

Esportes de Raquetes

Aula	Faixa Etária	Professor	Dia	Horário	Local	VG
Beach Tennis Adulto	A partir de 14 anos	Natalia	3 ^{af} e 5 ^{af}	06:00 - 07:00	Quadra Areia	D
Beach Tennis Iniciante	A partir de 14 anos	Julia	2 ^a feira	06:00 - 07:00	Quadra Areia	D
Beach Tennis Intermediário	A partir de 14 anos	Julia	2 ^a feira	07:00 - 08:00	Quadra Areia	D
Beach Tennis Iniciante	A partir de 14 anos	Julia	4 ^a feira	06:00 - 07:00	Quadra Areia	D
Beach Tennis Intermediário	A partir de 14 anos	Julia	4 ^a feira	07:00 - 08:00	Quadra Areia	D

Esportes de Quadra

Aula	Faixa Etária	Professor	Dia	Horário	Local	VG
Basquetebol misto Aula	08 a 11 anos	Sergio	3 ^{af} e 5 ^{af}	17:00 - 18:00	Arena	D
Basquetebol misto Aula	12 a 14 anos	Sergio	3 ^{af} e 5 ^{af}	18:00 - 19:00	Arena	D
Basquetebol misto Aula	15 a 17 anos	Sergio	3 ^{af} e 5 ^{af}	19:00 - 20:00	Quadra ext.	D
Futsal Feminino	A partir de 14 anos	Lelo Milesi	3 ^{af} e 5 ^{af}	19:00 - 20:30	Arena	D
Futsal Sub 12/14	De 11 a 14 anos	Alessandro	3 ^{af} e 5 ^{af}	09:00 - 10:00	Arena	D
Futsal Baby	De 4 a 6 anos	Alessandro	4 ^{af} e 6 ^{af}	09:00 - 10:00	Arena	D
Futsal Baby	De 4 a 6 anos	Fabio/Lelo	4 ^{af} e 6 ^{af}	15:00 - 16:00	Arena	D
Futsal Sub 10	De 9 a 10 anos	Alessandro	3 ^{af} e 5 ^{af}	10:00 - 11:00	Arena	D
Futsal Sub 8	De 7 a 8 anos	Alessandro	4 ^{af} e 6 ^{af}	10:00 - 11:00	Arena	D
Futsal Sub 12	De 11 a 12 anos	Fabio/Lelo	3 ^{af} e 5 ^{af}	14:00 - 15:00	Arena	D
Futsal Sub 10	De 9 a 10 anos	Fabio/Lelo	3 ^{af} e 5 ^{af}	15:00 - 16:00	Arena	D
Futsal Baby	De 4 a 6 anos	Fabio/Lelo	4 ^{af} e 6 ^{af}	15:00 - 16:00	Arena	D
Futsal Sub 8	De 7 a 8 anos	Lelo Milesi	3 ^{af} e 5 ^{af}	16:00 - 17:00	Arena	D
Volei Escolinha (Inic.)	08 a 10 anos	Lázaro	Sábado	08:00 - 09:00	Arena	D
Volei Escolinha (Inic.)	11 a 13 anos	Lázaro	Sábado	10:00 - 11:00	Arena	D
Volei Escolinha (Inic.)	A partir de 14 anos	Lázaro	6 ^a feira	18:00 - 20:00	Arena	D

Esportes de Lutas

Aula	Faixa Etária	Professor	Dia	Horário	Local	VG
Capoeira	A partir de 6 anos	Claudinei	Sábado	10:00 - 11:00	Sala 1	D
Capoeira	A partir de 6 anos	Claudinei	3 ^{af} e 5 ^{af}	19:30 - 20:30	Sala 1	D
Jiu Jitsu	A partir de 13 anos	Eqp Thiago almeida	2 ^{af} e 4 ^{af}	19:40 - 20:40	Sala de Lutas	D
Muay Thai	A partir de 14 anos	Equipe Erak	3 ^{af} e 5 ^{af}	19:00 - 20:00	Sala de Lutas	D

Dança

Aula	Faixa Etária	Professor	Dia	Horário	Local	VG
Axe	A partir de 14 anos	Bianca	Sábado	08:45 - 09:45	Sala 2	D
Ballet infantil	9 a 12 anos	Patricia Prado	Sábado	14:30 - 15:30	Sala 2	D
Ballet juvenil (Aperf)	A partir de 11 anos	Patricia Prado	Sábado	15:30 - 17:20	Sala 1	D
Dança de salão (iniciantes)	A partir de 14 anos	Eduardo	2 ^a feira	19:00 - 20:00	Sala 2	D
Dança de salão (iniciantes)	A partir de 14 anos	Eduardo	6 ^a feira	19:00 - 20:00	Sala 2	D
Dança do Ventre	A partir de 14 anos	Barbara	4 ^a feira	18:30 - 19:30	Sala 3	D
Hip Hop	De 12 a 16 anos	Giovanna	Sábado	10:15 - 11:45	Sala 2	D
Jazz Infante Juvenil	De 6 a 14 anos	Patrícia Bergamo	2 ^{af} e 4 ^{af}	09:00 - 10:00	Sala 1	D
Jazz Infantil	De 5 a 7 anos	Patrícia Bergamo	3 ^{af} e 5 ^{af}	16:10 - 17:00	Sala 1	D
Jazz Juvenil	De 12 a 15 anos	Patrícia Bergamo	3 ^{af} e 5 ^{af}	17:00 - 17:50	Sala 1	D
Jazz Juvenil/Adulto (aperf)	A partir de 16 anos	Patrícia Bergamo	Sábado	13:30 - 15:30	Sala 1	D

