza	2ª e 4ª	16:00 às 16:50	Sala de Dança 1	A partir de 12 anos	25
Pilates - Turma 3	Juliana Carneiro	Ana Luiza	2ª e 4ª	16:50 às 17:40	Sala de Dança 1	A partir de 12 anos	25
Escolinha de Ginástica Artística - Turma 1	Bethânia Alves	Rodrigo e Ruan	3ª e 5ª	16:00 às 17:00	Ginásio de Lutas e Ginástica	De 08 a 13 anos	20
Escolinha de Ginástica Artística - Turma 2	Bethânia Alves	Rodrigo e Ruan	3ª e 5ª	17:10 às 18:10	Ginásio de Lutas e Ginástica	De 04 a 07 anos	20
Ginástica Artística - Adulto	Bethânia Alves	Rodrigo e Ruan	3ª e 5ª	18:20 às 19:20	Ginásio de Lutas e Ginástica	Acima de 15 anos	20
PRÁTICAS HOLÍSTICAS							
Yoga para a Comunidade - Turma 1	Priscilla Antunes	Elziane e Gabriela	2ª e 4ª	17:10 às 18:10	Sala de dança 4	A partir de 18 anos	30
Yoga para a Comunidade - Turma 2	Priscilla Antunes	Elziane e Gabriela	2ª e 4ª	18:10 às 19:10	Sala de dança 4	A partir de 18 anos	30
Yoga para a Comunidade - Turma 3	Priscilla Antunes	Simone e Luccas	3ª e 5ª	12:00 às 13:00	Sala de dança 2	A partir de 18 anos	30
Yoga para a Comunidade - Turma 4	Priscilla Antunes	Simone e Luccas	3ª e 5ª	13:00 às 14:00	Sala de dança 1	A partir de 18 anos	30
ESPORTES COLETIVOS							
Basquetebol para crianças e jovens	Heitor de Andrade	Gabryela Faria	3ª e 5ª	16:30 às 17:30	Ginásio Poliesportivo	De 10 a 14 anos	25
Basquete para Mulheres	Heitor de Andrade	Gabryela Faria	3ª e 5ª	17:30 às 18:30	Ginásio Poliesportivo	A partir de 14 anos	25
Basquete para Homens	Heitor de Andrade	Gabryela Faria	3ª e 5ª	18:30 às 19:30	Ginásio Poliesportivo	A partir de 14 anos	25
Futebol Crianças	Ari Lazzarotti	Arthur Silva	4ª	16:30 às 18:00	Campo da Pista de Atletismo	De 10 a 13 anos	30
Futebol 40+ eles	Ari Lazzarotti	Arthur Silva	4ª	18:30 às 20:30	Campo da Pista de Atletismo	A partir de 40 anos	30
Futebol 18+ elas	Ari Lazzarotti	Arthur Silva	5ª	18:30 às 20:30	Campo da Pista de Atletismo	A partir de 18 anos	30
PRÁTICAS DE LUTA							
CAMINHOS MARCIAIS: Jiu Jitsu Brasileiro - Turma 1	Marcel Farias	Guilherme de Paula	2ª, 4ª e 6ª	16:00 às 17:30	Ginásio de Lutas	A partir de 14 anos	20
CAMINHOS MARCIAIS: Jiu Jitsu Brasileiro - Turma 2	Marcel Farias	Guilherme de Paula	2ª, 4ª e 6ª	17:45 às 19:00	Ginásio de Lutas	A partir de 14 anos	20
CAMINHOS MARCIAIS: Karatê Dô Shotokan	Marcel Farias	Matheus Natã	2ª, 4ª e 6ª	11:45 às 13:00	Ginásio de Lutas	A partir de 14 anos	20
CAMINHOS MARCIAIS: Karatê Dô Shotokan	Marcel Farias	Matheus Natã	3ª e 5ª	11:45 às 13:00	Ginásio de Lutas	A partir de 14 anos	20
PRÁTICAS DE ATLETISMO							
Corrida e caminhada orientada - Turma 1	Flórence Faganello	Rafaela Moura	2ª, 4ª e 6ª	18:00 às 19:40	Pista de Atletismo	A partir de 14 anos	30
Corrida e caminhada orientada - Turma 2	Flórence Faganello	Rafaela Moura	2ª, 4ª e 6ª	19:50 às 21:30	Pista de Atletismo	A partir de 14 anos	30