

**ATIVIDADES FITNESS**

SERVIÇO	HORÁRIO	DIAS	INSTRUTOR	TRAB. CBST	CONVÊNIO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL
CICLISMO INDOOR 3X	19:10/20:00	2ª 4ª 6ª	MARCOS	R\$ 116,00	R\$ 128,00	R\$ 165,00	R\$ 231,00
MUSCULAÇÃO	06:00/22:00 - 08:00/12:00	2ª A 6ª	TODOS	R\$ 86,00	R\$ 95,00	R\$ 127,00	R\$ 174,00
PILATES SOLO 2X	07:00/07:50	3ª 5ª	KAROL	R\$ 100,00	R\$ 108,00	R\$ 148,00	R\$ 198,00
PILATES SOLO 2X	08:00/08:50	3ª 5ª	PAULO	R\$ 100,00	R\$ 108,00	R\$ 148,00	R\$ 198,00
PILATES SOLO 2X	18:10/19:00	3ª 5ª	GABRIEL	R\$ 100,00	R\$ 108,00	R\$ 148,00	R\$ 198,00
PILATES SOLO 3X	07:00/07:50	2ª 4ª 6ª	SIMONE	R\$ 116,00	R\$ 128,00	R\$ 165,00	R\$ 231,00
PILATES SOLO 3X	11:10/12:00	2ª 4ª 6ª	KAROL	R\$ 116,00	R\$ 128,00	R\$ 165,00	R\$ 231,00
PILATES SOLO 3X	18:10/19:00	2ª 4ª 6ª	ROBSON	R\$ 116,00	R\$ 128,00	R\$ 165,00	R\$ 231,00
GINASTICA 2X- TREINAMENTO FUNCIONAL	19:10/20:00	3ª 5ª	MARCOS	R\$ 100,00	R\$ 108,00	R\$ 148,00	R\$ 198,00
PACOTE FITNESS (MUSCULAÇÃO + 4 MODAL. F	06:00/22:00	TODOS	TODOS	R\$ 140,00	R\$ 156,00	R\$ 198,00	R\$ 282,00

**BALLET**

SERVIÇO	HORÁRIO	DIAS	INSTRUTOR	TRAB. CBST	CONVENIO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL
BABY CLASS I (04 A 06 ANOS)	13:00/13:50	2ª 4ª		R\$ 65,00	R\$ 73,00		R\$ 119,00
BABY CLASS II (07 A 08 ANOS)	13:00/13:50	3ª 5ª		R\$ 65,00	R\$ 73,00		R\$ 119,00
BALLET I (08 A 10 ANOS)	15:00/15:50	2ª 4ª		R\$ 65,00	R\$ 73,00		R\$ 119,00
BALLET I (08 A 10 ANOS)	15:00/15:50	3ª 5ª		R\$ 65,00	R\$ 73,00		R\$ 119,00
BALLET II (11 A 14 ANOS)	16:00/16:50	2ª 4ª		R\$ 65,00	R\$ 73,00		R\$ 119,00
BALLET II (11 A 14 ANOS)	16:00/16:50	3ª 5ª		R\$ 65,00	R\$ 73,00		R\$ 119,00
BALLET III (15 A 17 ANOS)	17:00/17:50	2ª 4ª		R\$ 65,00	R\$ 73,00		R\$ 119,00
BALLET III (15 A 17 ANOS)	17:00/17:50	3ª 5ª		R\$ 65,00	R\$ 73,00		R\$ 119,00
BALLET AVANÇADO I	14:00/15:30	6ª		R\$ 65,00	R\$ 73,00		R\$ 119,00
BALLET AVANÇADO I	16:00/17:30	6ª		R\$ 65,00	R\$ 73,00		R\$ 119,00
JAZZ I	14:00/14:50	2ª 4ª		R\$ 65,00	R\$ 73,00		R\$ 119,00
JAZZ II	14:00/14:50	3ª 5ª					

**MODALIDADES AQUÁTICAS**

SERVIÇO	HORÁRIO	DIAS	INSTRUTOR	TRAB. CBST	CONVENIO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL
HIDROGINASTICA 3X	09:00/09:50	2ª 4ª 6ª	PAULO	R\$ 133,00	R\$ 147,00	R\$ 199,00	R\$ 266,00

