

AULAS DO VIDA ATIVA NO GINÁSIO MUNICIPAL – 2022

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SABADO
MANHÃ	<p>SALA 8h – Dança 1 (Robson) 9h – Caminhada Orientada (Tauane) 9h – Ginástica 1 (Tainá) 10h – Ritmos 1 (Michael)</p> <p>QUADRA 8h30 – Câmbio (Ceará) 10h30 – Futsal Misto <10 (Ceará)</p>	<p>SALA 8h- Ritmos 2 (Dii Santos) 9h – Funcional 1 (Mateus) 10h – Funcional Kids 1 (Mateus) 11h – Judô (Mateus)</p>	<p>SALA 8h – Pilates 1 (Katarina) 9h – Dança 1 (Robson) 10h – Funcional 6 (Mateus)</p>	<p>SALA 8h- Ritmos 2 (Dii Santos) 9h – Funcional 1 (Mateus) 10h – Funcional Kids 1 (Mateus) 11h – Judô (Mateus)</p>	<p>SALA 8h – Pilates 1 (Katarina) 9h – Ginástica 1 (Tainá) 9h – Caminhada Orientada (Tauane) 10h – Ritmos 1 (Michael)</p> <p>QUADRA 8h30 – Câmbio (Ceará) 10h30 – Futsal Misto <10 (Ceará)</p>	<p>SALA 9h – Funcional 6 (Mateus) 10h – Funcional Kids 3 (Mateus)</p>
TARDE	<p>SALA 14h – Ritmos 3 (Dii Santos) 15h – Ginástica 2 (Tainá) 16h – Funcional 2 (Tainá) 17h – Dança 2 (Robson)</p> <p>QUADRA 13h30 – Sacada Cidadã 15h10 – Vôlei Sentado</p>	<p>SALA 14h – Pilates 2 (Graci) 15h – Funcional 3 (Graci) 16h – Ginástica p/ Mães (Kika) 16h – Recreação p/ Filhos (Katarina) 17h – Funcional Kids 2 (Kika)</p>	<p>SALA 14h – Ritmos 3 (Dii Santos) 15h – Ginástica 2 (Tainá) 16h – Funcional 2 (Tainá) 17h – Dança 2 (Robson)</p>	<p>SALA 14h – Pilates 2 (Graci) 15h – Funcional 3 (Graci) 16h – Ginástica p/ Mães (Kika) 16h – Recreação p/ Filhos (Katarina) 17h – Funcional Kids 2 (Kika)</p>	<p>SALA 14h – Pilates 3 (Graci) 15h – Ginástica 4 (Graci) 16h – Funcional 5 (Graci)</p> <p>QUADRA 13h30 – Sacada Cidadã 15h10 – Vôlei Sentado</p>	
NOITE	<p>SALA 18h – TKD Iniciação <12 (Isaque) 18h40 – TKD Graduados (Isaque) 19h30 – TKD Juvenil >12 (Isaque) 20h30 – Boxe (Isaque)</p> <p>QUADRA 17h – Futsal Fem sub 15 (Thaís) 18h – Futsal Masc sub 15 (Thaís)</p>	<p>SALA 18h – Ritmos 4 (Tiago) 19h – Ginástica 3 (Thaís) 20h – Funcional 4 (Thaís)</p>	<p>SALA 18h – TKD Iniciação <12 (Isaque) 18h40 – TKD Graduados (Isaque) 19h30 – TKD Juvenil >12 (Isaque) 20h30 – Boxe (Isaque)</p>	<p>SALA 18h – Ritmos 4 (Tiago) 19h – Ginástica 3 (Thaís) 20h – Funcional 4 (Thaís)</p>	<p>QUADRA 17h – Futsal Fem sub 15 (Thaís) 18h – Futsal Masc sub 15 (Thaís)</p>	

Legenda:

Verde: turmas com aula uma vez por semana

MODALIDADES E TURMAS OFERTADAS NO GINÁSIO MUNICIPAL EM 2022

MODALIDADE	TURMAS
RITMOS	Segunda e Sexta às 10h Terça e Quinta às 8h Segunda e Quarta às 14h Terça e Quinta às 18h
DANÇA	Segunda às 8h e Quarta às 9h Segunda e Quarta às 17h
GINÁSTICA	Segunda e Quarta às 9h Segunda e Sexta às 15h Terça e Quinta às 19h Terça e Quinta às 16h (Mães) Sexta às 15h
FUNCIONAL	Terça e Quinta às 9h Segunda e Quarta às 16h Terça e Quinta às 15h Terça e Quinta às 20h Quarta às 10h e sábado às 9h Sexta às 16h
FUNCIONAL KIDS	Terça e Quinta às 10h Terça e Quinta às 17h Sábados às 9h
RECREAÇÃO	Terça e Quinta às 16h (Turma Inclusiva)
PILATES	Quarta e Sexta às 8h Terça e Quinta às 14h Sextas às 16h
TAEKWONDO	INICIAÇÃO: Segunda e Quarta às 18h GRADUADOS: Segunda e Quarta às 18h40 JUVENIL: Segunda e Quarta às 19h30
BOXE	Segunda e Quarta às 20h30
JUDÔ	Terça e Quinta às 11h
CÂMBIO	Segunda e Sexta às 8h30
CAMINHADA ORIENTADA	Segunda e Sexta às 9h
FUTSAL	MISTO: Segunda e Sexta às 10h30 FEMININO sub 15: Segunda e Sexta às 17h MASCULINO sub 15: Segunda e Sexta às 18h
VÔLEI – SACADA CIDADÃ	Segunda e Sexta às 13h30
VÔLEI SENTADO	Segunda e Sexta às 15h10
PARATLETISMO	Terça e Quinta às 16h
TOTAL DE MODALIDADES: 16	TOTAL DE TURMAS: 37

Legenda:

Verde: turmas com aula uma vez por semana