

NATAÇÃO ADULTO (acima de 8 anos)

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
06:00	06:00	06:00	06:00	06:00	08:00
07:15	07:15	07:15	07:15	07:15	08:45
08:00	08:00	08:00	08:00	08:00	09:30
08:45	08:45	08:45	08:45	08:45	11:00
09:30	10:15	09:30	10:15	09:30	
10:15	11:00	10:15	11:00	10:15	
11:00	12:00	11:00	12:00	11:00	
12:00	16:00	12:00	16:00	15:00	
14:15	16:45	14:15	16:45	16:00	
15:00	17:30	15:00	17:30	18:15	
16:00	18:15	16:00	18:15	19:00	
16:45	19:00	16:45	19:00	19:45	
17:30	19:45	17:30	19:45		
18:15	20:30	18:15	20:30		
19:00	21:15	19:00	21:15		
19:45		19:45			
20:30		20:30			
20:30 Inic.		20:30 Inic.			
21:15		21:15			

HIDROGINÁSTICA

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
07:15	08:00	07:15	08:00	07:15	
08:00	08:45	08:00	08:45	08:00	
08:45	09:30	08:45	09:30	14:15	10:15
09:30	19:00	09:30	19:00		
14:15		14:15			
16:00		16:00			
16:45		16:45			

LUTAS

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
MUAY THAI		MUAY THAI		MUAY THAI
Acima 12		Acima 12		Acima 12
15:00	JUDÔ KIDS	15:00	JUDÔ KIDS	15:00
19:15	18:00	19:15	18:00	19:15
20:15		20:15		20:15
BOXE		BOXE		BOXE
Acima 12		Acima 12		Acima 12
16:00		16:00		16:00
THAI KIDS	THAI KIDS	THAI KIDS	THAI KIDS	THAI KIDS
6 a 12 anos	6 a 12 anos	6 a 12 anos	6 a 12 anos	6 a 12 anos
18:00	19:00	18:00	19:00	18:00

CENTRO DE ARTES MARCIAIS PC FIGHT TEAM

MUSCULAÇÃO

SEGUNDA À SEXTA : 06:00 - 22:00 - SÁBADO: 08:00 - 12:00

Todas as Modalidades estão sujeitas a disponibilidade de vagas.

Qualquer Modalidade ou Horário poderá ser retirado sem aviso prévio.

NATAÇÃO INFANTIL

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
De 5 a 7 Anos				
10:15	09:30	10:15	09:30	10:15
15:00	16:00	15:00	16:00	
18:15	18:15	18:15	18:15	
19:00		19:00		
19:45	19:45	19:45	19:45	
De 3 a 4 Anos				
09:30		09:30		
	10:15		10:15	
	15:00		15:00	
	18:15		18:15	
	19:00		19:00	
	19:45		19:45	
BEBES		BEBES		
16:45		16:45		
6 MESES A		6 MESES A		
2 ANOS E 11 M		2 ANOS E 11 M		

STUDIO PILATES

Segunda	Terça	Quarta	Quinta
07:00	07:00	07:00	07:00
08:00	08:00	08:00	08:00
09:00	09:00	09:00	09:00
10:00	10:00	10:00	10:00
15:00	16:00	15:00	16:00
16:00	17:00	16:00	17:00
17:00	18:00	17:00	18:00
18:00	19:00	18:00	19:00
19:00	20:00	19:00	20:00

DANÇA

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
MOVE	MOVE	MOVE	MOVE	MOVE
DANCE	DANCE	DANCE	DANCE	DANCE
08:00	18:00	08:00	18:00	08:00
17:00	20:10	17:00	20:10	17:00

BALLET

Segunda	Terça	Quarta	Quinta
	3 a 5 anos		3 a 5 anos
3 a 5 anos	09:00 - 09:45	3 a 5 anos	09:00 - 09:45
14:30 - 15:15		14:30 - 15:15	
6 a 11 anos	6 a 11 anos	6 a 11 anos	6 a 11 anos
15:30 - 16:15	09:45 - 10:30	15:30 - 16:15	09:45 - 10:30
5 Anos +		5 Anos +	
19:00 - 19:50		18:30 - 19:30	
Adulto		Adulto	
20:00 - 21:00		19:30 - 20:30	

Body Center Academia

Sábado

09:30
10:15
11:00

09:30
10:15
11:00

BEBES
09:00
BEBES
6 MESES A
2 ANOS E 11 M

Sexta

07:00
08:00
09:00

Sábado