HIDROGINASTICA 3X	10:00/10:50	2ª 4ª 6ª	DAVISSON	R\$ 133,00	R\$ 147,00	R\$ 199,00	R\$ 266,00
HIDROGINASTICA 3X	16:00/16:50	2ª 4ª 6ª	MARCELO	R\$ 133,00	R\$ 147,00	R\$ 199,00	R\$ 266,00
HIDROGINASTICA 3X	17:10/18:00	2ª 4ª 6ª	ALCIONE	R\$ 133,00	R\$ 147,00	R\$ 199,00	R\$ 266,00
HIDROGINASTICA 3X	19:10/20:00	2ª 4ª 6ª	ANA PAULA	R\$ 133,00	R\$ 147,00	R\$ 199,00	R\$ 266,00
HIDROGINASTICA 2X	07:00/07:50	3ª 5ª	RAMON	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
HIDROGINASTICA 2X	08:00/08:50	3ª 5ª	SIMONE	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
HIDROGINASTICA 2X	09:00/09:50	3ª 5ª	PAULO	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
HIDROGINASTICA 2X	10:00/10:50	3ª 5ª	PAULO	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
HIDROGINASTICA 2X	15:00/15:50	3ª 5ª	GABRIEL	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
HIDROGINASTICA 2X	16:00/16:50	3ª 5ª	MARCELO	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
HIDROGINASTICA 2X	17:10/18:00	3ª 5ª	ALCIONE	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
HIDROGINASTICA 2X	18:10/19:00	3ª 5ª	KAIO	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
HIDROGINASTICA 2X	19:10/20:00	3ª 5ª	ALCIONE	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
HIDROGINASTICA PROMOCIONAL 3X	11:10/12:00	2ª 4ª 6ª	PAULO	R\$ 99,75	R\$ 110,25	R\$ 149,25	R\$ 199,50
HIDROGINASTICA PROMOCIONAL 2X	11:10/12:00	3ª 5ª	PAULO	R\$ 80,25	R\$ 90,00	R\$ 118,50	R\$ 161,25
NATAÇÃO ADAP I (04 A 06 ANOS)	09:00/09:50	4ª 6ª	SIMONE	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADAP I (04 A 06 ANOS)	14:00/14:50	4ª 6ª	MARCELO	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADAP I (04 A 06 ANOS)	15:00/15:50	4ª 6ª	KAIO	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADAP I (04 A 06 ANOS)	11:10/12:00	3ª 5ª	RAMON	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADAP I (04 A 06 ANOS)	10:00/10:50	3ª 5ª	SIMONE	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADAP I (04 A 06 ANOS)	14:00/14:50	3ª 5ª	KAROL	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADAP II (07 A 08 ANOS)	14:00/14:50	4ª 6ª	GABRIEL	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADAP II (07 A 08 ANOS)	15:00/15:50	4ª 6ª	ALCIONE	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADAP II (06 A 07 ANOS)	09:00/09:50	3ª 5ª	KARLOL	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADAP II (07 A 08 ANOS)	14:00/14:50	3ª 5ª	RAMON	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADAP II (07 A 08 ANOS)	16:00/16:50	3ª 5ª	ANA PAULA	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADAP II (07 A 08 ANOS)	10:00/10:50	2ª 4ª	RAMON	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADAP II (07 A 08 ANOS)	16:00/16:50	2ª 4ª	MARCOS	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADULTO PROMOCIONAL 2X (ACIMA D	13:00/13:50	4ª 6ª	ALCIONE	R\$ 80,25	R\$ 90,00	R\$ 118,50	R\$ 161,25
NATAÇÃO ADULTO PROMOCIONAL 2X (ACIMA D	11:10/12:00	3ª 5ª	LARA	R\$ 80,25	R\$ 90,00	R\$ 118,50	R\$ 161,25
NATAÇÃO ADULTO PROMOCIONAL 2X (ACIMA D	12:10/13:00	4ª 6ª	ANA PAULA	R\$ 80,25	R\$ 90,00	R\$ 118,50	R\$ 161,25
NATAÇÃO ADULTO PROMOCIONAL 2X (ACIMA D	13:00/13:50	3ª 5ª	RAMON	R\$ 80,25	R\$ 90,00	R\$ 118,50	R\$ 161,25
NATAÇÃO ADULTO PROMOCIONAL 3X (ACIMA D	12:10/13:00	2ª 4ª 6ª	ANA PAULA	R\$ 99,75	R\$ 110,25	R\$ 149,25	R\$ 199,50
NATAÇÃO ADULTO 3 X (ACIMA DE 15 ANOS)	09:00/09:50	2ª 4ª 6ª	KAROL	R\$ 133,00	R\$ 147,00	R\$ 199,00	R\$ 266,00

