

ATIVIDADES FITNESS							
SERVIÇO	HORÁRIO	DIAS	INSTRUTOR	TRAB. CBST	CONVÊNIO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL
ALONGAMENTO	08:00/08:50	TER/QUI	ESTELA	R\$ 95,00	R\$ 103,00	R\$ 141,00	R\$ 188,00
ALONGAMENTO	11:10/12:00	TER/QUI	ALBER	R\$ 95,00	R\$ 103,00	R\$ 141,00	R\$ 188,00
ALONGAMENTO	19:10/20:00	TER/QUI	JACKELINE	R\$ 95,00	R\$ 103,00	R\$ 141,00	R\$ 188,00
ALONGAMENTO	8:00/08:50	SEG/QUA/SEX	ALBER	R\$ 110,00	R\$ 122,00	R\$ 157,00	R\$ 220,00
CICLISMO INDOOR	06:00/06:50	TER/QUI	ALBER	R\$ 95,00	R\$ 103,00	R\$ 141,00	R\$ 188,00
CICLISMO INDOOR	12:10/13:00	SEG/QUA/SEX	NEIDE	R\$ 110,00	R\$ 122,00	R\$ 157,00	R\$ 220,00
GINASTICA LOCAL	07:00/07:50	SEG/QUA/SEX	NEIDE	R\$ 110,00	R\$ 122,00	R\$ 157,00	R\$ 220,00
GINASTICA LOCAL	11:10/12:00	SEG/QUA/SEX	LUIZA	R\$ 110,00	R\$ 122,00	R\$ 157,00	R\$ 220,00
GINASTICA LOCAL	18:10/19:00	SEG/QUA/SEX	MAYKON	R\$ 110,00	R\$ 122,00	R\$ 157,00	R\$ 220,00
JUMP	20:00/20:50	TER/QUI	VINICIUS	R\$ 95,00	R\$ 103,00	R\$ 141,00	R\$ 188,00
MUSCULAÇÃO	06:00/22:00 - 08:00/12:00	SEG A SEX - SAB/DOM	TODOS	R\$ 86,00	R\$ 95,00	R\$ 127,00	R\$ 174,00
PILATES SOLO	09:00/09:50	QUA/SEX	KARINA	R\$ 95,00	R\$ 103,00	R\$ 141,00	R\$ 188,00
PILATES SOLO	07:00/07:50	TER/QUI	KARINA	R\$ 95,00	R\$ 103,00	R\$ 141,00	R\$ 188,00
PILATES SOLO	09:00/09:50	TER/QUI	KARINA	R\$ 95,00	R\$ 103,00	R\$ 141,00	R\$ 188,00
PILATES SOLO	13:00/13:50	TER/QUI	VINICIUS	R\$ 95,00	R\$ 103,00	R\$ 141,00	R\$ 188,00
PILATES SOLO	14:00/14:50	TER/QUI	ESTELA	R\$ 95,00	R\$ 103,00	R\$ 141,00	R\$ 188,00
PILATES SOLO	17:00/17:50	QUA/SEX	MAYKON	R\$ 95,00	R\$ 103,00	R\$ 141,00	R\$ 188,00
PILATES SOLO	20:10/21:00	TER/QUI	JACKELINE	R\$ 95,00	R\$ 103,00	R\$ 141,00	R\$ 188,00
PILATES SOLO	16:10/17:00	QUA/SEX	VINICIUS	R\$ 95,00	R\$ 103,00	R\$ 141,00	R\$ 188,00
PILATES SOLO	15:00/15:50	TER/QUI	MAYKON	R\$ 95,00	R\$ 103,00	R\$ 141,00	R\$ 188,00
PILATES SOLO	08:00/08:50	SEG/QUA/SEX	NEIDE	R\$ 110,00	R\$ 122,00	R\$ 157,00	R\$ 220,00
PILATES SOLO	20:10/21:00	SEG/QUA/SEX	MAYKON	R\$ 110,00	R\$ 122,00	R\$ 157,00	R\$ 220,00
RITMOS	12:10/13:00	TER/QUI	VINICIUS	R\$ 95,00	R\$ 103,00	R\$ 141,00	R\$ 188,00
BALLET							
SERVIÇO	HORÁRIO	DIAS	INSTRUTOR	TRAB. CBST	CONVENIO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL
BABY CLASS (04 A 06 ANOS)	10:00/10:50	TER/QUI	ANDREZA	R\$ 62,00	R\$ 69,00	R\$ 88,00	R\$ 113,00

