



QUADRO DE HORÁRIOS



MODALIDADE: FUTEBOL DE CAMPO

PERÍODO DA MANHÃ					
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
					CAMPO DO BEIRA RIO 08H00/09H30 SUB13 LUIS MARIANO
					CAMPO DO BEIRA RIO 09H30/11H00 SUB15 IVONETE
PERÍODO DA TARDE					
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
	CAMPO DO BEIRA RIO 15H30/17H30 SUB15 IVONETE	CAMPO DO BEIRA RIO 16H/17H30 SUB13 LUIS MARIANO	CAMPO DO BEIRA RIO 15H30/17H30 SUB15 IVONETE	CAMPO DO BEIRA RIO 16H/17H30 SUB13 LUIS MARIANO	
PERÍODO DA NOITE					
	CAMPO DO INTERLAGOS 18H00/19H00 07 A10 - LUIS MARIANO		CAMPO DO INTERLAGOS 18H00/19H00 07 A10 - LUIS MARIANO		
	CAMPO DO INTERLAGOS 19H00/20H00 11 A 13- LUIS MARIANO		CAMPO DO INTERLAGOS 19H00/20H00 11 A 13- LUIS MARIANO		



MODALIDADE: VOLEIBOL

PERÍODO DA MANHÃ				
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	GINÁSIO DO CELTRA 08H50/09H40 - TREINO MELHOR IDADE – MÁRCIO CIELLO	GINÁSIO DO CELTRA 09H00/10H00 07/15 – ANA	GINÁSIO DO CELTRA 08H50/09H40 - TREINO MELHOR IDADE – MÁRCIO CIELLO	GINÁSIO DO CELTRA 09H00/10H00 07/15 – ANA
	GINÁSIO DO CELTRA 09H40/10H30 - TREINO MELHOR IDADE – MÁRCIO CIELLO	GINÁSIO DO CELTRA 10H00/11H00 07/15 – ANA	GINÁSIO DO CELTRA 09H40/10H30 - TREINO MELHOR IDADE – MÁRCIO CIELLO	GINÁSIO DO CELTRA 10H00/11H00 07/15 – ANA
PERÍODO DA TARDE				
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
GINÁSIO DO CELTRA 13H00/13H50 - ESCOLINHA SUB12 – RYAN	GINÁSIO DO CELTRA 15h30/16h20 - TREINO SUB12 – RYAN	GINÁSIO DO CELTRA 13H00/13H50 - ESCOLINHA SUB12 – RYAN	GINÁSIO DO CELTRA 15h30/16h20 - TREINO SUB12 – RYAN	
GINÁSIO DO CELTRA 13H50/14H40 - ESCOLINHA SUB14- RYAN	GINÁSIO DO CELTRA 16h20/17h10 - TREINO SUB14– RYAN	GINÁSIO DO CELTRA 13H50/14H40 - ESCOLINHA SUB14- RYAN	GINÁSIO DO CELTRA 16h20/17h10 - TREINO SUB14– RYAN	GINÁSIO DO CELTRA 13H50/14H40 - ESCOLINHA SUB16- RYAN
GINÁSIO DO CELTRA 14H40/15H30 - ESCOLINHA SUB16- RYAN	GINÁSIO DO CELTRA 17h10/18h00 - TREINO SUB14– RYAN	GINÁSIO DO CELTRA 14H40/15H30 - ESCOLINHA SUB16- RYAN	GINÁSIO DO CELTRA 17h10/18h00 - TREINO SUB14– RYAN	GINÁSIO DO CELTRA 14h40/15H30 - ESCOLINHA SUB16– RYAN
PERÍODO DA NOITE				
Quarta	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	GINÁSIO DO CELTRA 18h00/18h50 - TREINO SUB16– RYAN		GINÁSIO DO CELTRA 18h00/18h50 - TREINO SUB16– RYAN	
	GINÁSIO DO CELTRA 18h50/19h40 - TREINO SUB16– RYAN		GINÁSIO DO CELTRA 18h50/19h40 - TREINO SUB16– RYAN	
	GINÁSIO DO CELTRA 19h40/20h30 - TREINO SUB18/21– RYAN		GINÁSIO DO CELTRA 19h40/20h30 - TREINO SUB18/21– RYAN	
	GINÁSIO DO CELTRA 20h30/21h20 - TREINO SUB21MASC– RYAN		GINÁSIO DO CELTRA 20h30/21h20 - TREINO SUB21MASC– RYAN	
	GINÁSIO DO CELTRA 21h20/22h10 - TREINO SUB21MASC– RYAN		GINÁSIO DO CELTRA 21h20/22h10 - TREINO SUB21MASC– RYAN	