NATAÇÃO ADULTO 3 X (ACIMA DE 15 ANOS)	10:00/10:50	2ª 4ª 6ª	PAULO	R\$ 133,00	R\$ 147,00	R\$ 199,00	R\$ 266,00
NATAÇÃO ADULTO 3 X (ACIMA DE 15 ANOS)	17:10/18:00	2ª 4ª 6ª	ANA PAULA	R\$ 133,00	R\$ 147,00	R\$ 199,00	R\$ 266,00
NATAÇÃO ADULTO 3 X (ACIMA DE 15 ANOS)	18:10/19:00	2ª 4ª 6ª	ALCIONE	R\$ 133,00	R\$ 147,00	R\$ 199,00	R\$ 266,00
NATAÇÃO ADULTO 3 X (ACIMA DE 15 ANOS)	19:10/20:00	2ª 4ª 6ª	ROBSON	R\$ 133,00	R\$ 147,00	R\$ 199,00	R\$ 266,00
NATAÇÃO ADULTO 3 X (ACIMA DE 15 ANOS)	20:10/21:00	2ª 4ª 6ª	ROBSON	R\$ 133,00	R\$ 147,00	R\$ 199,00	R\$ 266,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIMA DE 15 ANOS)	07:00/08:30	SAB	GABRIEL	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIMA DE 15 ANOS)	06:00/06:50	4ª 6ª	SIMONE	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIMA DE 15 ANOS)	07:00/07:50	4ª 6ª	PAULO	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIMA DE 15 ANOS)	08:00/08:50	4ª 6ª	KAROL	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIMA DE 15 ANOS)	06:00/06:50	3ª 5ª	LARA	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIMA DE 15 ANOS)	07:00/07:50	3ª 5ª	SIMONE	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIMA DE 15 ANOS)	08:00/08:50	3ª 5ª	RAMON	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIMA DE 15 ANOS)	09:00/09:50	3ª 5ª	SIMONE	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIMA DE 15 ANOS)	17:10/18:00	3ª 5ª	ANA PAULA	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIMA DE 15 ANOS)	18:10/19:00	3ª 5ª	ALCIONE	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIMA DE 15 ANOS)	19:10/20:00	3ª 5ª	GABRIEL	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIMA DE 15 ANOS)	20:10/21:00	3ª 5ª	KAIO	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIMA DE 15 ANOS)	21:00/21:50	3ª 5ª	KAIO	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIMA DE 15 ANOS)	21:00/21:50	2ª 4ª	MARCOS	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO INFANTIL (08 A 14 ANOS)	14:00/14:50	4ª 6ª	ANA PAULA	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO INFANTIL (08 A 14 ANOS)	15:00/15:50	4ª 6ª	ANA PAULA	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO INFANTIL (08 A 14 ANOS)	10:10/11:00	3ª 5ª	LEONARDO	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO INFANTIL (08 A 14 ANOS)	14:00/14:50	3ª 5ª	ANA PAULA	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO INFANTIL (08 A 14 ANOS)	15:00/15:50	3ª 5ª	ANA PAULA	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO INFANTIL (08 A 14 ANOS)	16:10/17:00	3ª 5ª	ALCIONE	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO INFANTIL (08 A 14 ANOS)	16:10/17:00	2ª 4ª	ALCIONE	R\$ 107,00	R\$ 120,00	R\$ 158,00	R\$ 215,00
<b>ATIVIDADES DE QUADRA</b>							
<b>SERVIÇO</b>	<b>HORÁRIO</b>	<b>DIAS</b>	<b>INSTRUTOR</b>	<b>TRAB. CBST</b>	<b>CONVENIO</b>	<b>GERONTOLOGIA</b>	<b>PUB. GERAL</b>
BEACH TENIS 2X	06:00/06:50	3ª 5ª	LEONARDO	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
BEACH TENIS 2X	19:10/20:00	3ª 5ª	ROBSON	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
BEACH TENIS 2X	20:10/21:00	3ª 5ª	ROBSON	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
BEACH TENIS 3X	08:00/08:50	2ª 4ª 6ª	LEONARDO	R\$ 161,00	R\$ 178,00	R\$ 227,00	R\$ 324,00
BEACH TENIS 3X	18:10/19:00	2ª 4ª 6ª	ROBSON	R\$ 161,00	R\$ 178,00	R\$ 227,00	R\$ 324,00
FUTEBOL SOCIETY 3X	16:00/16:50	2ª 4ª 6ª	TERCEIRIZADO	R\$ 100,00	R\$ 108,00		R\$ 199,00