BABY CLASS (04 A 06 ANOS)	13:00/13:50	TER/QUI	ANDREZA	R\$ 62,00	R\$ 69,00	R\$ 88,00	R\$ 113,00
BABY CLASS (04 A 06 ANOS)	15:00/15:50	TER/QUI	ANDREZA	R\$ 62,00	R\$ 69,00	R\$ 88,00	R\$ 113,00
BABY CLASS (04 A 06 ANOS)	11:00/11:50	SEG/QUA	ANDREZA	R\$ 62,00	R\$ 69,00	R\$ 88,00	R\$ 113,00
BABY CLASS (04 A 06 ANOS)	17:00/17:50	SEG/QUA	ANDREZA	R\$ 62,00	R\$ 69,00	R\$ 88,00	R\$ 113,00
BALLET CLÁSSICO PREPARATÓRIO (06 A 08 ANOS)	09:00/09:50	TER/QUI	ANDREZA	R\$ 62,00	R\$ 69,00	R\$ 88,00	R\$ 113,00
BALLET INICIANTE ADULTO (ACIMA DE 17 ANOS)	11:00/11:50	TER/QUI	ANDREZA	R\$ 62,00	R\$ 69,00	R\$ 88,00	R\$ 113,00
BALLET CLÁSSICO PREPARATÓRIO (06 A 08 ANOS)	14:00/14:50	TER/QUI	ANDREZA	R\$ 62,00	R\$ 69,00	R\$ 88,00	R\$ 113,00
BALLET INICIANTE ADULTO (ACIMA DE 17 ANOS)	16:00/16:50	TER/QUI	ANDREZA	R\$ 62,00	R\$ 69,00	R\$ 88,00	R\$ 113,00
BALLET CLÁSSICO BÁSICO (09 A 12 ANOS)	09:00/09:50	SEG/QUA	ANDREZA	R\$ 62,00	R\$ 69,00	R\$ 88,00	R\$ 113,00
BALLET CLÁSSICO BÁSICO II (12 A 16 ANOS)	10:00/10:50	SEG/QUA	ANDREZA	R\$ 62,00	R\$ 69,00	R\$ 88,00	R\$ 113,00
BALLET CLÁSSICO PREPARATÓRIO (06 A 08 ANOS)	14:00/14:50	SEG/QUA	ANDREZA	R\$ 62,00	R\$ 69,00	R\$ 88,00	R\$ 113,00
BALLET CLÁSSICO BÁSICO (09 A 12 ANOS)	15:00/15:50	SEG/QUA	ANDREZA	R\$ 62,00	R\$ 69,00	R\$ 88,00	R\$ 113,00
BALLET CLÁSSICO BÁSICO II (12 A 16 ANOS)	16:00/16:50	SEG/QUA	ANDREZA	R\$ 62,00	R\$ 69,00	R\$ 88,00	R\$ 113,00
DANÇA CONTEMPORAEA MODERNA (ACIMA DE 12 ANOS)	17:00/17:50	TER/QUI	ANDREZA	R\$ 62,00	R\$ 69,00	R\$ 88,00	R\$ 113,00

ATIVIDADES AQUÁTICAS

SERVIÇO	HORÁRIO	DIAS	INSTRUTOR	TRAB. CBST	CONVENIO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL
HIDROGINASTICA	06:00/06:50	SEG/QUA/SEX	ALBER	R\$ 127,00	R\$ 140,00	R\$ 189,00	R\$ 253,00
HIDROGINASTICA	07:00/07:50	SEG/QUA/SEX	KARINA	R\$ 127,00	R\$ 140,00	R\$ 189,00	R\$ 253,00
HIDROGINASTICA	08:00/08:50	SEG/QUA/SEX	ESTELA	R\$ 127,00	R\$ 140,00	R\$ 189,00	R\$ 253,00
HIDROGINASTICA	09:00/09:50	SEG/QUA/SEX	LUIZA	R\$ 127,00	R\$ 140,00	R\$ 189,00	R\$ 253,00
HIDROGINASTICA	10:10/11:00	SEG/QUA/SEX	KARINA	R\$ 127,00	R\$ 140,00	R\$ 189,00	R\$ 253,00
HIDROGINASTICA	11:10/12:00	SEG/QUA/SEX	ALBER	R\$ 127,00	R\$ 140,00	R\$ 189,00	R\$ 253,00
HIDROGINASTICA	15:10/16:00	SEG/QUA/SEX	TATIANE	R\$ 127,00	R\$ 140,00	R\$ 189,00	R\$ 253,00
HIDROGINASTICA	16:00/16:50	SEG/QUA/SEX	FÁBIO	R\$ 127,00	R\$ 140,00	R\$ 189,00	R\$ 253,00
