



PROGRAMA CLUBE ESCOLA						
MODALIDADE	DIAS SEM.	HORÁRIO	FAIXA ETÁRIA	SEXO	LOCAL	
ALONGAMENTO (ARNALDO)	3ª/5ª	8H - 9H	ACIMA 18 ANOS	MISTO	SALA 27	VOLUNTÁRIO
ALONGAMENTO (ARNALDO)	3ª/5ª	9H - 10H	ACIMA 18 ANOS	MISTO	SALA 28	VOLUNTÁRIO
CAMINHADA (ANA)	2ª/4ª/6ª	7H - 8H	ADULTO/3º IDADE	MISTO	AR LIVRE	SEME
CIRCUITO (ANA)	2ª/4ª/6ª	10H - 11H	ACIMA DE 16 ANOS	MISTO	SALA 27	SEME
GAP (ANA)	3ª/5ª	11H - 12H	ACIMA DE 16 ANOS	MISTO	SALA 27	SEME
GINÁSTICA 1 (ANA)	2ª/4ª/6ª	8H-9H	ADULTOS/3ºIDADE	MISTO	SALA 27	SEME
GINÁSTICA 2 (ANA)	2ª/4ª/6ª	9H-10H	ADULTOS/3ºIDADE	MISTO	SALA 27	SEME
PILATES 1 (ANA)	2ª/4ª/6ª	11H-12H	ADULTO	MISTO	SALA 27	SEME
PILATES 2 (ANA)	2ª/4ª/6ª	13H-14H	ADULTO	MISTO	SALA 27	SEME
PILATES 3 (ANA)	3ª/5ª	7H - 8H	ADULTO	MISTO	SALA 27	SEME
PILATES 4 (ANA)	3ª/5ª	10H - 11H	ADULTO	MISTO	SALA 27	SEME
PILATES 5 (ANA)	3ª/5ª	13H - 14H	ADULTO	MISTO	SALA 27	SEME
BALLET (VIVIAN/VILMA)	3ª	19H-20H30	A PARTIR 12 ANOS	MISTO	SALA 27/28	VOLUNTÁRIO
BALLET (VIVIAN/VILMA)	4ª	19H-20H30	9 A 19 ANOS	MISTO	SALA 27/28	VOLUNTÁRIO
BALLET (VIVIAN/VILMA)	5ª	18H-19H	A PARTIR 9 ANOS	MISTO	SALA 27/28	VOLUNTÁRIO
BALLET (VIVIAN/VILMA)	5ª	19H-20H30	12 A 22 ANOS	MISTO	SALA 27/28	VOLUNTÁRIO
BALLET (VIVIAN/VILMA)	SÁBADO	8H-9H30	8 A 11 ANOS	MISTO	SALA 27/28	VOLUNTÁRIO
BALLET (VIVIAN/VILMA)	SÁBADO	9H30-10H30	ACIMA 12 ANOS	MISTO	SALA 27/28	VOLUNTÁRIO
BALLET (VIVIAN/VILMA)	SABÁDO	10H30-12H	9 A 16 ANOS	MISTO	SALA 27/28	VOLUNTÁRIO
BALLET (VIVIAN/VILMA)	SABÁDO	12H-13H30	7 A 22 ANOS	MISTO	SALA 27/28	VOLUNTÁRIO
BALLET (VIVIAN/VILMA)	SABÁDO	13H30-14H30	A PARTIR 11 ANOS	MISTO	SALA 27/28	VOLUNTÁRIO
BALLET (VIVIAN/VILMA)	SABÁDO	14H30-15H30	A PARTIR 6 ANOS	MISTO	SALA 27/28	VOLUNTÁRIO
BALLET CLÁSSICO (BRUNA)	3º	10H-11H	5 - 11 ANOS	MISTO	SALA 22	
BALLET CLÁSSICO (BRUNA)	3ª/5ª	13H-14H	5 - 11 ANOS	MISTO	SALA 22	
BALLET CLÁSSICO (BRUNA)	3ª/5ª	14H-15H	11-18 ANOS	MISTO	SALA 27	
BALLET CLÁSSICO (BRUNA)	4ª	9H-10H	5 - 11 ANOS	MISTO	SALA 22	
BALLET CLÁSSICO (BRUNA)	4ª	13H - 14H	5 - 11 ANOS	MISTO	SALA 22	
BALLET CLÁSSICO (BRUNA)	4ª	14H-15H	2-7 ANOS	MISTO	SALA 27	
BALLET CLÁSSICO (BRUNA)	5ª	10H-11H	ADULTO	MISTO	SALA 22	