FUTEBOL SOCIETY 3X	18:00/18:50	2ª 4ª 6ª	TERCEIRIZADO	R\$ 100,00	R\$ 108,00		R\$ 199,00
FUTEBOL SOCIETY 3X	19:00/19:50	2ª 4ª 6ª	TERCEIRIZADO	R\$ 100,00	R\$ 108,00		R\$ 199,00
FUTEBOL SOCIETY 3X	19:00/19:50	2ª 4ª 6ª	TERCEIRIZADO	R\$ 100,00	R\$ 108,00		R\$ 199,00
FUTEBOL SOCIETY 3X	20:00/20:50	2ª 4ª 6ª	TERCEIRIZADO	R\$ 100,00	R\$ 108,00		R\$ 199,00
FUTVOLEI 2X	09:00/10:30	SAB	KAIO	R\$ 76,00	R\$ 84,00	R\$ 107,00	R\$ 149,00
FUTVOLEI 2X	07:00/07:50	4ª 6ª	RAMON	R\$ 76,00	R\$ 84,00	R\$ 107,00	R\$ 149,00
FUTVOLEI 2X	20:10/21:00	2ª 4ª	MARCOS	R\$ 76,00	R\$ 84,00	R\$ 107,00	R\$ 149,00
FUTVOLEI 3X				R\$ 100,00	R\$ 108,00	R\$ 149,00	R\$ 199,00
FUTVOLEI 2X	21:00/21:50	3ª 5ª	ROBSON	R\$ 76,00	R\$ 84,00	R\$ 107,00	R\$ 149,00
TÊNIS INICIANTE ADULTO 2X	06:00/06:50	3ª 5ª	DAVISSON	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS INICIANTE ADULTO 2X	16:00/16:50	3ª 5ª	EUDO	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS INICIANTE ADULTO 2X	17:10/18:00	3ª 5ª	REINAN	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS INICIANTE ADULTO 2X	18:10/19:00	3ª 5ª	KIM	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS INICIANTE ADULTO 2X	19:10/20:00	3ª 5ª	REINAN	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS INICIANTE ADULTO 2X	21:00/21:50	3ª 5ª	EUDO	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS INICIANTE ADULTO 2X	16:00/16:50	2ª 4ª	EUDO	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS INICIANTE ADULTO 2X	21:00/21:50	2ª 4ª	REINAN	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS INICIANTE ADULTO 2X	07:00/08:40	SAB	DAVISSON	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS INICIANTE ADULTO 2X	10:35/12:00	SAB	DAVISSON	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS TRANSIÇÃO ADULTO 2X	07:00/07:50	3ª 5ª	LARA	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS TRANSIÇÃO ADULTO 2X	07:00/07:50	3ª 5ª	DAVISSON	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS TRANSIÇÃO ADULTO 2X	18:10/19:00	3ª 5ª	REINAN	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS TRANSIÇÃO ADULTO 2X	19:10/20:00	3ª 5ª	EUDO	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS TRANSIÇÃO ADULTO 2X	20:10/21:00	3ª 5ª	KIM	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS TRANSIÇÃO ADULTO 2X	21:00/21:50	3ª 5ª	REINAN	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS TRANSIÇÃO ADULTO 2X	21:00/21:50	3ª 5ª	KIM	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS TRANSIÇÃO ADULTO 2X	07:00/07:50	2ª 4ª	LARA	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS TRANSIÇÃO ADULTO 2X	20:10/21:00	2ª 4ª	KIM	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS TRANSIÇÃO ADULTO 2X	20:10/21:00	2ª 4ª	EUDO	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS TRANSIÇÃO ADULTO 2X	21:10/22:00	2ª 4ª	KIM	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS TRANSIÇÃO ADULTO 2X	08:40/10:20	SAB	DAVISSON	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS TRANSIÇÃO ADULTO 2X	08:40/10:20	SAB	REINAN	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS TRANSIÇÃO ADULTO 2X	10:35/12:05	SAB	DAVISSON	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS INTERMEDIÁRIO ADULTO 2X	08:00/08:50	3ª 5ª	DAVISSON	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00

