

ALONGAMENTO

3ª IDADE

LOCAL: ALARA – RUA DAS ÁRVORES, 219 - JARDIM NOVA ARARAS

DIA	HORARIO	MODALIDADE	PROFESSORA
3º FEIRA	09:30 ÀS 10:30	ALONGAMENTO	FLÁVIA

LOCAL: CEDINSA - R. RECIFE, 253-345 – JARDIM NOVO CANDIDA

DIA	HORARIO	MODALIDADE	PROFESSORA
5ª FEIRA	10:00 ÀS 11:00	ALONGAMENTO	FLÁVIA

LOCAL: CENTRO ESPORTIVO RUY BRANCO DE MIRANDA - R. ÂNGELO FERRO, 54 – PARQUE DAS ÁRVORES

DIA	HORARIO	MODALIDADE	PROFESSORA
6ª FEIRA	10:00 ÀS 11:00	ALONGAMENTO	FLÁVIA

ATLETISMO

LOCAL: ESTÁDIO HERMÍNIO OMETTO - AV. AUGUSTA VIOLA DA COSTA, 801 – JOSÉ OMETTO I

DIA	HORARIO	PROFESSOR
5º FEIRA	14:30 ÀS 17:30	VICTOR

BALLET

LOCAL: GINÁSIO DE ESPORTE NELSON RUEGGER - PRAÇA DR. ROBERTO MERCATELLI, S/N – CENTRO

(5 a 11 anos)

DIA	HORARIO	PROFESSOR
2ª FEIRA	08:00 ÀS 11:00	BIANCA
	13:00 ÀS 17:00	BIANCA
3ª FEIRA	13:00 ÀS 14:30	BIANCA
6ª FEIRA	08:00 ÀS 11:00	BIANCA
	13:00 ÀS 17:00	BIANCA

BASQUETE M/F

ESCOLINHA

OSAF - R. IRMÃ DIVA PATARRA, 534 – JARDIM PIRATININGA

DIA	HORARIO	PROFESSOR
2ª FEIRA	14:00 ÀS 16:00	CICERO
5ª FEIRA	14:00 ÀS 16:00	CICERO
6ª FEIRA	08:00 ÀS 10:00	CICERO

SESI (PAF) - AV. MELVIN JONES, 2600 – HEITOR VILLA LOBOS

(6 a 17 anos)

DIA	HORARIO	PROFESSOR
3ª FEIRA	16:00 ÀS 21:00	CICERO
5ª FEIRA	16:00 ÀS 21:00	CICERO

TREINAMENTO

GINÁSIO DE ESPORTE NELSON RUEGGER – PRAÇA DR.

ROBERTO MERCATELLI, S/N - CENTRO

DIA	HORARIO	PROFESSOR
2ª FEIRA	17:00 ÀS 21:00	CICERO

OSAF - R. IRMÃ DIVA PATARRA, 534 – JARDIM PIRATININGA

DIA	HORARIO	PROFESSOR
4ª FEIRA	16:00 ÀS 18:00	CICERO
6ª FEIRA	16:00 ÀS 18:00	CICERO

CAPOEIRA

LOCAL: GINÁSIO DE ESPORTE NELSON RUEGGER - PRAÇA DR. ROBERTO MERCATELLI, S/N - CENTRO

DIA	HORARIO	PROFESSOR
2ª FEIRA	18:30 ÀS 19:30	LUIZÃO
4º FEIRA	18:30 ÀS 19:30	LUIZÃO

CAPOTERAPIA

LOCAL: CENTRO ESPORTIVO RUY BRANCO DE MIRANDA - R. ÂNGELO FERRO, 54 – PARQUE DAS ÁRVORES

DIA	HORARIO	PROFESSOR
4º FEIRA	08:00 ÀS 09:00	MESTRE LAU

LOCAL: CEU - AV. LOURENÇO BATISTELLA – JARDIM JOSÉ OMETTO I

DIA	HORARIO	PROFESSOR
3º FEIRA	08:00 ÀS 09:00	MESTRE LAU

CICLISMO

PROJETO: PEDAL DE OURO

LOCAL: CEU – AV. LOURENÇO BATISTELLA – JARDIM JOSÉ OMETTO I

DIA	HORARIO	PROFESSOR
3ª FEIRA	08:30 ÀS 10:30	MORGANA
	13:00 ÀS 15:00	
5ª FEIRA	08:30 ÀS 10:30	MORGANA
	13:00 ÀS 15:00	

CIRCUITO DE EXERCÍCIOS

3ª IDADE

**LOCAL: GINÁSIO DE ESPORTE NELSON RUEGGER - PRAÇA DR. ROBERTO MERCATELLI,
S/N - CENTRO**

DIA	HORARIO	MODALIDADE	PROFESSORA
2ª FEIRA	08:00 ÀS 09:00	CIRCUITO DE EXERCÍCIOS	FLÁVIA
4ª FEIRA	07:00 ÀS 08:00	CIRCUITO DE EXERCÍCIOS	FLÁVIA