PROGRAMA CLUBE ESCOLA

MODALIDADE	DIAS SEM.	HORÁRIO	FAIXA ETÁRIA	SEXO	LOCAL	
BALLET PILATES (BRUNA)	3ª/5ª	9H-10H	A PARTIR 15 ANOS	MISTO	SALA 22	
BALLET PILATES (BRUNA)	3ª/5ª	11H-12H	A PARTIR 15 ANOS	MISTO	SALA 22	
BALLET PILATES (BRUNA)	4ª	11H-12H	ADULTO	MISTO	SALA 22	
BALLET PILATES (BRUNA)	4ª	8H-9H	A PARTIR 15 ANOS	MISTO	SALA 22	
DANÇA DE SALÃO (AZEITONA)	2º	14H - 15H	LIVRE	MISTO	SALA 28	VOLUNTÁRIO
DANÇA DO VENTRE (HANA)	2º	10H - 11H	LIVRE	MISTO	SALA 28	VOLUNTÁRIO
JAZZ (BRUNA)	4ª	15H-16H	7-18 ANOS	MISTO	SALA 22	
RITMOS (BRUNA)	3ª/5ª	8H-9H	A PARTIR 15 ANOS	MISTO	GINASIO	
RITMOS (BRUNA)	4ª	10H - 11H	A PARTIR 15 ANOS	MISTO	SALA 22	
RITMOS (BRUNA)	4ª	16H-17H	A PARTIR 15 ANOS	MISTO	SALA 27	
HIDRO (RODRIGO)	3ª	10H - 11H	ACIMA DE 18 ANOS	MISTO	PISCINA	
HIDRO (ANA)	3ª/5ª	8H - 9H	ADULTO/3º IDADE	MISTO	PISCINA	SEME
HIDRO (ANA)	3ª/5ª	9H - 10H	ACIMA DE 16 ANOS	MISTO	PISCINA	SEME
HIDRO (RODRIGO)	4ª	14H – 15H	ACIMA DE 18 ANOS	MISTO	PISCINA	
HIDRO (RODRIGO)	4ª	8H - 9H	ACIMA DE 18 ANOS	MISTO	PISCINA	
HIDRO (RODRIGO)	4ª	9H - 10H	ACIMA DE 18 ANOS	MISTO	PISCINA	
HIDRO (RODRIGO)	5ª	10H - 11H	ACIMA DE 18 ANOS	MISTO	PISCINA	
HIDRO (RODRIGO)	6ª	8H - 9H	ACIMA DE 18 ANOS	MISTO	PISCINA	
HIDRO (RODRIGO)	6ª	9H - 10H	ACIMA DE 18 ANOS	MISTO	PISCINA	
NATAÇÃO (RODRIGO)	3ª	8H - 9H	ACIMA DE 18 ANOS	MISTO	PISCINA	
NATAÇÃO (RODRIGO)	3ª	9H - 10H	11 – 14 ANOS	MISTO	PISCINA	
NATAÇÃO (RODRIGO)	3ª	11H - 12H	ACIMA DE 18 ANOS	MISTO	PISCINA	
NATAÇÃO (RODRIGO)	4ª	10H - 11H	ACIMA DE 18 ANOS	MISTO	PISCINA	
NATAÇÃO (RODRIGO)	4ª	11H - 12H	11 - 14 ANOS	MISTO	PISCINA	
NATAÇÃO (RODRIGO)	4ª	13H - 14H	11 - 14 ANOS	MISTO	PISCINA	
NATAÇÃO (RODRIGO)	4ª	14H - 15H	15 - 17 ANOS	MISTO	PISCINA	
NATAÇÃO (RODRIGO)	4ª	15H - 16H	6 - 10 ANOS	MISTO	PISCINA	
NATAÇÃO (RODRIGO)	4ª	16H - 17H	ACIMA DE 18 ANOS	MISTO	PISCINA	
NATAÇÃO (RODRIGO)	5ª	11H - 12H	ACIMA DE 18 ANOS	MISTO	PISCINA	
NATAÇÃO (RODRIGO)	5ª	8H - 9H	ACIMA DE 18 ANOS	MISTO	PISCINA	
NATAÇÃO (RODRIGO)	5ª	9H - 10H	11 – 14 ANOS	MISTO	PISCINA	
NATAÇÃO (RODRIGO)	6ª	10H - 11H	11 - 14 ANOS	MISTO	PISCINA	
NATAÇÃO (RODRIGO)	6ª	11H - 12H	15 - 17 ANOS	MISTO	PISCINA	



PROGRAMA CLUBE ESCOLA

MODALIDADE	DIAS SEM.	HORÁRIO	FAIXA ETÁRIA	SEXO	LOCAL	
BOXE (BOLACHA)	2ª/4ª/6ª	20H30 - 22H	LIVRE	MISTO	SALA 10	VOLUNTÁRIO
CAPOEIRA (IVAN)	2ª À 6ª	19H - 22H	A PARTIR 8 ANOS	MISTO	SALA 38	
CAPOEIRA (IVAN)	SABÁDO	14H - 17H	A PARTIR 8 ANOS	MISTO	SALA 38	
JUDÔ (ROCHA)	2ª/4ª/6ª	18H30 - 19H30	5 - 12 ANOS	MISTO	SALA 33	
JUDÔ (ROCHA)	2ª/4ª/6ª	19H30 - 20H30	A PARTIR DE 12 ANOS	MISTO	SALA 33	
JUDÔ (ROCHA)	SÁBADO	9H30 - 11H30	A PARTIR DE 15 ANOS	MISTO	SALA 33	
KUNG FU (FERNANDO)	SÁB / DOM	9H-10H	A PARTIR 7 ANOS	MISTO	SALA 33	VOLUNTÁRIO
KUNG FU (FERNANDO)	SÁB / DOM	14H - 15H	A PARTIR 7 ANOS	MISTO	SALA 33	VOLUNTÁRIO
LUTA OLÍMPICA (GIL)	3ª/5ª	18H30 - 19H30	A PARTIR DE 8 ANOS	MISTO	SALA 33	VOLUNTÁRIO
MUAY THAI (ERICK)	2ª/4ª/6ª	19H - 20H	LIVRE	MISTO	SALA 22	VOLUNTÁRIO
TAI CHI CHUAN (LOREMI)	2ª/4ª	9H - 10H	A PARTIR DE 12 ANOS	MISTO	AR LIVRE	VOLUNTÁRIO
SAMBÔ (HERVAL)	4º/SAB	11H30-13H30	ACIMA DE 12 ANOS	MISTO	SALA 33	VOLUNTÁRIO
SAMBÔ (HERVAL)	4º/SAB	21H - 22H	ACIMA DE 12 ANOS	MISTO	SALA 33	VOLUNTÁRIO
BASQUETE (PADOLA)	2ª/4ª	19H - 20H	7 - 12 ANOS	MASC	GINASIO	PARCEIROS
BASQUETE (PADOLA)	2ª/4ª	20H - 21H	13 - 15 ANOS	MASC	GINASIO	PARCEIROS
BASQUETE (PADOLA)	5º/6º	17H - 18H	16 - 17 ANOS	MASC	GINASIO	PARCEIROS
BASQUETE (PADOLA)	5º/6º	19H30 - 21H	16 - 17 ANOS	MASC	GINASIO	PARCEIROS
BASQUETE (PADOLA)	6º/ SÁB	18H30-20H	SUB 21	MASC	GINASIO	PARCEIROS
BASQUETE (PADOLA)	6º/ SÁB	19H30-21H	SUB 21	MASC	GINASIO	PARCEIROS
BASQUETE (PADOLA)	SÁBADO	17H - 18H30	ADULTO	FEM	GINASIO	PARCEIROS
BASQUETE (PADOLA)	SÁBADO	20H - 22H	ADULTO	MASC	GINASIO	PARCEIROS
BASQUETE 3X3 (ALEXANDRE GAIA / MARA)		13H30 - 15H30	A PARTIR 17 ANOS	MISTO	GINASIO	VOLUNTÁRIO
BASQUETE 3X3 (ALEXANDRE GAIA / MARA)		15H - 18H	A PARTIR 17 ANOS	MISTO	GINASIO	VOLUNTÁRIO



PROGRAMA CLUBE ESCOLA

MODALIDADE	DIAS SEM.	HORÁRIO	FAIXA ETÁRIA	SEXO	LOCAL	
FUTEBOL (ATST)	3ª/5ª	10H-11H	14-16 ANOS	MISTO	CAMPO	PARCEIROS
FUTEBOL (ATST)	3ª/5ª	14H - 15H	14-16 ANOS	MISTO	CAMPO	PARCEIROS
FUTEBOL (ATST)	3ª/5ª	15H - 16H	9-13 ANOS	MISTO	CAMPO	PARCEIROS
FUTEBOL (ATST)	3ª/5ª	16H - 17H	5-8 ANOS	MISTO	CAMPO	PARCEIROS
FUTEBOL (ATST)	3ª/5ª	17H- 18H	13 - 17 ANOS	MISTO	CAMPO	PARCEIROS
FUTEBOL (ATST)	3ª/5ª	18H-19H	13 - 17 ANOS	MISTO	CAMPO	PARCEIROS
FUTEBOL (ATST)	3ª/5ª	8H - 9H	5-8 ANOS	MISTO	CAMPO	PARCEIROS
FUTEBOL (ATST)	3ª/5ª	9H-10H	9-13 ANOS	MISTO	CAMPO	PARCEIROS
FUTEBOL (CETAP)	2ª/4ª/6ª	12H - 13H	8 A 12 ANOS	MASC.	CAMPO	VOLUNTÁRIO
FUTEBOL (CETAP)	2ª/4ª/6ª	13H -14H	A PARTIR 12 ANOS	MASC.	CAMPO	VOLUNTÁRIO
FUTEBOL (EMERSON)	2ª/4ª/6ª	18H30 – 20H	LIVRE	FEM.	CAMPO	VOLUNTÁRIO
FUTEBOL (R8)	2ª/4ª/6ª	7H - 8H	5 - 12 ANOS	MASC.	CAMPO	VOLUNTÁRIO
FUTEBOL (R8)	2ª/4ª/6ª	8H - 9H	13 - 14 ANOS	MASC.	CAMPO	VOLUNTÁRIO
FUTEBOL (R8)	3ª/5ª	19H - 20H	5 - 12 ANOS	MASC.	CAMPO	VOLUNTÁRIO
FUTEBOL (R8)	3ª/5ª	20H - 21H	13 - 14 ANOS	MASC.	CAMPO	VOLUNTÁRIO
FUTEBOL (R8)	3ª/5ª	21H - 22H	15 - 18 ANOS	MASC.	CAMPO	VOLUNTÁRIO
FUTEBOL (R8)	3ª/5ª	9H - 10H	15 - 17 ANOS	MASC.	CAMPO	VOLUNTÁRIO
FUTSAL (DENIS)	2ª/4ª	18H30 - 19H30	7 - 13 ANOS	MASC	QUADRA EXTERNA	VOLUNTÁRIO
HANDEBOL (RODRIGO KENJI)	3ª/5ª	18H30H - 19H30	ADULTO	MISTO	GINASIO	VOLUNTÁRIO
VOLEIBOL MISTO (LUCIANA)	4ª	21H-22H30	ADULTO	MISTO	GINASIO	VOLUNTÁRIO
VOLEIBOL MISTO (SERGINHO)	2ª/4ª	15H-16H	SUB-17	FEM	QUADRA EXTERNA	PARCEIROS
VOLEIBOL MISTO (SERGINHO)	2ª/4ª	16H-17H	SUB-17	MASC	QUADRA EXTERNA	PARCEIROS
VOLEIBOL MISTO (SERGINHO)	2ª/4ª	17H-18H	SUB-17	MASC	QUADRA EXTERNA	PARCEIROS
VOLEIBOL MISTO (SERGINHO)	2ª/4ª	8H-9H	SUB-8	MISTO	GINASIO GINASIO / QUADRA EXTERNA	PARCEIROS
VOLEIBOL MISTO (SERGINHO)	2ª/4ª	8H-9H	SUB-10	MISTO	GINASIO GINASIO / QUADRA EXTERNA	PARCEIROS
VOLEIBOL MISTO (SERGINHO)	2ª/4ª	9H-10H	SUB-15	FEM	GINASIO GINASIO / QUADRA EXTERNA	PARCEIROS
VOLEIBOL MISTO (SERGINHO)	2ª/6ª	13H-14H	SUB-13	FEM	GINASIO GINASIO / QUADRA EXTERNA	PARCEIROS
VOLEIBOL MISTO (SERGINHO)	2ª/6ª	14H-15H	SUB-15	MASC	GINASIO GINASIO / QUADRA EXTERNA	PARCEIROS
VOLEIBOL MISTO (SERGINHO)	2ª/6ª	8H-9H	SUB-13	MASC	GINASIO GINASIO / QUADRA EXTERNA	PARCEIROS
VOLEIBOL MISTO (SERGINHO)	2ª/6ª	9H40-10H40	SUB-15	MASC	GINASIO GINASIO / QUADRA EXTERNA	PARCEIROS