HIDROGINASTICA	17:00/17:50	SEG/QUA/SEX	HEEYHASHY	R\$ 127,00	R\$ 140,00	R\$ 189,00	R\$ 253,00
HIDROGINASTICA	18:10/19:00	SEG/QUA/SEX	HEEYHASHY	R\$ 127,00	R\$ 140,00	R\$ 189,00	R\$ 253,00
HIDROGINASTICA	19:10/20:00	SEG/QUA/SEX	FÁBIO	R\$ 127,00	R\$ 140,00	R\$ 189,00	R\$ 253,00
HIDROGINASTICA	06:00/06:50	TER/QUI	MARCELO	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
HIDROGINASTICA	07:00/07:50	TER/QUI	MARCELO	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
HIDROGINASTICA	08:00/08:50	TER/QUI	NEIDE	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
HIDROGINASTICA	09:00/09:50	TER/QUI	LUIZA	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
HIDROGINASTICA	11:10/12:00	TER/QUI	NEIDE	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
HIDROGINASTICA	14:00/14:50	TER/QUI	FRANCK	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
HIDROGINASTICA	15:00/15:50	TER/QUI	VINICIUS	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
HIDROGINASTICA	16:00/16:50	TER/QUI	TATIANE	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
HIDROGINASTICA	17:00/17:50	TER/QUI	JACKELINE	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
HIDROGINASTICA	18:10/19:00	TER/QUI	MAYKON	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00

HIDROGINASTICA	19:10/20:00	TER/QUI	FÁBIO	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
HIDROGINASTICA	20:10/21:00	TER/QUI	HEEYHASHY	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
HIDROGINASTICA PROMOCIONAL	12:00/12:50	QUA/SEX	TATIANE	R\$ 76,50	R\$ 85,50	R\$ 112,50	R\$ 153,75
HIDROGINASTICA PROMOCIONAL	13:00/13:50	QUA/SEX	FRANCK	R\$ 76,50	R\$ 85,50	R\$ 112,50	R\$ 153,75
HIDROGINASTICA PROMOCIONAL	12:00/12:50	TER/QUI	ESTELA	R\$ 76,50	R\$ 85,50	R\$ 112,50	R\$ 153,75
HIDROGINASTICA PROMOCIONAL	13:00/13:50	TER/QUI	JACKELINE	R\$ 76,50	R\$ 85,50	R\$ 112,50	R\$ 153,75
NATAÇÃO BEBÊ I (01 A 02 ANOS E 11 MESES)	13:50/14:30	QUA/SEX	VINICIUS	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO BEBÊ I (01 A 02 ANOS E 11 MESES)	10:30/11:10	TER/QUI	LUIZA	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO BEBÊ II (03 A 03 ANOS E 11 MESES)	14:30/15:10	QUA/SEX	VINICIUS	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO BEBÊ II (03 A 03 ANOS E 11 MESES)	09:50/10:30	TER/QUI	LUIZA	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO ADAP I (04 A 05 ANOS)	09:00/09:50	QUA/SEX	TATIANE	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO ADAP I (04 A 05 ANOS)	16:00/16:50	QUA/SEX	HEEYHASHY	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO ADAP I (04 A 05 ANOS)	10:10/11:00	TER/QUI	NEIDE	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO ADAP I (04 A 05 ANOS)	15:00/15:50	TER/QUI	HEEYHASHY	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO ADAP II (06 A 07 ANOS)	10:10/11:00	QUA/SEX	TATIANE	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO ADAP II (06 A 07 ANOS)	16:00/16:50	QUA/SEX	JACKELINE	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO ADAP II (06 A 07 ANOS)	09:00/09:50	TER/QUI	NEIDE	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO ADAP II (06 A 07 ANOS)	14:00/14:50	TER/QUI	TATIANE	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO ADAP II (06 A 07 ANOS)	16:00/16:50	TER/QUI	HEEYHASHY	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO ADAP II (06 A 07 ANOS)	17:00/17:50	TER/QUI	FÁBIO	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO PROMOCIONAL 5 X (ACIMA DE 15 ANOS)	11:10/12:00	SEG/TER/QUA/QUI/SEX	MARCELO	R\$ 147,75	R\$ 162,75	R\$ 218,25	R\$ 296,25
NATAÇÃO PROMOCIONAL 5 X (ACIMA DE 15 ANOS)	12:10/13:00	SEG/TER/QUA/QUI/SEX	KARINA	R\$ 147,75	R\$ 162,75	R\$ 218,25	R\$ 296,25
NATAÇÃO ADULTO 3 X (ACIMA DE 15 ANOS)	18:10/19:00	SEG/QUA/SEX	FÁBIO	R\$ 127,00	R\$ 140,00	R\$ 189,00	R\$ 253,00
NATAÇÃO ADULTO 3 X (ACIMA DE 15 ANOS)	19:10/20:00	SEG/QUA/SEX	VINICIUS	R\$ 127,00	R\$ 140,00	R\$ 189,00	R\$ 253,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIAMA DE 15 ANOS)	06:00/06:50	QUA/SEX	MARCELO	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIAMA DE 15 ANOS)	07:00/07:50	QUA/SEX	ALBER	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIAMA DE 15 ANOS)	08:00/08:50	QUA/SEX	KARINA	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIAMA DE 15 ANOS)	09:00/09:50	QUA/SEX	MARCELO	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIAMA DE 15 ANOS)	14:00/14:50	QUA/SEX	FRANCK	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIAMA DE 15 ANOS)	17:00/17:50	QUA/SEX	LEANDRO	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIAMA DE 15 ANOS)	20:10/21:00	QUA/SEX	JACKELINE	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIAMA DE 15 ANOS)	06:00/06:50	TER/QUI	ESTELA	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIAMA DE 15 ANOS)	07:00/07:50	TER/QUI	ESTELA	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIAMA DE 15 ANOS)	08:00/08:50	TER/QUI	TATIANE	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIAMA DE 15 ANOS)	09:00/09:50	TER/QUI	MARCELO	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIAMA DE 15 ANOS)	18:10/19:00	TER/QUI	LEANDRO	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00
NATAÇÃO ADULTO (ACIAMA DE 15 ANOS)	19:10/20:00	TER/QUI	HEEYHASHY	R\$ 102,00	R\$ 114,00	R\$ 150,00	R\$ 205,00

FUTSAL - 10 A 12 ANOS	09:00/09:50	SEG/QUA/SEX	ALBER	R\$ 95,00	R\$ 103,00	R\$ 142,00	R\$ 189,00
FUTSAL - 13 A 15 ANOS	10:10/11:00	SEG/QUA/SEX	ALBER	R\$ 95,00	R\$ 103,00	R\$ 142,00	R\$ 189,00
INICIAÇÃO ESPORTIVA - 04 A 06 ANOS	10:10/11:00	TER/QUI	ALBER	R\$ 95,00	R\$ 103,00	R\$ 142,00	R\$ 189,00
INICIAÇÃO ESPORTIVA - 04 A 06 ANOS	16:00/16:50	TER/QUI	MAYKON	R\$ 95,00	R\$ 103,00	R\$ 142,00	R\$ 189,00
TÊNIS INICIAÇÃO - 13 ANOS ACIMA	07:00/07:50	TER/QUI	EDVALDO	R\$ 116,00	R\$ 130,00	R\$ 172,00	R\$ 234,00
TÊNIS INTERMEDIÁRIO "A" - 13 ANOS ACIMA	08:00/08:50	TER/QUI	EDVALDO	R\$ 116,00	R\$ 130,00	R\$ 172,00	R\$ 234,00
TÊNIS INICIAÇÃO - 07 A 09 ANOS	09:00/09:50	TER/QUI	EDVALDO	R\$ 116,00	R\$ 130,00	R\$ 172,00	R\$ 234,00
TÊNIS INICIAÇÃO - 10 A 12 ANOS	10:10/11:00	TER/QUI	EDVALDO	R\$ 116,00	R\$ 130,00	R\$ 172,00	R\$ 234,00
TÊNIS INICIAÇÃO - 13 ANOS ACIMA	11:10/12:00	TER/QUI	EDVALDO	R\$ 116,00	R\$ 130,00	R\$ 172,00	R\$ 234,00
TÊNIS INICIAÇÃO - 10 A 12 ANOS	15:00/15:50	TER/QUI	ALBERTO	R\$ 116,00	R\$ 130,00	R\$ 172,00	R\$ 234,00
TÊNIS INICIAÇÃO - 13 ANOS ACIMA	16:00/16:50	TER/QUI	ALBERTO	R\$ 116,00	R\$ 130,00	R\$ 172,00	R\$ 234,00
TÊNIS INTERMEDIÁRIO "B" - 13 ANOS ACIMA	17:00/17:50	TER/QUI	ALBERTO	R\$ 116,00	R\$ 130,00	R\$ 172,00	R\$ 234,00
TÊNIS INTERMEDIÁRIO "B" - 13 ANOS ACIMA	18:00/18:50	TER/QUI	ALBERTO	R\$ 116,00	R\$ 130,00	R\$ 172,00	R\$ 234,00
TÊNIS AVANÇADO - 13 ANOS ACIMA	19:10/20:00	TER/QUI	ALBERTO	R\$ 116,00	R\$ 130,00	R\$ 172,00	R\$ 234,00
TÊNIS INTERMEDIÁRIO "B" - 13 ANOS ACIMA	20:00/20:50	TER/QUI	ALBERTO	R\$ 116,00	R\$ 130,00	R\$ 172,00	R\$ 234,00
TÊNIS INTERMEDIÁRIO "A" - 13 ANOS ACIMA	07:00/07:50	SEG/QUA/SEX	EDVALDO	R\$ 153,00	R\$ 169,00	R\$ 216,00	R\$ 308,00