MODALIDADE: BASQUETEBOL

PERÍODO DA MANHÃ				
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	GINÁSIO DO CELTRA 10H30/11H20 - ESCOLINHA SUB07 ao 15 - MÁRCIO		GINÁSIO DO CELTRA 10H30/11H20 - ESCOLINHA SUB07 ao 15 - MÁRCIO	
PERÍODO DA TARDE				
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
GINÁSIO DO CELTRA 15H30/16H20 - ESCOLINHA SUB09 - NERY - FEM		GINÁSIO DO CELTRA 15H30/16H20 - ESCOLINHA SUB09 - NERY - FEM		GINÁSIO DO CELTRA 15H30/16H20 - ESCOLINHA SUB09 - NERY - FEM
GINÁSIO DO CELTRA 16H20/17H10 - ESCOLINHA SUB09 - NERY - MASC		GINÁSIO DO CELTRA 16H20/17H10 - ESCOLINHA SUB09 - NERY - MASC		GINÁSIO DO CELTRA 16H20/17H10 - ESCOLINHA SUB09 - NERY - MASC
GINÁSIO DO CELTRA 17H10/18H00 - ESCOLINHA SUB11 - NERY - MASC		GINÁSIO DO CELTRA 17H10/18H00 - ESCOLINHA SUB11 - NERY - MASC		GINÁSIO DO CELTRA 17H10/18H00 - ESCOLINHA SUB11 - NERY - MASC
PERÍODO DA NOITE				
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
GINÁSIO DO CELTRA 18H00/18H50 - ESCOLINHA SUB13 - NERY - MASC		GINÁSIO DO CELTRA 18H00/18H50 - ESCOLINHA SUB13 - NERY - MASC		GINÁSIO DO CELTRA 18H00/18H50 - ESCOLINHA SUB13 - NERY - MASC
GINÁSIO DO CELTRA 18H50/19H40 - TREINO SUB15 - NERY - MASC		GINÁSIO DO CELTRA 18H50/19H40 - TREINO SUB15 - NERY - MASC		GINÁSIO DO CELTRA 18H50/19H40 - TREINO SUB15 - NERY - MASC
GINÁSIO DO CELTRA 19H40/20H30 - TREINO SUB17 - NERY - MASC		GINÁSIO DO CELTRA 19H40/20H30 - TREINO SUB21/LIVRE- TATU		GINÁSIO DO CELTRA 19H40/20H30 - TREINO SUB17 - NERY - MASC
GINÁSIO DO CELTRA 20H30/22H00 - TREINO SUB21/LIVRE- NERY		GINÁSIO DO CELTRA 20H30/21H20 - TREINO SUB21/LIVRE- TATU		GINÁSIO DO CELTRA 20H30/22H00 - TREINO SUB21/LIVRE- NERY



