



HORÁRIOS 2024

ALONGAMENTO E RELAXAMENTO

| PROFESSOR | IDADE | LOCAL | HORÁRIOS | DIAS DA SEMANA |
|---------------|--------|------------------------|--------------|-------------------------|
| Paulo Marcelo | Adulto | CEU (Parque do Sol) | 13h30 às 17h | Segunda, Quarta e Sexta |

ATLETISMO

| PROFESSOR | IDADE | LOCAL | HORÁRIOS | DIAS DA SEMANA |
|-----------|-------|--|---------------|-----------------------|
| Gleidson | Livre | Ginásio Municipal de Esportes (Pedregulho) | 8h30 as 11h30 | Terça, Quarta a Sexta |
| | | | 9h15 as 11h15 | Quinta |

ATLETISMO (CAMINHANDO COM VOCÊ)

| PROFESSOR | IDADE | LOCAL | HORÁRIOS | DIAS DA SEMANA |
|-----------|-------|------------------------|----------|----------------|
| Gleidson | Livre | CEU (Parque do Sol) | 8h as 9h | Quinta |

BASQUETE

| PROFESSOR | IDADE | LOCAL | HORÁRIOS | DIAS DA SEMANA |
|-----------------|----------------------------|---------------------------|--------------|-------------------------|
| Wilson (Coroné) | A partir 14 anos | Complexo Parque do Sol | 17h às 19h | Terça e Quinta |
| Ariane/Fernando | Treinamento/ Competição | Complexo Parque do Sol | 17h às 21h | Segunda, Quarta e Sexta |
| Fernando | A partir 9 anos | SABAP Pedregulho | 14h30 às 17h | Segunda, Quarta e Sexta |

BEACH TENNIS

| PROFESSOR | IDADE | LOCAL | HORÁRIOS | DIAS DA SEMANA |
|-----------|-----------------|--|------------|----------------|
| Rafael | Á partir 9 anos | Ginásio Municipal de Esportes (Pedregulho) | 15h às 18h | Terça e Quinta |
| | | | 7h às 10h | Sábado |

**PREFEITURA MUNICIPAL DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE GUARATINGUETÁ**

SECRETARIA MUNICIPAL DE ESPORTES

C.E.M. Prof. Virgílio Alves da Rocha – Sala José Roberto Mota

Rua Luiz Pasteur, s/nº - Pedregulho - Guaratinguetá- CEP: 12.511-200

e-mail: secesportes@guaratingueta.sp.gov.br - Telefone: (12) 3122-4010SECRETARIA DE
ESPORTES
GUARATINGUETÁ

CAPOEIRA

| PROFESSOR | IDADE | LOCAL | HORÁRIOS | DIAS DA SEMANA |
|-------------------------------------|------------------------|--|--|-------------------------|
| Alvinho | A partir 9 anos | Associação Jardim do Vale | 19h30 às 22h | Segunda, Quarta e Sexta |
| Morena | Livre | Associação Capoeira Mestre Ponciano | 20h as 21h (Inclusiva – Iniciantes, Adultos e Graduados) | Segunda e Quarta |
| | | | 16h as 17h (Adaptada) | Terça e Quinta |
| | | Escola de Samba Embaixada do Morro | 18h as 19h (criança e pais) | Quarta e Sexta |
| | | | 19h as 20h (Adultos, jovens e adolescentes) | |
| Complexo Esportivo do Parque do Sol | 19h as 21h (Inclusiva) | Terça e Quinta | | |
| Zé Antônio | A partir 9 anos | Barracão/Rua Vigário Martiniano, 34-Centro | 19h às 21h | Segunda, Quarta e Sexta |
| | | | 9h às 12h00 | Sábado |
| 17h às 20h | Sábado | | | |
| | | Parque Santa Clara (Esc. José Augusto) | 19h | Terça e Quinta |
| Chico Coco | A partir 7 anos | Puríssimo Coração (Pedregulho) | 9h às 11h | Terça e Quinta |
| Coruja | A partir 7 anos | Puríssimo Coração (Pedregulho) | 14h às 16h | Terça e Quinta |

