

Atividades Esportivas 2012

| | | | |
|---|------------------------|---|----------------|
| Alongamento - Prof. Giselle e Silvana | Livre | 3 ^{as} e 5 ^{as} | 09h00 às 09h30 |
| | | | 18h00 às 18h50 |
| | | 4 ^{as} e 6 ^{as} | 07h00 às 07h45 |
| | | | 09h30 às 10h15 |
| Basquete Masculino Escolinha | 07 a 10 anos | 3 ^{as} e 5 ^{as} | 18h30 às 19h30 |
| Basquete Mas. Aperfeiçoamento/Pré-mini | 11 a 14 anos | | 19h30 às 20h30 |
| Basquete Rachão Masculino | acima de 18 anos | 2 ^{as} e 4 ^{as} | 20h00 às 22h00 |
| Ballet - Ponta (Prof. Nina) | acima de 10 anos | 3 ^{as} e 5 ^{as} | 16h00 às 17h15 |
| Ballet - Baby | 03 a 06 anos | | 17h15 às 18h00 |
| Ballet - Iniciantes | Acima de 07 anos | | 18h00 às 19h00 |
| Boxe - Prof. Rafael | acima de 15 anos | 2 ^{as} e 6 ^{as} | 20h10 às 21h30 |
| | | 4 ^{as} | 20h10 às 21h30 |
| | | Sábados | 11h10 às 12h30 |
| Capoeira - Prof. Wilton | acima de 06 anos | 2 ^{as} / 4 ^a e 6 ^{as} | 19h10 às 20h10 |
| Condicionamento Físico - Prof. Juninho | acima de 15 anos | 3 ^{as} e 5 ^{as} | 19h00 às 20h30 |
| | | Sábados | 10h00 às 11h00 |
| Futebol Feminino | acima de 10 anos | 6 ^{as} | 18h00 às 19h30 |
| Futebol Masculino Prof. Marco Parada | 06 / 07 / 08 anos | 2 ^{as} e 4 ^{as} | 18h10 às 19h10 |
| | 09 / 10 / 11 anos | 3 ^{as} e 5 ^{as} | 18h10 às 19h10 |
| | 09 / 10 / 11 / 12 anos | 2 ^{as} e 4 ^{as} | 19h10 às 20h10 |
| | 12 / 13 / 14 / 15 anos | 3 ^{as} e 5 ^{as} | 19h10 às 20h10 |
| Ginástica Localizada - Prof. Giselle e Silvana | acima de 15 anos | 2 ^{as} | 18h00 às 19h00 |
| | | 4 ^{as} e 6 ^{as} | 07h30 às 08h30 |
| | | | 18h00 às 19h00 |
| | | 3 ^{as} e 5 ^{as} | 16h00 às 17h00 |
| | | | 17h00 às 18h00 |
| 19h00 às 20h00 | | | |
| Ginástica step e local | acima de 15 anos | 3 ^{as} e 5 ^{as} | 08h00 às 09h00 |
| | | | 18h00 às 19h00 |
| Ginástica Localizada p/ melhor idade | acima de 45 anos | 4 ^{as} e 6 ^{as} | 08h30 às 09h30 |
| Ginástica Artística Feminina | 04 a 07 anos | 3 ^a e 5 ^{as} | 18h30 às 19h30 |
| | 08 a 12 anos | | 19h30 às 20h30 |
| Ginástica Artística Masculina - Prof. RENATO | 04 A 06 ANOS | 3 ^{as} e 5 ^{as} | 18h30 às 19h30 |
| | 07 a 10 anos | | 19h30 às 20h30 |
| Ginástica Rítmica - Ciclo Básico (Prof. Fernanda) | 05 a 07 anos | 3 ^{as} e 5 ^{as} | 18h30 às 19h30 |
| Ginástica Rítmica - Escolinha I (Prof. Thais Gonçalves) | 08 a 12 anos | 2 ^{as} e 4 ^{as} | 18h30 às 19h30 |
| Ginástica Rítmica - Escolinha II e Intermediário (Prof. Thais Gonçalves) | acima de 13 anos | | 19h30 as 20h30 |
| Hidroginástica - Prof. Giselle e Silvana | acima de 15 anos | 3 ^{as} e 5 ^{as} | 09h45 às 10h25 |
| | | 2 ^a , 4 ^{as} e 6 ^{as} | 19h10 às 19h55 |
| | | Domingos/Sousas | 10h00 às 10h45 |
| Jazz infantil I - Prof. Mônica | de 3 a 7 anos | 2 ^{as} e 4 ^{as} | 18h30 às 19h20 |
| Jazz infantil II | de 8 a 12 anos | | 19h20 às 20h10 |
| Jazz Iniciante | acima de 13 anos | | 20h10 às 21h00 |
| Jazz Master | acima 25 anos | | 19h00 às 20h00 |
| Jiu Jitsu - Prof. Claudinho | acima de 06 anos | 3 ^{as} e 5 ^{as} | 18h00 às 19h00 |
| | acima de 15 anos | | 19h00 às 21h00 |
| Judô - Prof. Ronaldo | de 07 à 12 anos | 2 ^{as} , 4 ^{as} e 6 ^{as} | 19:00 às 20:00 |
| | acima de 13anos | | 20:00 às 21:30 |
| Karatê - Prof. João | de 6 à 11 anos | 3 ^{as} e 5 ^{as} | 19h00 às 20h00 |
| | acima de 12 anos | | 20h00 às 21h45 |

Atividades Esportivas 2012

| | | | |
|---|------------------|---|----------------------------------|
| Musculação Campinas | acima de 15 anos | 2 ^{as} | 15h30 às 21h30 |
| | | 3 ^{as} à 6 ^{as} | 06h30 às 21h30 |
| | | Sábados | 08h00 às 17h00 |
| | | Dom. / Feriados | 08h00 às 13h00 |
| Musculação Sosas | acima de 15 anos | 3 ^{as} | 16h30 às 20h30 |
| | | 4 ^{as} , 5 ^{as} e 6 ^{as} | 15h00 às 21h00 |
| | | sábados | 09h00 às 14h00 |
| | | domingos | 09h00 às 13h00 |
| Natação - Prof. Júlio Zanandré OBS.: Necessário fazer avaliação, com o Prof. JÚLIO ZANANDRÉ, as 3^a e 6^a feiras a tarde e 3^a e 4^a de manhã nos horários determinados para Avaliação. | Acima de 05 anos | das 09:00 às 10:30 hs. | |
| | | das 14:30 às 16:30 hs. | |
| Pilates | acima de 13 anos | 3 ^{as} à 6 ^{as} | Sec. Esportes |
| Tênis Escolinha - Prof. Alan | 08 a 18 anos | 3 ^{as} e 5 ^{as} | 15h00 às 15h30 |
| | | | 15h30 às 16h00 |
| | | | 16h00 às 16h30 |
| | | | 16h30 às 17h00 |
| Voleibol Feminino Escolinha - Prof. Tião | 8 a 12 anos | 2 ^{as} e 4 ^{as} | 18h10 às 19h00 |
| Voleibol Feminino Aperfeiçoamento - Prof. Tião | 13 a 15 anos | | 19h00 às 20h00 |
| Vôlei Master Feminino - Prof. Tião | acima de 35anos | | 20:00 às 21:00 |
| Vôlei Masculino - Rachão | Livre | 5 ^{os} | 20:00 às 22:00 |
| Voleibol Adaptado - Prof. Júnior | acima de 50 anos | 2 ^{as} | 20h00 às 21h30 |
| | | 4 ^{as} e 6 ^{as} | 09h00 às 11h00 |
| Yoga - Prof. Ruth | acima de 10 anos | 3 ^{as} | 19h00 às 21h00 |
| | | 5 ^{as} | 17h00 às 19h00 |
| | | | 19h00 às 21h00 |
| | | 4 ^{as} | 08h00 às 10h00 10h00 às 12h00 |
| Spinning | acima de 18 anos | 2 ^{as} à Sábado | Sec. Esportes |
| Xadrez/Damas - Prof. Alexandre | 06 à 11anos | 3 ^{as} e 5 ^{as} | 19h00 às 20h00 |
| | acima de 12 anos | | 20h00 às 21h00 |
| É OBRIGATÓRIO A ENTREGA DO ATESTADO MÉDICO NO ATO DA INSCRIÇÃO. (atualização – 26/01/2012) | | | |