TÊNIS INTERMEDIÁRIO ADULTO 2X	17:10/18:00	3ª 5ª	KIM	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS INTERMEDIÁRIO ADULTO 2X	18:10/19:00	3ª 5ª	EUDO	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS INTERMEDIÁRIO ADULTO 2X	08:00/08:50	2ª 4ª	DAVISSON	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS INTERMEDIÁRIO ADULTO 2X	20:10/21:00	2ª 4ª	REINAN	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS INTERMEDIÁRIO ADULTO 2X	21:00/21:50	2ª 4ª	EUDO	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS INTERMEDIÁRIO ADULTO 2X	07:00/08:40	SAB	KIM	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS INTERMEDIÁRIO ADULTO 2X	07:00/08:40	SAB	REINAN	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS INTERMEDIÁRIO ADULTO 2X	10:35/12:05	SAB	EUDO	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS AVANÇADO ADULTO 2X	19:10/20:00	3ª 5ª	KIM	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS AVANÇADO ADULTO 2X	20:10/21:00	3ª 5ª	EUDO	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS AVANÇADO ADULTO 2X	20:10/21:00	3ª 5ª	REINAN	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS AVANÇADO ADULTO 2X	08:40/10:20	SAB	KIM	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS INICIANTE ADULTO 3X	08:00/08:50	2ª 4ª 6ª	LARA	R\$ 161,00	R\$ 178,00	R\$ 227,00	R\$ 324,00
TÊNIS TRANSIÇÃO ADULTO 3X	06:10/07:00	2ª 4ª 6ª	DAVISSON	R\$ 161,00	R\$ 178,00	R\$ 227,00	R\$ 324,00
TÊNIS TRANSIÇÃO ADULTO 3X	07:00/07:50	2ª 4ª 6ª	DAVISSON	R\$ 161,00	R\$ 178,00	R\$ 227,00	R\$ 324,00
TÊNIS TRANSIÇÃO ADULTO 3X	16:10/17:00	2ª 4ª 6ª	EUDO	R\$ 161,00	R\$ 178,00	R\$ 227,00	R\$ 324,00
TÊNIS TRANSIÇÃO ADULTO 3X	17:10/18:00	2ª 4ª 6ª	KIM	R\$ 161,00	R\$ 178,00	R\$ 227,00	R\$ 324,00
TÊNIS TRANSIÇÃO ADULTO 3X	17:10/18:00	2ª 4ª 6ª	REINAN	R\$ 161,00	R\$ 178,00	R\$ 227,00	R\$ 324,00
TÊNIS TRANSIÇÃO ADULTO 3X	19:10/20:00	2ª 4ª 6ª	REINAN	R\$ 161,00	R\$ 178,00	R\$ 227,00	R\$ 324,00
TÊNIS TRANSIÇÃO ADULTO 3X	19:10/20:00	2ª 4ª 6ª	EUDO	R\$ 161,00	R\$ 178,00	R\$ 227,00	R\$ 324,00
TÊNIS INTERMEDIÁRIO ADULTO 3X	17:10/18:00	2ª 4ª 6ª	EUDO	R\$ 161,00	R\$ 178,00	R\$ 227,00	R\$ 324,00
TÊNIS INTERMEDIÁRIO ADULTO 3X	18:10/19:00	2ª 4ª 6ª	EUDO	R\$ 161,00	R\$ 178,00	R\$ 227,00	R\$ 324,00
TÊNIS INTERMEDIÁRIO ADULTO 3X	19:10/20:00	2ª 4ª 6ª	KIM	R\$ 161,00	R\$ 178,00	R\$ 227,00	R\$ 324,00
TÊNIS AVANÇADO ADULTO 3X	18:10/19:00	2ª 4ª 6ª	KIM	R\$ 161,00	R\$ 178,00	R\$ 227,00	R\$ 324,00
TÊNIS AVANÇADO ADULTO 3X	18:10/19:00	2ª 4ª 6ª	REINAN	R\$ 161,00	R\$ 178,00	R\$ 227,00	R\$ 324,00
TÊNIS INICIANTE INFANTIL 2X	14:00/14:50	4ª 6ª	REINAN	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS INICIANTE INFANTIL 2X	14:00/14:50	3ª 5ª	REINAN	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS INICIANTE INFANTIL 2X	16:00/16:50	3ª 5ª	KIM	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS INICIANTE INFANTIL 2X	17:10/18:00	3ª 5ª	EUDO	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS INICIANTE INFANTIL 2X	09:00/09:50	2ª 4ª	DAVISSON	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS TRANSIÇÃO INFANTIL 2X	16:00/16:50	3ª 5ª	REINAN	R\$ 122,00	R\$ 137,00	R\$ 181,00	R\$ 246,00
TÊNIS INICIANTE INFANTIL 3X	16:00/16:50	2ª 4ª 6ª	KIM	R\$ 161,00	R\$ 178,00	R\$ 227,00	R\$ 324,00
TÊNIS TRANSIÇÃO INFANTIL 3X	16:00/16:50	2ª 4ª 6ª	REINAN	R\$ 161,00	R\$ 178,00	R\$ 227,00	R\$ 324,00
TÊNIS BARRAGEM FEMININO	07:00/22:00	2ª A 6ª	EUDO	R\$ 38,00	R\$ 41,00	R\$ 57,00	R\$ 76,00