Musicalização

Musicalização	Infantil 05 anos	Renato	3 ^a feira	18:00 - 19:00	Sala 4	D
Cantoria	A partir de 12 anos	Renato	3 ^a feira	19:00 - 20:00	Sala 4	D
Musicalização	Juvenil/Adulto 14	Renato	3 ^a feira	20:00 - 21:00	Sala 4	D

Esportes de Campo

Aula	Faixa Etária	Professor	Dia	Horário	Local	VG
Futebol Escolinha Campo	De 08 a 11 anos	Joel/Lelo	2 ^{af} e 4 ^{af}	18:30 - 19:30	Campo 3	D
Futebol Escolinha Campo	De 12 a 15 anos	Joel/Lelo	2 ^{af} e 4 ^{af}	19:30 - 20:30	Campo 3	D

Esportes de Aquáticos

Aula	Faixa Etária	Professor	Dia	Horário	Local	VG
Hidrobike	A partir de 14 anos	Rayan	3 ^a feira	10:10-11:00	Piscina Coberta	D
Hidrobike	A partir de 14 anos	Rayan	5 ^a feira	10:10-11:00	Piscina Coberta	D
Natação Aperf. Esporte 03	13 a 17 anos	Patricia	3 ^{af} e 5 ^{af}	14:00 - 14:50	Piscina Coberta	D
Natação Baby	06 meses a 3 anos	Thayna	4 ^a feira	10:10 - 10:40	Piscina Coberta	D
Natação Baby	06 meses a 3 anos	Luiz	5 ^a feira	17:30 - 18:00	Piscina Coberta	D

Fitness						
Aula	Faixa Etária	Professor	Dia	Horário	Local	VG
Balance Nine	A partir de 14 anos	Michelle	2ªfeira	09:10 - 10:00	Sala 3	D
Balance Nine	A partir de 14 anos	Michelle	6ªfeira	07:10 - 08:00	Sala 2	D
Cond. Físico Futebol	A partir de 14 anos	Alexandre	3ªf e 5ªf	18:00 - 19:50	Campo	D
Fitdance	A partir de 14 anos	Bianca	4ªfeira	18:45 - 19:30	Sala 2	D
Fitdance	A partir de 14 anos	Bianca	Sábado	08:00 - 08:45	Sala 2	D
Pump Step	A partir de 14 anos	Cesar	3ªf e 5ªf	19:10 - 20:00	Sala 2	D
Pilates	A partir de 14 anos	Caroline Borba	3ªf e 5ªf	07:10 - 08:00	Sala 2	D
Pilates	A partir de 14 anos	Rayan	6ªfeira	18:00 - 18:45	Sala 1	D
Pilates	A partir de 14 anos	Rayan	6ªfeira	18:45 - 19:30	Sala 1	D
Ritmos Internacionais	A partir de 14 anos	Cesar	3ªf e 5ªf	20:10 - 21:00	Sala 2	D
Treinamento Funcional	A partir de 14 anos	Rayan	3ªf e 5ªf	08:10 - 09:00	Sala 2	D
Treinamento Funcional	A partir de 14 anos	César	6ªfeira	08:00 - 09:00	Sala 2	D
Nine Core	A partir de 14 anos	Rayan	6ªfeira	17:00 - 17:20	Sala 2	D
Nine Core	A partir de 14 anos	Rayan	6ªfeira	17:30 - 17:50	Sala 2	D
Yoga	A partir de 14 anos	Silvio	2ªf e 4ªf	19:30 - 20:30	Sala 3	D
Yoga	A partir de 14 anos	Silvio	3ªf e 5ªf	07:00 - 08:00	Sala 3	D
Yoga	A partir de 14 anos	Silvio	3ªfeira	19:30 - 20:30	Sala 3	D
Yoga	A partir de 14 anos	Silvio	5ªfeira	18:00 - 19:00	Sala 3	D
Zumba	A partir de 14 anos	Denise	2ªf e 4ªf	20:20 - 21:10	Sala 2	D
50 Mais	A partir de 50 anos	Marcela	2ªfeira	09:00 - 10:00	Sala 2	D
50 Mais	A partir de 50 anos	Marcela	4ªfeira	09:00 - 10:00	Sala 2	D

Recreação						
Recreação	04 a 7 anos	Turma do perdiga	2ªf a 5ªf	18:00 - 21:00	Sala na arena	20
Limite de 20 crianças						

Musculação						
Musculação	A partir de 14 anos	Alexandre, Alessandro, Edson, Fabrício, Marcos, Rayn e Renata	2ª a 6ªf	05:30 - 22:00	Academia	D
			Sábado	08:00 - 16:00		
			Dom. e Feriados	09:00 - 13:00		

*** Em caso da modalidade estar em lista de espera, procure a secretária de esportes e deixe o seu nome para receber o chamado, assim que abrir a vaga.

VG = Vaga Sigla "**D**" Disponibilidade de vaga e Sigla "**L**" Lista de espera

Regras de Faltas

O aluno que registrar 3 faltas consecutivas ou 5 faltas alternadas terá sua vaga automaticamente cancelada.

Para modalidades com frequência uma vez por semana, é permitido faltar no máximo 2 aulas por mês; ao atingir 3 faltas, a vaga será perdida.

Somente atestado médico é aceito como justificativa de ausência, devendo ser entregue dentro do período da falta para que tenha validade.

Whatsapp: (19) 98310-1821 / (19) 98310-1391 / (19) 98310-0679