CICLISMO

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

**PREFEITURA MUNICIPAL DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE GUARATINGUETÁ**

SECRETARIA MUNICIPAL DE ESPORTES

C.E.M. Prof. Virgílio Alves da Rocha – Sala José Roberto Mota

Rua Luiz Pasteur, s/nº - Pedregulho - Guaratinguetá- CEP: 12.511-200

e-mail: scesportes@guaratingueta.sp.gov.br - Telefone: (12) 3122-4010**SECRETARIA DE
ESPORTES
GUARATINGUETÁ**

DANÇA

| PROFESSOR | IDADE | LOCAL | HORÁRIOS | DIAS DA SEMANA |
|------------------------|-----------------|--|---------------|-------------------------|
| Alexandre (Hip Hop) | A partir 9 anos | Complexo Parque do Sol (Área da Piscina) | 18h às 20h | Segunda |
| | A partir 9 anos | ASSABEN Engenheiro Neiva | 18h às 20h | Quarta e Quinta |
| Rogério (Hip Hop) | A partir 9 anos | Fundo Social (Vila Paraíba) | 8h30 às 10h30 | Segunda, Quarta e Sexta |
| | | Stilo Livre | 18h30 às 22h | Sexta |
| 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 às 20h | Quinta |
| Gigi | Adulto | Associação Jardim do Vale | 8h as 9h | Terça e Quinta |
| | | CEU/Parque do Sol | 8h30 às 9h30 | Sexta |

FUTEBOL AMERICANO

| PROFESSOR | IDADE | LOCAL | HORÁRIOS | DIAS DA SEMANA |
|-----------|------------------|-----------------|------------|----------------|
| Diogo | A partir 14 anos | Campo FEG/UNESP | 14h às 17h | Sábado |

FUTEBOL MASCULINO

| PROFESSOR | IDADE | LOCAL | HORÁRIOS | DIAS DA SEMANA |
|----------------|------------------|----------------------------|----------------|------------------|
| Renato Martins | A partir 14 anos | Campo Chico Vaz | 14h30 às 17h30 | Segunda a Sexta |
| Eduardo | A partir 9 anos | Campo Jardim Aeroporto | 9h às 10h30 | Segunda e Quarta |
| Filipe | A partir 9 anos | SABAP Jardim do Vale | 15h20 às 17h | Terça e Quinta |
| | | Campo Jardim Independência | 15h20 às 18h | Quarta e Sexta |
| João Fernando | A partir 9 anos | Campo Jardim do Vale | 15h às 17h | Segunda a Quinta |



FUTEBOL FEMININO

| PROFESSOR | IDADE | LOCAL | HORÁRIOS | DIAS DA SEMANA |
|-----------|----------------------|----------------------------|--------------|----------------|
| Luciene | A partir dos 12 anos | Campo Jardim Independência | 15h20 às 17h | Terça e Quinta |

FUTSAL

| PROFESSOR | IDADE | LOCAL | HORÁRIOS | DIAS DA SEMANA |
|------------------|------------------|--|------------|-----------------|
| Jaqueline | A partir 12 anos | Complexo Esportivo Parque do Sol | 19h às 22h | Terça e Quinta |
| Rodolfo/Vinícius | A partir 14 anos | Ginásio Municipal de Esportes (Pedregulho) | 14h às 16h | Segunda e Sexta |
| Rodolfo/Vinícius | A partir 14 anos | Quadra Coelho Neto | 9h às 12h | Sábado |

GINÁSTICA ARTÍSTICA

| PROFESSOR | IDADE | LOCAL | HORÁRIOS | DIAS DA SEMANA |
|-----------------------------|-----------------|------------------------|----------------|-----------------|
| Márcia/Suzane/Mateus/Wilson | A partir 5 anos | Complexo Parque do Sol | 18h00 às 21h00 | Segunda a Sexta |
| | | | 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 |
| | | Fundo Social (Vila Paraíba) | 14h às 18h | Terça e Quinta |
| | | ASSABEN Engenheiro Neiva | 15h30 às 17h30 | Segunda |



GINÁSTICA FEMININA

| PROFESSOR | IDADE | LOCAL | HORÁRIOS | DIAS DA SEMANA |
|-----------|--------|---|----------------|-------------------------|
| Marzano | Adulto | Associação de bairro Parque Santa Clara | 7h00 às 8h00 | Terça e Quinta |
| | | CEU/ Parque do Sol | 7h às 8h | Segunda e Quarta |
| Desyree | Adulto | Salão da Fazendinha | 8h às 9h | Segunda, Quarta e Sexta |
| Patrícia | Adulto | Fundo Social (Vila Paraíba) | 7h30 às 10h30 | Segunda e Quarta |
| | | | 7h30 às 9h30 | Terça e Quinta |
| | | | 14h30 às 15h30 | Quinta |
| | | | 7h30 às 9h30 | Sexta |
| Gigi | Adulto | Parque Ecológico | 6h às 7h50 | Terça à Quinta |
| | | Complexo Esportivo Parque do Sol | 18h às 19h | Segunda, Terça e Quarta |
| Vera | Adulto | CECAP | 8h às 10h | Segunda e Quinta |
| | | | 7h às 9h | Terça |
| | | CCTI | 8h às 10h | Quarta e Sexta |

GINÁSTICA RÍTMICA

| PROFESSOR | IDADE | LOCAL | HORÁRIOS | DIAS DA SEMANA |
|-----------|-----------------|--|------------------------------|------------------|
| Ana Laura | A partir 5 anos | Ginásio Municipal de Esportes (Pedregulho) | 8h às 9h | Segunda e Quarta |
| | | Elvira | 16h30 às 17h30 | Terça e Quinta |
| Larissa | A partir 5 anos | Casa Betânia | 14h às 17h (Pré-Treinamento) | Terça e Sexta |
| | | | 18h30 às 19h30 (Iniciante) | Terça e Quinta |
| | | | 19h30 às 20h30 (Iniciante) | Terça e Quinta |
| | | | 18h30 às 19h30 (Baby) | Sexta |

**PREFEITURA MUNICIPAL DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE GUARATINGUETÁ**

SECRETARIA MUNICIPAL DE ESPORTES

C.E.M. Prof. Virgílio Alves da Rocha – Sala José Roberto Mota

Rua Luiz Pasteur, s/nº - Pedregulho - Guaratinguetá- CEP: 12.511-200

e-mail: secesportes@guaratingueta.sp.gov.br - Telefone: (12) 3122-4010SECRETARIA DE
ESPORTES
GUARATINGUETÁ

| | | | | |
|--------------------|--------------------|--|---------------|------------------|
| Aline | A partir 5 anos | Acadêmicos do Campo do Galvão | 8h30 às 11h30 | Segunda e Quarta |
| | | Acadêmicos do Campo do Galvão | 14h às 17h30 | Segunda e Quarta |
| | | Ginásio Municipal de Esportes (Pedregulho) | 14h às 16h | Terça e Quinta |
| Maria Carolina | A partir de 5 anos | Ginásio Municipal de Esportes (Pedregulho) | 9h às 12h | Segunda e Quarta |
| | | | 13h às 16h | Quarta |
| | | | 8h às 12h | Sexta |
| Shirlei | A partir de 5 anos | ASSABEN Engenheiro Neiva | 16h às 18h | Terça e Quinta |
| | | Casa Betânia | 15h às 18h | Sexta |
| | | Puríssimo Coração (Pedregulho) | 14h às 18h | Segunda e Quarta |
| Lili (GR Adaptada) | Livre | Fundo Social (Vila Paraíba) | 14h às 16h30 | Segunda e Quarta |
| | | | 19h às 21h | Quarta |

HANDEBOL

| PROFESSOR | IDADE | LOCAL | HORÁRIOS | DIAS DA SEMANA |
|----------------------|-------------------------|--|------------|-------------------------|
| Alexandre/Amanda/Cau | Treinamento/ Competição | Ginásio Municipal de Esportes (Pedregulho) | 20h às 22h | Segunda, Quarta e Sexta |
| Amanda/Cau | 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 | SABAP Pedregulho | 19h às 20h30 | Segunda e Quarta |
| | | Complexo Esportivo Parque do Sol | 17h as 18h30 | Segunda e Quarta |
| | | Tamandaré (Escola Zezé Figueiredo) | 18h às 19h30 | Terça |
| | | Tamandaré (Escola Zezé Figueiredo) | 19h às 21h | Sexta |

**PREFEITURA MUNICIPAL DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE GUARATINGUETÁ**

SECRETARIA MUNICIPAL DE ESPORTES

C.E.M. Prof. Virgílio Alves da Rocha – Sala José Roberto Mota

Rua Luiz Pasteur, s/nº - Pedregulho - Guaratinguetá- CEP: 12.511-200

e-mail: secesportes@guaratingueta.sp.gov.br - Telefone: (12) 3122-4010**SECRETARIA DE
ESPORTES
GUARATINGUETÁ**

| | | | | |
|--|--|-----------------------------------|------------|------------------|
| | | Escola Carmelita (Vila Brasil) | 11h às 13h | Segunda a Quinta |
|--|--|-----------------------------------|------------|------------------|

KARATÊ

| PROFESSOR | IDADE | LOCAL | HORÁRIOS | DIAS DA SEMANA |
|-----------|-----------------|--------------------------|----------------|------------------|
| Luís | À partir 9 anos | Complexo Parque do Sol | 19h às 21h30 | Segunda e Quarta |
| | | CEU Parque do Sol | 18h30 às 21h30 | Terça e Quinta |
| | | | 14h às 16h30 | Sábado |
| Lilian | Feminino | Complexo Parque do Sol | 19h às 20h | Sexta |
| | À partir 9 anos | Complexo Parque do Sol | 20h às 21h | |
| | Iniciantes | SABAP Pedregulho | 19h às 20h | Terça e Quinta |
| | Graduados | SABAP Pedregulho | 20h às 21h | |
| | Até 12 anos | ASSABEN Engenheiro Neiva | 18h30 às 19h30 | Segunda |
| | 13 anos acima | ASSABEN Engenheiro Neiva | 19h30 às 20h30 | |

TÊNIS DE MESA

| PROFESSOR | IDADE | LOCAL | HORÁRIOS | DIAS DA SEMANA |
|-----------|------------------|----------------------------------|---------------------------|-------------------------|
| Márcio | A partir 9 anos | Estádio Dario Rodrigues Leite | 7h30 às 12h 14h às 18h | Terça e Quinta |
| Tanaka | A partir 12 anos | Complexo Esportivo Parque do Sol | 17h às 19h | Segunda, Quarta e Sexta |
| | | SABAP Jardim do Vale | 9h às 11h 14h às 16h30 | Segunda, Quarta e Sexta |

VOLEIBOL FEMININO

| PROFESSOR | IDADE | LOCAL | HORÁRIOS | DIAS DA SEMANA |
|-----------|-------|-------|----------|----------------|
|-----------|-------|-------|----------|----------------|



| | | | | |
|-----------------------------------|------------------|--|------------|----------------|
| Paulo/João (Voleibol Feminino) | A partir 12 anos | Complexo Esportivo Parque do Sol | 19h às 22h | Terça e Quinta |
|-----------------------------------|------------------|--|------------|----------------|

VOLEIBOL MASCULINO

| PROFESSOR | IDADE | LOCAL | HORÁRIOS | DIAS DA SEMANA |
|-------------------|------------------|--|------------|----------------|
| Léo/Luis Fernando | A partir 12 anos | Ginásio Municipal de Esportes (Pedregulho) | 18h às 22h | Terça e Quinta |
| | | | 8h às 10h | Sábado |

VOLEIBOL ADAPTADO 3ª IDADE

| PROFESSOR | IDADE | LOCAL | HORÁRIOS | DIAS DA SEMANA |
|---|---------------------|--|------------|-------------------------|
| Luizinho/Celimari/Desyree (Voleibol Masculino) | À partir 60 anos | Ginásio Municipal de Esportes (Pedregulho) | 16h às 20h | Segunda, Quarta e Sexta |
| 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 Sábado |