LOCAL: CEU – AV. LOURENÇO BATISTELLA – JARDIM JOSÉ OMETTO I

DIA	HORARIO	MODALIDADE	PROFESSORA
2ª FEIRA	16:00 ÀS 17:00	CIRCUITO DE EXERCÍCIOS	FLÁVIA
4ª FEIRA	15:00 ÀS 16:00	CIRCUITO DE EXERCÍCIOS	FLÁVIA

LOCAL: CEDINSA - R. RECIFE, 253-345 – JARDIM NOVO CANDIDA

DIA	HORARIO	MODALIDADE	PROFESSORA
5ª FEIRA	08:00 ÀS 09:00	CIRCUITO DE EXERCÍCIOS	FLÁVIA

**LOCAL: CENTRO ESPORTIVO RUY BRANCO DE MIRANDA - R. ÂNGELO FERRO, 54 –
PARQUE DAS ÁRVORES**

DIA	HORARIO	MODALIDADE	PROFESSORA
6ª FEIRA	07:00 ÀS 08:00	CIRCUITO DE EXERCÍCIOS	FLÁVIA

DANÇA CIRCULAR

3ª IDADE

LOCAL: GINÁSIO DE ESPORTE NELSON RUEGGER - PRAÇA DR. ROBERTO MERCATELLI, S/N - CENTRO

DIA	HORARIO	MODALIDADE	PROFESSORA
4ª FEIRA	08:00 ÀS 09:00	DANÇA CIRCULAR	FLÁVIA

LOCAL: ORATÓRIO IRMÃOS TARCÍSIO - RUA JOSE MARANGONE - 360 – SÃO BENEDITO

DIA	HORARIO	MODALIDADE	PROFESSORA
4ª FEIRA	10:00 ÀS 11:00	DANÇA CIRCULAR	FLÁVIA

LOCAL: OSAF - R. IRMÃ DIVA PATARRA - 534 JARDIM PIRATININGA

DIA	HORARIO	MODALIDADE	PROFESSORA
2ª FEIRA	09:00 ÀS 10:00	DANÇA CIRCULAR	FLÁVIA

LOCAL: CEU – AV. LOURENÇO BATISTELLA – JARDIM JOSÉ OMETTO I

DIA	HORARIO	MODALIDADE	PROFESSORA
4ª FEIRA	16:00 ÀS 17:00	DANÇA CIRCULAR	FLÁVIA

LOCAL: ALARA – RUA DAS ÁRVORES – 219 - JARDIM NOVA ARARAS

DIA	HORARIO	MODALIDADE	PROFESSORA
3ª FEIRA	10:30 ÀS 11:30	DANÇA CIRCULAR	FLÁVIA

LOCAL: CEDINSA - R. RECIFE, 253-345 – JARDIM NOVO CANDIDA

DIA	HORARIO	MODALIDADE	PROFESSORA
5ª FEIRA	09:00 ÀS 10:00	DANÇA CIRCULAR	FLÁVIA

LOCAL: CENTRO ESPORTIVO RUY BRANCO DE MIRANDA - R. ÂNGELO FERRO, 54 – PARQUE DAS ÁRVORES

DIA	HORARIO	MODALIDADE	PROFESSORA
6ª FEIRA	09:00 ÀS 10:00	DANÇA CIRCULAR	FLÁVIA

FUTEBOL DE CAMPO

(06 AOS 17 ANOS)

LOCAL: ORATÓRIO IRMÃOS TARCÍSIO – RUA JOSE MARANGONE, 360 – SÃO BENEDITO

DIA	HORARIO	PROFESSOR
3ª FEIRA	09:00 ÀS 11:00	GUSTAVO
	14:00 ÀS 18:30	GUSTAVO
5ª FEIRA	09:00 ÀS 11:00	GUSTAVO
	14:00 ÀS 17:30	GUSTAVO

(11 A 17 ANOS)