PROGRAMA CLUBE ESCOLA

MODALIDADE	DIAS SEM.	HORÁRIO	FAIXA ETÁRIA	SEXO	LOCAL	
VOLEIBOL MISTO (SERGINHO)	4ª/6ª	13H-14H	SUB-8	MISTO	GINASIO GINASIO / QUADRA EXTERNA	PARCEIROS
VOLEIBOL MISTO (SERGINHO)	4ª/6ª	14H-15H	SUB-15	FEM	GINASIO GINASIO / QUADRA EXTERNA	PARCEIROS
VOLEIBOL MISTO (SERGINHO)	4ª/6ª	16H-17H	SUB-15	FEM	GINASIO GINASIO / QUADRA EXTERNA	PARCEIROS
VOLEIBOL MISTO (SERGINHO)	4ª/6ª	17H-18H	SUB-17	FEM	QUADRA EXTERNA	PARCEIROS
VOLEIBOL MISTO (SERGINHO)	4ª/6ª	16H-17H	SUB-17	FEM	QUADRA EXTERNA	PARCEIROS
VOLEIBOL MISTO (SERGINHO)	4ª/6ª	17H18H	SUB-17	FEM	QUADRA EXTERNA	PARCEIROS
VOLEIBOL MISTO (SERGINHO)	4ª/6ª	9H-10H	SUB-13	FEM	GINASIO GINASIO / QUADRA EXTERNA	PARCEIROS
VOLEIBOL MISTO (SERGINHO)	4ª/6ª	9H40-10H40	SUB-13	FEM	GINASIO GINASIO / QUADRA EXTERNA	PARCEIROS
VOLEIBOL MISTO (SERGINHO)	6ª	11H-12H	SUB-17/19	FEM	GINASIO	PARCEIROS
VOLEIBOL MISTO (SERGINHO)	6ª	11H-12H	SUB-17/19	MASC	GINASIO	PARCEIROS
VOLEIBOL MISTO (SERGINHO)	6ª	15H-16H	SUB-19	FEM	GINASIO	PARCEIROS
VOLEIBOL MISTO (SERGINHO)	6ª	15H-16H	SUB-19	MASC	GINASIO	PARCEIROS
ESCOTEIROS (LILIAN/RUTH)	SAB	14H30 - 17H30	LIVRE	MISTO	SALA 37	VOLUNTÁRIO
MÚSICA VIOLÃO (CELIO)	DOMINGO	11H30 - 12H30	LIVRE	MISTO	SALA 28	ARTÍSTICO CULTURAL / VOLUNTÁRIO