MODALIDADE: FUTEBOL DE SALÃO

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	07H30/08H30 Sub08/sub10 WESLEY – ZULMIRA - INICIAÇÃO		07H30/08H30 Sub08/sub10 WESLEY – ZULMIRA - INICIAÇÃO	
	08H30/09H30 Sub08/sub10 WAGNER – CELTRA – INICIAÇÃO Sub12/sub14 WESLEY – ZULMIRA - INICIAÇÃO		08H30/09H30 Sub08/sub10 WAGNER – CELTRA – INICIAÇÃO Sub12/sub14 WESLEY – ZULMIRA - INICIAÇÃO	
	09H30/10H30 Sub12/sub16 WAGNER – CELTRA – INICIAÇÃO Sub14/sub16 WESLEY – ZULMIRA - INICIAÇÃO		09H30/10H30 Sub12/sub16 WAGNER – CELTRA – INICIAÇÃO Sub14/sub16 WESLEY – ZULMIRA - INICIAÇÃO	
PERÍODO DA TARDE				
14H00/15H00 Sub14 WESLEY – CELTRA INICIAÇÃO	15h30/16h30 Sub11/14 FEM EMILY - CELTRA	14H00/15H00 Sub14 WESLEY – CELTRA INICIAÇÃO	15h30/16h30 Sub11/14 FEM EMILY - CELTRA	15h30/16h30 Sub11/14 FEM EMILY - CELTRA
15H00/16H00 Sub16 WESLEY – CELTRA INICIAÇÃO	16h30/17h30 Sub15/17 FEM EMILY - CELTRA	15H00/16H00 Sub16 WESLEY – CELTRA INICIAÇÃO	16h30/17h30 Sub15/17 FEM EMILY - CELTRA	16h30/17h30 Sub15/17 FEM EMILY - CELTRA
16H00/17H00 Sub12 WESLEY – CELTRA INICIAÇÃO	14H00/15H00 Sub14/sub16 WESLEY – ZULMIRA - INICIAÇÃO	16H00/17H00 Sub12 WESLEY – CELTRA INICIAÇÃO	14H00/15H00 Sub14/sub16 WESLEY – ZULMIRA - INICIAÇÃO	
17H00/18H00 Sub08/Sub10 WESLEY – CELTRA INICIAÇÃO	15H00/16H00 Sub12 WESLEY – ZULMIRA - TREINO	17H00/18H00 Sub08/Sub10 WESLEY – CELTRA INICIAÇÃO	15H00/16H00 Sub12 WESLEY – ZULMIRA - TREINO	
15H00/16H00 LUIS – BENEDITO - INICIAÇÃO	16H00/17H00 Sub14 WESLEY – ZULMIRA - TREINO	15H00/16H00 LUIS – BENEDITO - INICIAÇÃO	16H00/17H00 Sub14 WESLEY – ZULMIRA - TREINO	
16h00/17h00 Sub15/17 LUIS – BENEDITO - INICIAÇÃO	17H00/18H00 Sub10/12 WESLEY – ZULMIRA - INICIAÇÃO	16h00/17h00 Sub15/17 LUIS – BENEDITO - INICIAÇÃO	17H00/18H00 Sub10/12 WESLEY – ZULMIRA - INICIAÇÃO	
17h00/19h00 Sub11/14 LUIS – BENEDITO - INICIAÇÃO		17h00/19h00 Sub11/14 LUIS – BENEDITO - INICIAÇÃO		
PERÍODO DA NOITE				
18H00/19H00 SUB10 WESLEY – ZULMIRA - TREINO	17H30/18H30 Sub17/18 FEM. WAGNER - CELTRA	18H00/19H00 SUB10 WESLEY – ZULMIRA - TREINO	17H30/18H30 Sub17/18 FEM. WAGNER - CELTRA	
19h00/20h00 SUB16 WESLEY – ZULMIRA - TREINO	18H30/19H30 Sub19/21 FEM WAGNER - CELTRA	19h00/20h00 SUB16 WESLEY – ZULMIRA - TREINO	18H30/19H30 Sub19/21 FEM WAGNER - CELTRA	
20h00/21h00 Sub18 WESLEY – ZULMIRA - TREINO	19H30/20H30 Livre FEM WAGNER - CELTRA	20h00/21h00 ADULTO WESLEY – ZULMIRA - TREINO	19H30/20H30 Livre FEM WAGNER - CELTRA	