LOCAL: SESI (PAF) - AV. MELVIN JONES, 2600 – HEITOR VILLA LOBOS

DIA	HORARIO	PROFESSOR
4ª FEIRA	08:00 ÀS 11:00	VICTOR
	16:00 ÀS 19:00	VICTOR
6ª FEIRA	08:00 ÀS 11:00	VICTOR
	16:00 ÀS 19:00	VICTOR

LOCAL: CENTRO ESPORTIVO RUY BRANCO DE MIRANDA - R. ÂNGELO FERRO, 54 – PARQUE DAS ÁRVORES (6 a 15 anos)

DIA	HORARIO	PROFESSOR
2ª FEIRA	09:00 ÀS 11:00	GUSTAVO
	14:00 ÀS 17:30	GUSTAVO
6ª FEIRA	09:00 ÀS 11:00	GUSTAVO
	14:00 ÀS 17:30	GUSTAVO

FUTSAL MASCULINO

ESCOLINHA

LOCAL: CEU – AV LOURENÇO BATISTELA – JARDIM JOSÉ OMETTO II - (10 a 15 anos)

DIA	HORARIO	PROFESSOR
2ª FEIRA	08:30 ÀS 10:30	ROBSON
	14:30 ÀS 16:15	ROBSON
4ª FEIRA	08:30 ÀS 10:30	ROBSON
	14:30 ÀS 16:15	ROBSON

LOCAL: CENTRO ESPORTIVO RUY BRANCO DE MIRANDA – R. ÂNGELO FERRO, S/N – PARQUE DAS ÁRVORES

DIA	HORARIO	PROFESSOR
3ª FEIRA	08:30 ÀS 10:30	ROBSON
	14:30 ÀS 16:15	ROBSON
5ª FEIRA	08:30 ÀS 10:30	ROBSON
	14:30 ÀS 16:15	ROBSON

FUTSAL MASCULINO

EQUIPE SUB 16

LOCAL: GINÁSIO DE ESPORTES NELSON RUEGGER – PRAÇA DR. ROBERTO MERCATELLI S/N – CENTRO

DIA	HORARIO	PROFESSOR
5ª FEIRA	18:00 ÀS 19:30	ROBSON

LOCAL: SESI - AV. MELVIN JONES, 2600 – HEITOR VILLA LOBOS

DIA	HORARIO	PROFESSOR
2ª FEIRA	18:00 ÀS 19:30	ROBSON
4ª FEIRA	18:00 ÀS 19:30	ROBSON

EQUIPE SUB 21

LOCAL: GINÁSIO DE ESPORTES NELSON RUEGGER – PRAÇA DR. ROBERTO MERCATELLI S/N – CENTRO

DIA	HORARIO	PROFESSOR
5ª FEIRA	19:30 ÀS 21:00	ROBSON

LOCAL: SESI - AV. MELVIN JONES, 2600 – HEITOR VILLA LOBOS

DIA	HORARIO	PROFESSOR
2ª FEIRA	19:30 ÀS 21:00	ROBSON
4ª FEIRA	19:30 ÀS 21:00	ROBSON

GINÁSTICA RÍTMICA

LOCAL: GINÁSIO DE ESPORTE NELSON RUEGGER - PRAÇA DR. ROBERTO MERCATELLI, S/N – CENTRO

(4 a 16 anos)

DIA	HORARIO	PROFESSOR
3º FEIRA	14:40 AS 16:00	BIANCA
	15:30 ÀS 17:00	LETICIA
4ª FEIRA	08:00 ÀS 11:00	BIANCA
	13:00 ÀS 17:00	
5º FEIRA	15:30 ÀS 17:00	LETICIA
6ª FEIRA	08:00 ÀS 11:00	LETICIA
	13:00 ÀS 17:00	

LOCAL: SESI (PAF) - AV. MELVIN JONES, 2600 – HEITOR VILLA LOBOS

(6 a 14 anos)

DIA	HORARIO	PROFESSOR
2ª FEIRA	08:00 ÀS 11:00	LETICIA
	13:30 ÀS 16:30	
4ª FEIRA	08:00 ÀS 11:00	LETICIA
	13:30 ÀS 16:30	

JUDÔ

LOCAL: CENTRO DE CONVIVÊNCIA DA TERCEIRA IDADE HILDA MASSON BORDIN MARETTO - (ANTIGA AABB).

AV. JOSÉ OMETTO, 2000 - JARDIM 8 DE ABRIL.

DIA	HORARIO	PROFESSOR
2ª FEIRA	16:30 ÀS 21:30	PALMEIRA
3ª FEIRA	19:30 ÀS 21:30	PALMEIRA
4ª FEIRA	16:30 ÀS 21:30	PALMEIRA
5ª FEIRA	19:30 ÀS 21:30	PALMEIRA
6ª FEIRA	16:30 ÀS 21:30	PALMEIRA

LOCAL: SESI (PAF) - AV. MELVIN JONES, 2600 – HEITOR VILLA LOBOS

DIA	HORARIO	PROFESSOR
3ª FEIRA	17:00 ÀS 19:00	PALMEIRA
5ª FEIRA	17:00 ÀS 19:00	PALMEIRA

KARATÊ

LOCAL: GINÁSIO DE ESPORTE NELSON RUEGGER - PRAÇA

DR. ROBERTO MERCATELLI, S/N - CENTRO

DIA	HORARIO	PROFESSOR
2ª FEIRA	08:30 ÀS 10:00	DERIVALDO FRANÇA
	18:00 ÀS 20:30	DERIVALDO FRANÇA
3ª FEIRA	08:30 ÀS 10:00	DERIVALDO FRANÇA
	18:00 ÀS 20:30	DERIVALDO FRANÇA
4ª FEIRA	08:30 ÀS 10:00	DERIVALDO FRANÇA
	18:00 ÀS 20:30	DERIVALDO FRANÇA
5ª FEIRA	08:30 ÀS 10:00	DERIVALDO FRANÇA
	18:00 ÀS 20:30	DERIVALDO FRANÇA

LIAN CONG

3ª IDADE

**LOCAL: GINÁSIO DE ESPORTE NELSON RUEGGER - PRAÇA DR. ROBERTO MERCATELLI,
S/N - CENTRO**

DIA	HORARIO	MODALIDADE	PROFESSORA
2ª FEIRA	07:00 ÀS 08:00	LIAN GONG	FLÁVIA

LOCAL: ORATÓRIO IRMÃOS TARCÍSIO - RUA JOSE MARANGONE, 360 – SÃO BENEDITO

DIA	HORARIO	MODALIDADE	PROFESSORA
4ª FEIRA	09:00 ÀS 10:00	LIAN GONG	FLÁVIA

LOCAL: OSAF - R. IRMÃ DIVA PATARRA - 534 JARDIM PIRATININGA

DIA	HORARIO	MODALIDADE	PROFESSORA
2ª FEIRA	10:00 ÀS 11:00	LIAN GONG	FLÁVIA

LOCAL: CEU – AV. LOURENÇO BATISTELLA – JARDIM JOSÉ OMETTO I

DIA	HORARIO	MODALIDADE	PROFESSORA
2ª FEIRA	15:00 ÀS 16:00	LIAN GONG	FLÁVIA

LOCAL: ALARA – RUA DAS ÁRVORES, 219 - JARDIM NOVA ARARAS

DIA	HORARIO	MODALIDADE	PROFESSORA
3ª FEIRA	08:15 ÀS 09:30	LIAN GONG	FLÁVIA

LOCAL: CEDINSA - R. RECIFE, 253-345 – JARDIM NOVO CANDIDA

DIA	HORARIO	MODALIDADE	PROFESSORA
5ª FEIRA	07:00 ÀS 08:00	LIAN GONG	FLÁVIA

**LOCAL: CENTRO ESPORTIVO RUY BRANCO DE MIRANDA - R. ÂNGELO FERRO, 54 –
PARQUE DAS ÁRVORES**

DIA	HORARIO	MODALIDADE	PROFESSORA
6ª FEIRA	08:00 ÀS 09:00	LIAN GONG	FLÁVIA

MINOBOL
VOLEIBOL ADAPTADO
FEMININO
TREINAMENTO 70+

**LOCAL: GINÁSIO DE ESPORTE NELSON RUEGGER - PRAÇA
DR. ROBERTO MERCATELLI, S/N - CENTRO**

DIA	HORARIO	PROFESSOR
3ª FEIRA	07:00 ÀS 08:30	VICTOR
5ª FEIRA	07:00 ÀS 08:30	VICTOR

TREINAMENTO 60+

**LOCAL: GINÁSIO DE ESPORTE NELSON RUEGGER - PRAÇA DR.
ROBERTO MERCATELLI, S/N - CENTRO**

DIA	HORARIO	PROFESSOR
3ª FEIRA	08:30 ÀS 10:00	VICTOR
5ª FEIRA	08:30 ÀS 10:00	VICTOR

TREINAMENTO 50+

**LOCAL: GINÁSIO DE ESPORTE NELSON RUEGGER - PRAÇA DR.
ROBERTO MERCATELLI, S/N - CENTRO**

DIA	HORARIO	PROFESSOR
3º FEIRA	10:00 ÀS 11:30	VICTOR
5º FEIRA	10:00 ÀS 11:30	VICTOR

VOLEIBOL FEMININO

ESCOLINHA

LOCAL: GINÁSIO DE ESPORTE NELSON RUEGGER – PRAÇA DR. ROBERTO MERCATELLI, S/N – CENTRO - IDADE: A PARTIR DE 12 ANOS

DIA	HORARIO	PROFESSOR
5ª FEIRA	13:30 ÀS 15:30	VIRGÍNIA

LOCAL: CENTRO ESPORTIVO RUY BRANCO DE MIRANDA - R. ÂNGELO FERRO, S/N – PARQUE DAS ÁRVORES - IDADE: A PARTIR DE 12 ANOS

DIA	HORARIO	PROFESSOR
5ª FEIRA	15:30 ÀS 18:00	VIRGÍNIA

LOCAL: CENTRO ESPORTIVO RUY BRANCO DE MIRANDA - R. ÂNGELO FERRO, S/N – PARQUE DAS ÁRVORES - IDADE: A PARTIR DE 12 ANOS

DIA	HORARIO	PROFESSOR
4ª FEIRA	13:00 ÀS 17:00	VIRGINIA

LOCAL: GINÁSIO DE ESPORTE NELSON RUEGGER – PRAÇA DR. ROBERTO MERCATELLI, S/N – CENTRO - IDADE: A PARTIR DE 12 ANOS

DIA	HORARIO	PROFESSOR
2ª FEIRA	14:00 ÀS 17:00	VIRGINIA

TREINAMENTO SUB 21 / LIVRE

LOCAL: SAYÃO FUTEBOL CLUBE - AV. OTTO BARRETO, 250 – JARDIM SOBRADINHO

DIA	HORARIO	PROFESSOR
2ª FEIRA	17:00 ÀS 21:00	VIRGINIA

LOCAL: GINÁSIO DE ESPORTE NELSON RUEGGER – PRAÇA DR. ROBERTO MERCATELLI, S/N – CENTRO

DIA	HORARIO	PROFESSOR
6ª FEIRA	17:00 ÀS 22:00	VIRGINIA

VOLEI DE PRAIA (AREIA)

TREINAMENTO

LOCAL: UNIÃO SÃO JOÃO – AV. AUGUSTA VIOLA DA COSTA, 801, ARARAS - SP

DIA	HORARIO	PROFESSOR
SÁBADO	14:00 ÀS 16:00	VIRGINIA

TÊNIS DE QUADRA

(De 6 a 15 Anos)

LOCAL: CENTRO ESPORTIVO RUY BRANCO DE MIRANDA - R. ÂNGELO FERRO, 54 – PARQUE DAS ÁRVORES

DIA	HORARIO	PROFESSOR
2ª FEIRA	17:30 ÀS 18:30	GUSTAVO

TÊNIS DE MESA

LOCAL: CENTRO DE CONVIVÊNCIA DA TERCEIRA IDADE HILDA MASSON BORDIN MARETTO - (ANTIGA AABB).

AV. JOSÉ OMETTO, 2000 - JARDIM 8 DE ABRIL.

(A partir de 10 anos)

DIA	HORARIO	PROFESSOR
4ª FEIRA	08:00 ÀS 11:00	RODOLFO
	13:00 ÀS 14:30	
6ª FEIRA	13:00 ÀS 14:30	RODOLFO

XADREZ & DAMA

LOCAL: CENTRO DE CONVIVÊNCIA DA TERCEIRA IDADE HILDA MASSON BORDIN MARETTO - (ANTIGA AABB)

AV. JOSÉ OMETTO, 2000 - JARDIM 8 DE ABRIL

(A partir de 8 anos)

DIA	HORARIO	PROFESSOR
2ª FEIRA	15:00 ÀS 17:00	JEFERSON
	18:00 ÀS 20:00	
3ª FEIRA	15:00 ÀS 17:00	JEFERSON
	18:00 ÀS 20:00	
SÁBADO	14:00 ÀS 17:00	JEFERSON