TÊNIS BARRAGEM MASCULINO	07:00/22:00	2ª A 6ª	EUDO	R\$ 38,00	R\$ 41,00	R\$ 57,00	R\$ 76,00
<b>SERVIÇO</b>							
<b>SERVIÇO</b>	<b>HORÁRIO</b>	<b>DIAS</b>	<b>INSTRUTOR</b>	<b>TRAB. CBST</b>	<b>CONVENIO</b>	<b>GERONTOLOGIA</b>	<b>PUB. GERAL</b>
<b>KID+SESC</b>							
KID + SESC 06 A 07 ANOS.	08:00 ÀS 12:00	2ª A 6ª	MARCELO	R\$ 247,00	R\$ 272,00		R\$ 371,00
KID + SESC 08 A 11 ANOS.	08:00 ÀS 12:00	2ª A 6ª	MARCELO	R\$ 247,00	R\$ 272,00		R\$ 371,00
KID + SESC 06 A 07 ANOS.	14:00 ÀS 18:00	2ª A 6ª	MARCELO	R\$ 247,00	R\$ 272,00		R\$ 371,00
KID + SESC 08 A 11 ANOS.	14:00 ÀS 18:00	2ª A 6ª	MARCELO	R\$ 247,00	R\$ 272,00		R\$ 371,00
<b>SERVIÇO</b>							
<b>SERVIÇO</b>	<b>HORÁRIO</b>	<b>DIAS</b>	<b>INSTRUTOR</b>	<b>TRAB. CBST</b>	<b>CONVENIO</b>	<b>GERONTOLOGIA</b>	<b>PUB. GERAL</b>
CLUBE DE CORRIDAS	20:00/20:50	3ª 5ª	MARCOS	R\$ 65,00	R\$ 75,00	R\$ 100,00	R\$ 133,00
<b>COMBO MODALIDADES</b>							
<b>SERVIÇO</b>	<b>HORÁRIO</b>	<b>DIAS</b>	<b>INSTRUTOR</b>	<b>TRAB. CBST</b>	<b>CONVENIO</b>	<b>GERONTOLOGIA</b>	<b>PUB. GERAL</b>
MUSCULAÇÃO + CLUBE DE CORRIDAS	20:00/20:50	3ª 5ª	MARCOS	R\$ 118,50	R\$ 132,50	R\$ 177,00	R\$ 240,50
<b>PLANOS ANUAIS</b>							
<b>SERVIÇO</b>	<b>HORÁRIO</b>	<b>DIAS</b>	<b>INSTRUTOR</b>	<b>TRAB. CBST</b>	<b>CONVENIO</b>	<b>GERONTOLOGIA</b>	<b>PUB. GERAL</b>
MUSCULAÇÃO (EXCETO HORÁRIO PROMOCIONAL)	TODOS	SEG A DOM	TODOS	R\$ 68,80	R\$ 76,00	R\$ 101,60	R\$ 139,20
HIDROGINÁSTICA (EXCETO HORÁRIO PROMOCIONAL)	TODOS	3X	TODOS	R\$ 106,40	R\$ 117,60	R\$ 159,20	R\$ 212,80
HIDROGINÁSTICA (EXCETO HORÁRIO PROMOCIONAL)	TODOS	2X	TODOS	R\$ 85,60	R\$ 96,00	R\$ 126,40	R\$ 172,00
NATAÇÃO (EXCETO HORÁRIO PROMOCIONAL)	TODOS	3X	TODOS	R\$ 106,40	R\$ 117,60	R\$ 159,20	R\$ 212,80
NATAÇÃO (EXCETO HORÁRIO PROMOCIONAL)	TODOS	2X	TODOS	R\$ 85,60	R\$ 96,00	R\$ 126,40	R\$ 172,00
PILATES	TODOS	2X	TODOS	R\$ 80,00	R\$ 86,40	R\$ 118,40	R\$ 158,40
PILATES	TODOS	3X	TODOS	R\$ 92,80	R\$ 102,40	R\$ 132,00	R\$ 184,80
TÊNIS	TODOS	2X	TODOS	R\$ 97,60	R\$ 109,60	R\$ 144,80	R\$ 196,80
TÊNIS	TODOS	3X	TODOS	R\$ 128,80	R\$ 142,40	R\$ 181,60	R\$ 259,20
BEACH TENNIS	TODOS	2X	TODOS	R\$ 97,60	R\$ 109,60	R\$ 144,80	R\$ 196,80
BEACH TENNIS	TODOS	3X	TODOS	R\$ 128,80	R\$ 142,40	R\$ 181,60	R\$ 259,20
FUTVÔLEI	TODOS	2X	TODOS	R\$ 60,80	R\$ 67,20	R\$ 85,60	R\$ 119,20
FUTVÔLEI	TODOS	3X	TODOS	R\$ 80,00	R\$ 86,40	R\$ 119,20	R\$ 159,20
PACOTE FITNESS	TODOS	SEGUNDA À SEXTA	TODOS	R\$ 112,00	R\$ 124,80	R\$ 158,40	R\$ 225,60