PROGRAMA REDE OLÍMPICA

MODALIDADE	DIAS SEM.	HORÁRIO	FAIXA ETÁRIA	SEXO	LOCAL	
BASQUETE (BALLER)	2º/4º	14H30 - 16H00	13 - 14 ANOS	FEM	GINASIO	
BASQUETE (BALLER)	2º/4º	16H00 - 17H30	08 A 12 ANOS	FEM	GINASIO	
BASQUETE (BALLER)	2º/4º/6º	17H30 - 19H00	14 A 17 ANOS	FEM	GINASIO	
BASQUETE (BALLER)	2º/4º/6º	18H-19H30	14 A 17 ANOS	FEM	GINASIO	
FUTEBOL (DENIS)	2º/4º/6º	10H - 11H30	A PARTIR DE 7 ANOS	FEM	CAMPO	
FUTEBOL (DENIS)	2º/4º/6º	14H - 15H30	7 - 10 ANOS	FEM	CAMPO	
FUTEBOL (DENIS)	2º/4º/6º	15H30 - 17H	11 - 13 ANOS	FEM	CAMPO	
FUTEBOL (DENIS)	2º/4º/6º	17H - 18H30	14 - 17 ANOS	FEM	CAMPO	
HANDEBOL (RODRIGO KENJI)	3º/5º	8H30 - 10H	7 A 12 ANOS	FEM	GINASIO	
HANDEBOL (RODRIGO KENJI)	3º/5º	10H - 11H30	13 A 18 ANOS	FEM	GINASIO	
HANDEBOL (RODRIGO KENJI)	3º/5º	14H - 15H30	12 A 14 ANOS	FEM	GINASIO	
HANDEBOL (RODRIGO KENJI)	3º/5º	15H30 - 17H	7 A 12 ANOS	FEM	GINASIO	
HANDEBOL (RODRIGO KENJI)	3º/5º	17H - 18H30	14 A 16 ANOS	FEM	GINASIO	
BOXE (BOLACHA)	2º/3º/4º/5º/6º	14H00 - 15H30	12 A 17 ANOS	MISTO	SALA 10	
BOXE (BOLACHA)	2º/3º/4º/5º/6º	15H30 - 17H00	14 A 18 ANOS	MISTO	SALA 10	
BOXE (BOLACHA)	2º/4º/6º	17H00 - 18H30	12 A 17 ANOS	MISTO	SALA 10	
BOXE (BOLACHA)	2º/3º/4º/5º/6º	19H00 - 20H30	6 A 11 ANOS	MISTO	SALA 10	
LUTA OLÍMPICA (GIL)	4º/6º	9H - 10H30	7 - 11 ANOS	MISTO	SALA 33	
LUTA OLÍMPICA (GIL)	4º/6º	10H30 - 12H	12 - 15 ANOS	MISTO	SALA 33	
LUTA OLÍMPICA (GIL)	3º/5º/6º	14H - 15H30	12 - 15 ANOS	MISTO	SALA 33	
LUTA OLÍMPICA (GIL)	3º/5º/6º	15H30 - 17H	15 - 17 ANOS	MISTO	SALA 33	
LUTA OLÍMPICA (GIL)	3º/5º	17H - 18H30	7 - 11 ANOS	MISTO	SALA 33	