MODALIDADE: TÊNIS DE MESA

PERÍODO DA MANHÃ					
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
					09H00/10H00 10/12 ANOS CHICO - CELTRA - ESCOLINHA
	10h00/11h00 07/17 ANOS CHICO - CELTRA - ESCOLINHA				10H00/11H00 13/14 ANOS CHICO - CELTRA - ESCOLINHA
					11H00/12H00 15/LIVRE CHICO - CELTRA - ESCOLINHA
PERÍODO DA TARDE					
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
	12H45/13h45 07/09 ANOS CHICO - CELTRA - ESCOLINHA	19H00/20H00 07/12 ANOS CHICO - CELTRA - ESCOLINHA	12H45/13h45 07/09 ANOS CHICO - CELTRA - ESCOLINHA	17H00/18H00 FEMININO CHICO - CELTRA - ESCOLINHA	14H00/15h00 10/12 ANOS CHICO - CELTRA - ESCOLINHA
	13h45/14h45 10/12 ANOS CHICO - CELTRA - ESCOLINHA	20H00/21H00 13/17 ANOS CHICO - CELTRA - ESCOLINHA	13h45/14h45 10/12 ANOS CHICO - CELTRA - ESCOLINHA	18H00/19H00 FEMININO CHICO - CELTRA - ESCOLINHA	15h00/16h00 13/14 ANOS CHICO - CELTRA - ESCOLINHA
	14h45/15h45 13/14ANOS CHICO - CELTRA - ESCOLINHA	21H00/22H00 13/17 ANOS CHICO - CELTRA - ESCOLINHA		19H00/20H00 07/12 ANOS CHICO - CELTRA - ESCOLINHA	16h00/17h00 15/LIVRE CHICO - CELTRA - ESCOLINHA
				20H00/21H00 13/17 ANOS CHICO - CELTRA - ESCOLINHA	



MODALIDADE: VÔLEI DE PRAIA

PERÍODO DA TARDE					
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
		16h00/17h00 SUB12/14 - ANA - BRUNO COVAS		16h00/17h00 SUB12/14 - ANA - BRUNO COVAS	
		17h00/18h00 SUB16 ANA - BRUNO COVAS		17h00/18h00 SUB16 ANA - BRUNO COVAS	
		18h00/19h00 SUB18 ANA BRUNO COVAS		18h00/19h00 SUB18 ANA BRUNO COVAS	
		19h00/20h00 SUB +21 - ANA - BRUNO COVAS		19h00/20h00 SUB +21 - ANA - BRUNO COVAS	



MODALIDADE: BEACH TÊNIS

PERÍODO DA MANHÃ					
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
	08H00/09H00 Sub17+ / WILLIAN PQ. BRUNO COVAS		08H00/09H00 Sub17+ / WILLIAN PQ. BRUNO COVAS		
PERÍODO DA TARDE					
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
	16H00/17H00 Sub07/09 - WILLIAN PQ. BRUNO COVAS		16H00/17H00 Sub07/09 - WILLIAN PQ. BRUNO COVAS		
	17H00/18H00 Sub10/12 - WILLIAN PQ. BRUNO COVAS		17H00/18H00 Sub10/12 - WILLIAN PQ. BRUNO COVAS		
	18H00/19H00 Sub13/14 - WILLIAN PQ. BRUNO COVAS		18H00/19H00 Sub13/14 - WILLIAN PQ. BRUNO COVAS		
	19H00/20H00 Sub15/16 - WILLIAN PQ. BRUNO COVAS		19H00/20H00 Sub15/16 - WILLIAN PQ. BRUNO COVAS		
	20H00/21H00 Sub17+ - WILLIAN PQ. BRUNO COVAS		20H00/21H00 Sub17+ - WILLIAN PQ. BRUNO COVAS		



MODALIDADE: JUDÔ

PERÍODO DA TARDE					
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
17H30/18H20 PCD DIEGO	17h30/18h20 BABY DIEGO/CAIO	17H30/18H20 PCD DIEGO	17h30/18h20 BABY DIEGO/CAIO		
18H20/19H10 BABY DIEGO	18h20/19h10 SUB09/SUB13 DIEGO/CAIO	18H20/19H10 BABY DIEGO	18h20/19h10 SUB09/SUB13 DIEGO/CAIO		
19H10/20H00 SUB09/SUB13 DIEGO	19h10/20H00 SUB15/SUB18 DIEGO/CAIO	19H10/20H00 SUB09/SUB13 DIEGO	19h10/20H00 SUB15/SUB18 DIEGO/CAIO		
20H00/20H50 SUB15/SUB18 DIEGO		20H00/20H50 SUB15/SUB18 DIEGO			