OUTROS SERVIÇOS							
SERVIÇO	HORÁRIO	DIAS	INSTRUTOR	TRAB. CBST	CONVENIO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL
OUTROS SERVIÇOS	TRAB. CBST	CONVENIO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL			
DAY USE	R\$ 20,00	R\$ 25,00	R\$ 30,00	R\$ 40,00			
ACESSO AO CLUBE SAB/DOM E FERIADO	ISENTO	ISENTO	R\$ 8,00	R\$ 17,00			
A ESCOLA VEM AO SESC	ISENTO						

### **Horário e valores referentes ao exercício de 2026**

As matrículas serão efetuadas conforme o número de vagas. (Não será informado número de vagas por telefone.)

Documentos necessários: Carteira do SESC atualizada (mesmo sendo público em geral);

Preenchimento da PAR-Q (questionário de prontidão para atividade física) lei n. 5555/2015 - validade 12 meses;

Atestado médico para atividades aquáticas- validade 03 meses;

OBS.: HOMENS E MULHERES A PARTIR DE 70 ANOS, O ATESTADO DE SAÚDE DEVERÁ SER OBRIGATORIAMENTE DO CARDIOLOGISTA

É obrigatório o traje de banho para a realização de exames médicos.

Pagamento de mensalidade 1º a 10º de cada mês ( independente do dia que fez a matrícula).

Dia 30 de cada mês. O não pagamento da mensalidade acarreta o cancelamento da inscrição e perda da garantia de vaga. Item 4.2 do termo de adesão.

Observação para retorno das atividades deverá verificar disponibilidade de vagas.

Não realizamos reservas de vagas.

**\*TURMAS E HORÁRIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES**