

ALONGAMENTO E RELAXAMENTO

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Paulo Marcelo	Adulto	CEU Parque do Sol	13h30 às 17h	Seg/Qua e Sexta

ATLETISMO

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Gleidson	Livre	Ginasio Municipal de Esportes (Pedregulho)	8h45 às 11h45	Quarta
			10h15 às 11h45	Quinta
			8h45 às 11h45	Sexta

BASQUETE

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Coroné	À partir 14 anos	Complexo Parque do Sol	17h às 19h	Terça e Quinta
Fernando	À partir 9 anos	SABAP Pedregulho	14h30 às 17h	Segunda, Quarta e Sexta

BEACH TENNIS

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Rafael	À partir 9 anos	Ginasio Municipal de Esportes (Pedregulho)	15h às 18h	Terça e Quinta
			7h às 10h	Sabado

CAPOEIRA

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Alvinho	À partir 9 anos	Associação Capoeira Jardim do Vale	19h30 às 21h30	Segunda e Quarta
			9h às 11h 19h30 às 22h	Terça, Quinta e Sáb
Morena (Capoeira Adaptada)	Livre	Embaixada do Morro Associação Capoeira Especial/Rua Rafael Brotero-Centro	18h às 20h	Quarta e Sexta
			16h às 17h	Terça e Quinta
Zé Antonio	À partir 9 anos	Barracão/Rua Vigário Martiniano, 34-Centro	19h às 21h 9h às 12h00 17h às 20h	Seg/Qua e Sexta Sábado Sábado
		Parque Santa Clara (Esc. José Augusto)	19h	Terça e Quinta

CICLISMO

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Márcio	Livre	Ginásio Municipal de Esportes (Pedregulho)	17h às 18h30	Terça e Quinta

DANÇA

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Rogério e Alexandre (Hip Hop)	À partir 9 anos	Acadêmicos do Campo do Galvão	18h às 22h	Terça e Quinta
		Complexo Parque do Sol (Área da Piscina)	19h30 às 21h	Segunda e
			18h às 19h30	Quarta
		Ginásio Municipal de Esportes (Pedregulho)	9h às 10h	Segunda e Quarta
Marcão (Ritmos)	Livre	Ginásio Municipal de Esportes (Pedregulho)	7h às 9h	Terça e Quinta
		Parque Ecológico (ZUMBA)	8h às 10h	Sábado
		CEU Parque do Sol	19h	Quinta

FUTEBOL

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Renato Martins	À partir 14 anos	Chico Vaz	15h às 17h	Segunda a Sexta
Célio	À partir 9 anos	Campo São Manoel	9h às 11h	Quarta
		Campo Jardim do Vale	15h às 17h	Segunda e Quarta
Eduardo	À partir 9 anos	Campo Jardim Aeroporto	9h às 10h	Segunda e Quarta
Fernando (Futebol Feminino)	A partir dos 12 anos	Ginásio Municipal de Esportes (Pedregulho)	14h às 17h	Quarta e Sexta
Filipe	À partir 9 anos	SABAP Jardim do Vale	14h às 17h	Terça e Quinta
		Campo Jardim Independência	14h30 às 16:30	Segunda e Quarta
João Fernando	À partir 9 anos	Campo do São Manoel	14h30 às 16:30	Terça e Quinta

FUTSAL

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Jaqueline	À partir 12 anos	Complexo Esportivo Parque do Sol	19h às 21h	Terça e Quinta

GINÁSTICA ARTÍSTICA

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Márcia/Suzane/Mateus	À partir 5 anos	Complexo Parque do Sol	17h00 às 20h00	Terça e Quinta
			8h00 às 12:30	Sábado

GINÁSTICA ADULTO

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Maísa	Adulto	São Dimas/Igreja	7h às 9h	Segunda à Sexta

GINÁSTICA FEMININO

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Marzano	Adulto	Associação de bairro Parque São Francisco	7h00 às 8h00	Segunda e Quarta
		CEU/ Parque do Sol	7h às 8h	Terça e Quinta
Desyree	Adulto	Salão da Fazendinha	8h às 9h30	Segunda, Quarta e Sexta
Patrícia	Adulto	Fundo Social	7h30 às 8h	Seg/Qua e Sexta
Gigi	Adulto	Parque Ecológico	7h às 8h15	Terça à Quinta
		CEU/Parque do Sol	18h às 19h	Segunda à Quinta
Vera	Adulto	CECAP	8h às 10h	Seg/Terça e Quinta
		CCTI	8h às 10h	Quarta e Sexta

GINÁSTICA RÍTMICA

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Ana Laura	À partir 5 anos	Ginásio Municipal de Esportes (Pedregulho)	8h às 9h	Segunda e Quarta
		Elvira	16h30 às 17h30	Terça e Quinta
Larissa	À partir 5 anos	Casa Betânia	18:10h às 20h10	Terça e Quinta
			15h às 18h	Quarta e Sexta
Aline	À partir 5 anos	Acadêmicos do Campo do Galvão	18h às 20h	Quarta e Sexta
		ASSABEM Engenheiro Neiva	18h30 às 20h30	Terça e Quinta
Lili (Ginástica Rítmica Adaptada)	Livre	Fundo Social/Vila Paraíba	14h às 17h 19h às 21h	Segunda e Quarta Quinta

HANDEBOL

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Amanda	À partir 15 anos	Complexo Esportivo Parque do Sol	17h às 19h	Terça e Quinta
Cau	À partir 15 anos	Ginásio Municipal de Esportes (Pedregulho)	14h às 17h	Sábado

JUDÔ

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Rogival	À partir 7 anos	SABAP Pedregulho	19h às 20h30	Segunda, Quarta e Sexta
		Complexo Esportivo Parque do Sol	17h as 19h	Terça e Quinta
Mateus	À partir 9 anos	Tamandaré (Escola Zezé Figueiredo)	19h30 às 21h	Terça e Sexta

KARATÊ

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Luís/ Lilian	À partir 9 anos	Complexo Parque do Sol	19h às 21h30	Segunda, Quarta
		CEU Parque do Sol	18h30 às 21h30	Terça e Quinta
			14h às 16h30	Sábado
		SABAP Pedregulho	19h às 21h	Terça e Quinta

TÊNIS DE MESA

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Márcio	À partir 9 anos	Estádio Dario Rodrigues Leite	08h às 12h	Seg/Qua e Sexta
			14h às 18h	Terça e Quinta
Tanaka	À partir 12 anos	Complexo Esportivo Parque do Sol	17h30 às 19h30	Segunda e Quarta
		SABAP Jardim do Vale	8h às 10h 14h às 16h	Seg/ Qua e Sexta

VOLEIBOL

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
João (Voleibol Masculino)	À partir 12 anos	Complexo Esportivo Parque do Sol	Massificação 18h às 19h Treinamento 19h às 21h	Terça e Quinta
Léo (Voleibol Feminino)	À partir 12 anos	Ginásio Municipal de Esportes (Pedregulho)	Massificação 19h às 20h30 Treinamento 20h30 às 22h	Terça e Quinta
Desyree (Voleibol Adaptado 3ª Idade)	À partir 50 anos	Ginásio Municipal de Esportes (Pedregulho)	9h às 11h	Terça e Quinta

YOGA

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Cristhofer	Livre	Complexo Esportivo Parque do Sol	7h30	Quarta e Sabado

Estação Cidadania Cultura (CEU)

ALONGAMENTO E RELAXAMENTO

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Paulo Marcelo	Adulto	CEU Parque do Sol	13h30 às 17h	Seg/Qua e Sexta

CAPOEIRA

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Morena (Capoeira Adaptada)	Livre	CEU Parque do Sol	17h30 às 18h30	Terça e Quinta

GINÁSTICA FEMININA

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Marzano	Adulto	CEU/ Parque do Sol	7h às 8h	Terça e Quinta

KARATÊ

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Luís	À partir 9 anos	CEU Parque do Sol	18h30 às 21h30	Terça e Quinta
			14h às 16h30	Sábado

DANÇA

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Marcão (Ritmos)	Livre	CEU Parque do Sol	19h	Quinta

YOGA

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Cristhofer	Livre	CEU Parque do Sol	19h30 às 20h30	Segunda e Quarta

Complexo Esportivo Parque do Sol

BASQUETE

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Coroné	À partir 14 anos	Complexo Parque do Sol	17h às 19h	Terça e Quinta

DANÇA

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Alexandre (Danças Urbanas)	À partir 9 anos	Complexo Parque do Sol (Área da Piscina)	19h30 às 20h40	Segunda
			19h30 às 21h	Quarta

FUTSAL

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Jaqueline	À partir 12 anos	Complexo Esportivo Parque do Sol	19h às 21h	Terça e Quinta

GINÁSTICA ARTÍSTICA

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Márcia/Suzane/Mateus	A partir 5 anos	Complexo Parque do Sol	17h00 às 20h00	Terça e Quinta
			8h00 às 12:30	Sábado

HANDEBOL

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Amanda	À partir 15 anos	Complexo Esportivo Parque do Sol	17h às 19h	Terça e Quinta

JUDÔ

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Rogival	À partir 7 anos	Complexo Esportivo Parque do Sol	17h as 19h	Terça e Quinta

KARATÊ

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Luís/ Lilian	À partir 9 anos	Complexo Parque do Sol	19h às 21h30	Segunda, Quarta

TÊNIS DE MESA

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Tanaka	À partir 12 anos	Complexo Esportivo Parque do Sol	17h30 às 19h30	Segunda e Quarta

VOLEIBOL

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
João (Voleibol Masculino)	À partir 12 anos	Complexo Esportivo Parque do Sol	Massificação 18h às 19h Treinamento 19h às 21h	Terça e Quinta

YOGA

PROFESSOR	IDADE	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS DA SEMANA
Cristhofer	Livre	Complexo Esportivo Parque do Sol	7h30	Quarta e Sabado