MODALIDADE: GINÁSTICA RÍTMICA / COREOGRAFIA

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
TURMA 1 ESCOLINHA 13H30/14H20 IDADE 05 A 07 ANOS PROFESSOR BEL	TREINAMENTO 13h30/14h20 PROFESSORA ISABEL	TURMA 1 ESCOLINHA 13H30/14H20 IDADE 05 A 07 ANOS PROFESSOR BEL	TREINAMENTO 13h30/14h20 PROFESSORA ISABEL	
TURMA 2 ESCOLINHA 14H20/15H10 IDADE 08 A 10 ANOS PROFESSOR BEL	TREINAMENTO 14h20/15H10 PROFESSORA ISABEL	TURMA 2 ESCOLINHA 14H20/15H10 IDADE 08 A 10 ANOS PROFESSOR BEL	TREINAMENTO 14h20/15H10 PROFESSORA ISABEL	
TURMA 3 ESCOLINHA 15H10/16H00 IDADE 11 A 17 ANOS PROFESSOR BEL	TREINAMENTO 15H10/16H00 PROFESSORA ISABEL	TURMA 3 ESCOLINHA 15H10/16H00 IDADE 11 A 17 ANOS PROFESSOR BEL	TREINAMENTO 15H10/16H00 PROFESSORA ISABEL	
TURMA 3 ESCOLINHA 16H00/16H50 IDADE 11 A 17 ANOS PROFESSOR BEL	TREINAMENTO 16H00/16H50 PROFESSORA ISABEL	TURMA 3 ESCOLINHA 16H00/16H50 IDADE 11 A 17 ANOS PROFESSOR BEL	TREINAMENTO 16H00/16H50 PROFESSORA ISABEL	
TURMA COREGRAFIA 16H50/17H40 MELHOR IDADE PROFESSOR BEL	TREINAMENTO 16H50/17H40 PROFESSORA ISABEL	TURMA COREGRAFIA 16H50/17H40 MELHOR IDADE PROFESSOR BEL	TREINAMENTO 16H50/17H40 PROFESSORA ISABEL	



MODALIDADE: BALÉ / DANÇA

PERIODO DA MANHÃ				
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	09H30/10H30 CELTRA - PEM JERUSA - 05/14	10H30/11H20 CELTRA - PEM JERUSA - 05/14		
PERIODO DA TARDE				
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	CELTRA - PEM FASE 2 – JERUSA - JAZZ 14h00/15h00		CELTRA - PEM FASE 2 – JERUSA - JAZZ 14h00/15h00	
Fase 4 – DANÇA E RITMOS JERUSA 15h00/16h00	CELTRA - PEM INTERM – JERUSA - JAZZ 15h00/16h30	Fase 4 – DANÇA E RITMOS JERUSA 15h00/16h00	CELTRA - PEM INTERM – JERUSA - JAZZ 15h00/16h30	
DANÇA E RITMOS FASE 2 A JERUSA 16h15/17h15	CELTRA - PEM Avançado – JERUSA - JAZZ 16h30/18h00	DANÇA E RITMOS FASE 2 A JERUSA 16h15/17h15	CELTRA - PEM Avançado – JERUSA - JAZZ 16h30/18h00	DANÇA E RITMOS FASE 2 B JERUSA 16h15/17h15
DANÇA E RITMOS SUB 05 a 09 INICIANTE - JERUSA 17h15/18h15 CELTRA - PEM		DANÇA E RITMOS FASE 2 B JERUSA 17h15/18h15 CELTRA - PEM		DANÇA E RITMOS SUB 05 a 09 INICIANTE - JERUSA 17h15/18h15
INICIANTE – JERUSA - JAZZ A PARTIR DE 5 ANOS 18h15/19h15		INICIANTE – JERUSA - JAZZ A PARTIR DE 5 ANOS 18h15/19h15		



MODALIDADE: CAPOEIRA

PERÍODO DA MANHÃ				
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	CAPOEIRA GERALDINHO 08h00/09h00		CAPOEIRA GERALDINHO 08h00/09h00	
PERÍODO DA TARDE				
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
TREINAMENTO GERALDINHO 17H00/18H00	TREINAMENTO GERALDINHO 17H00/18H00	TREINAMENTO GERALDINHO 17H00/18H00	TREINAMENTO GERALDINHO 17H00/18H00	MUSICALIDADE GERALDINHO 17H00/18H00
PERÍODO DA NOITE				
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
RODA GERALDINHO 18H00/19H00	RODA GERALDINHO 18H00/19H00	RODA GERALDINHO 18H00/19H00	RODA GERALDINHO 18H00/19H00	MUSICALIDADE GERALDINHO 18H00/19H00



MODALIDADE: NATAÇÃO

Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
07h/08h		HIDRO GERAL RICARDO		HIDRO GERAL RICARDO		
08h/09h		INICIAÇÃO I Sub07/11 RICARDO		INICIAÇÃO I Sub07/11 RICARDO	HIDRO MELHOR IDADE WILLIAN	INICIAÇÃO WILLIAN
09h/10h	INICIAÇÃO IV LIVRE WILLIAN	INICIAÇÃO II Sub12/14 RICARDO	INICIAÇÃO IV LIVRE WILLIAN	INICIAÇÃO II Sub12/14 RICARDO	INTERMEDIÁRIO I LIVRE WILLIAN	INTERMEDIÁRIO I LIVRE WILLIAN
10h/11h	PCD ESPECÍFICA WILLIAN	INICIAÇÃO III Sub15/17 RICARDO	PCD ESPECÍFICA WILLIAN	INICIAÇÃO III Sub15/17 RICARDO	INTERMEDIÁRIO II LIVRE WILLIAN	APERFEIÇOAMENTO LIVRE WILLIAN
11h/12h					APERFEIÇOAMENTO LIVRE WILLIAN	APERFEIÇOAMENTO LIVRE WILLIAN
13h/14h	INICIAÇÃO I Sub07/10 WILLIAN	PCD LIVRE RICARDO	INICIAÇÃO I Sub07/10 WILLIAN	PCD LIVRE RICARDO	INICIAÇÃO I Sub07/10 WILLIAN	
14h/15h	INICIAÇÃO II Sub11/13 WILLIAN	INICIAÇÃO II Sub07/11 RICARDO	INICIAÇÃO II Sub11/13 WILLIAN	INICIAÇÃO II Sub07/11 RICARDO	INICIAÇÃO II Sub11/13 WILLIAN	
15h/16h	INICIAÇÃO III Sub14/17 WILLIAN	INICIAÇÃO Sub12/15 RICARDO	INICIAÇÃO III Sub14/17 WILLIAN	INICIAÇÃO Sub12/15 RICARDO	INICIAÇÃO III Sub14/17 WILLIAN	
16h/17h	INTERMEDIÁRIO II Sub11/14 WILLIAN	INTERMEDIÁRIO I Sub07/15 RICARDO	INTERMEDIÁRIO II Sub11/14 WILLIAN	INTERMEDIÁRIO I Sub07/15 RICARDO	INTERMEDIÁRIO II Sub11/14 WILLIAN	
17h/18h	INTERMEDIÁRIO I Sub07/10 WILLIAN	APERFEIÇOAMENTO II LIVRE RICARDO	INTERMEDIÁRIO I Sub07/10 WILLIAN	APERFEIÇOAMENTO II LIVRE RICARDO	INTERMEDIÁRIO I Sub07/10 WILLIAN	
18h/19h	APERFEIÇOAMENTO I Sub09/16 WILLIAN	INICIAÇÃO IV LIVRE RICARDO	APERFEIÇOAMENTO I Sub09/16 WILLIAN	INICIAÇÃO IV LIVRE RICARDO	APERFEIÇOAMENTO I Sub09/16 WILLIAN	
19h/20h	APERFEIÇOAMENTO II LIVRE WILLIAN	HIDRO GERAL RICARDO	APERFEIÇOAMENTO II LIVRE WILLIAN	HIDRO GERAL RICARDO	APERFEIÇOAMENTO II LIVRE WILLIAN	
20h/21h	HIDRO GERAL WILLIAN		HIDRO GERAL WILLIAN			



MODALIDADE: BASQUETE 3X3

PERÍODO DA TARDE/NOITE					
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
	ESCOLINHA 16H30/17H20 Sub13/Sub15 PROFESSOR MARCIO		ESCOLINHA 16H30/17H20 Sub13/Sub15 PROFESSOR MARCIO		
	ESCOLINHA 17h20/18h10 Feminino PROFESSOR MARCIO		ESCOLINHA 17h20/18h10 Feminino PROFESSOR MARCIO		
	ESCOLINHA 18h10/19h00 Sub17/Livre PROFESSOR MARCIO		ESCOLINHA 18h10/19h00 Sub17/Livre PROFESSOR MARCIO		



MODALIDADE: XADREZ

MANHÃ				
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
NOITE				
	17H30/18H20 ROGÉRIO EESCOLA JOAQUIM		17H30/18H20 ROGÉRIO EESCOLA JOAQUIM	
	18H20/19H10 ROGÉRIO EESCOLA JOAQUIM		18H20/19H10 ROGÉRIO EESCOLA JOAQUIM	



ATIVIDADES FITNESS



ATIVIDADES FITNESS

MANHÃ									
Segunda		Terça		Quarta		Quinta		Sexta	Sábado
06H00/07H00 MUSCULAÇÃO FIO		06H00/07H00 MUSCULAÇÃO FIO		06H00/07H00 MUSCULAÇÃO FIO		06H00/07H00 MUSCULAÇÃO FIO		06H00/07H00 MUSCULAÇÃO FIO	
07H00/08H00 HIDRO GERAL FIO		07H00/08H00 HIDRO GERAL FIO	07H00/08H00 ZUMBA KARINA	07H00/08H00 HIDRO GERAL FIO		07H00/08H00 HIDRO GERAL FIO	07H00/08H00 ZUMBA KARINA	07H00/08H00 HIDRO GERAL FIO	07H00/08H00 HIDRO GERAL FIO
08H00/09H00 PILATES TASSIANE	08H00/09H00 HIDRO GERAL FIO	08H00/08H50 ALONGAMENTO MÁRCIO	08H00/09H00 GINÁSTICA FIO	08H00/09H00 PILATES TASSIANE	08H00/09H00 HIDRO GERAL FIO	08H00/08H50 ALONGAMENTO MÁRCIO	08H00/09H00 GINÁSTICA FIO	08H00/09H00 HIDRO FIO	08H00/09H00 HIDRO GERAL RICARDO
09H00/10H00 MUSCULAÇÃO FIO		09H00/10H00 MUSCULAÇÃO FIO		09H00/10H00 MUSCULAÇÃO FIO		09H00/10H00 MUSCULAÇÃO FIO		09H00/10H00 MUSCULAÇÃO FIO	
TARDE									
Segunda		Terça		Quarta		Quinta		Sexta	Sábado
14H30/15H30 MUSCULAÇÃO FIO		15H30/16H30 HIDRO MIX FIO		14H30/15H30 MUSCULAÇÃO FIO		15H30/16H30 HIDRO MIX FIO		14H30/15H30 MUSCULAÇÃO FIO	
15H30/16H30 MUSCULAÇÃO FIO				15H30/16H30 MUSCULAÇÃO FIO				15H30/16H30 MUSCULAÇÃO FIO	
NOITE									
Segunda		Terça		Quarta		Quinta		Sexta	Sábado
		19H00/20H00 HIDRO GERAL RICARDO				19H00/20H00 HIDRO GERAL RICARDO			