TÊNIS AVANÇADO - 13 ANOS ACIMA	08:00/08:50	SEG/QUA/SEX	EDVALDO	R\$ 153,00	R\$ 169,00	R\$ 216,00	R\$ 308,00
TÊNIS INTERMEDIÁRIO "B" - 13 ANOS ACIMA	09:00/09:50	SEG/QUA/SEX	EDVALDO	R\$ 153,00	R\$ 169,00	R\$ 216,00	R\$ 308,00
TÊNIS INTERMEDIÁRIO "A" - 13 ANOS ACIMA	10:10/11:00	SEG/QUA/SEX	EDVALDO	R\$ 153,00	R\$ 169,00	R\$ 216,00	R\$ 308,00
TÊNIS INICIANTE - 13 ANOS ACIMA	11:00/11:50	SEG/QUA/SEX	EDVALDO	R\$ 153,00	R\$ 169,00	R\$ 216,00	R\$ 308,00
TÊNIS INTERMEDIÁRIO "A" - 10 A 14 ANOS	15:00/15:50	SEG/QUA/SEX	ALBERTO	R\$ 153,00	R\$ 169,00	R\$ 216,00	R\$ 308,00
TÊNIS INTERMEDIÁRIO "A" - 10 A 14 ANOS	16:00/16:50	SEG/QUA/SEX	ALBERTO	R\$ 153,00	R\$ 169,00	R\$ 216,00	R\$ 308,00
TÊNIS INICIANTE - 13 ANOS ACIMA	17:00/17:50	SEG/QUA/SEX	ALBERTO	R\$ 153,00	R\$ 169,00	R\$ 216,00	R\$ 308,00
TÊNIS INTERMEDIÁRIO "A" - 13 ANOS ACIMA	18:00/18:50	SEG/QUA/SEX	ALBERTO	R\$ 153,00	R\$ 169,00	R\$ 216,00	R\$ 308,00
TÊNIS INTERMEDIÁRIO "A" - 13 ANOS ACIMA	19:10/20:00	SEG/QUA/SEX	ALBERTO	R\$ 153,00	R\$ 169,00	R\$ 216,00	R\$ 308,00
TÊNIS AVANÇADO FEMININO - 13 ANOS ACIMA	20:00/20:10	SEG/QUA/SEX	ALBERTO	R\$ 153,00	R\$ 169,00	R\$ 216,00	R\$ 308,00
TÊNIS INICIANTE - 13 ANOS ACIMA	08:00/09:30	SÁBADO	ALBERTO	R\$ 116,00	R\$ 130,00	R\$ 172,00	R\$ 234,00
TÊNIS INTERMEDIÁRIO "A" - 13 ANOS ACIMA	09:30/11:00	SÁBADO	ALBERTO	R\$ 116,00	R\$ 130,00	R\$ 172,00	R\$ 234,00
TÊNIS INTERMEDIÁRIO "B" - PROMOCIONAL - 13 ANOS ACIMA	12:00/12:50	TER/QUI	EDVALDO	R\$ 116,00	R\$ 130,00	R\$ 172,00	R\$ 234,00
VOLEIBOL INICIANTE - 10 A 16 ANOS	08:00/08:50	TER/QUI	ALBER	R\$ 72,00	R\$ 80,00	R\$ 102,00	R\$ 142,00
VOLEIBOL INICIANTE - 10 A 16 ANOS	17:00/17:50	TER/QUI	VINICIUS	R\$ 72,00	R\$ 80,00	R\$ 102,00	R\$ 142,00
VOLEIBOL INTERMEDIÁRIO - 11 A 17 ANOS	17:00/17:50	SEG/QUA/SEX	VINICIUS	R\$ 95,00	R\$ 103,00	R\$ 142,00	R\$ 189,00

SERVIÇO	HORÁRIO	DIAS	INSTRUTOR	TRAB. CBST	CONVENIO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL
CLUBE DE CORRIDAS	07:00/07:50	TER/QUI	NEIDE	R\$ 62,00	R\$ 71,00	R\$ 95,00	R\$ 127,00
COMBO MODALIDADES							
SERVIÇO	HORÁRIO	DIAS	INSTRUTOR	TRAB. CBST	CONVENIO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL
MUSCULAÇÃO + JUMP	20:00/20:50	TER/QUI	VINICIUS	R\$ 138,00	R\$ 150,50	R\$ 204,50	R\$ 275,00
MUSCULAÇÃO + CLUBE DE CORRIDAS	07:00/07:50	TER/QUI	NEIDE	R\$ 117,00	R\$ 130,50	R\$ 174,50	R\$ 237,50
PLANOS ANUAIS							
SERVIÇO	HORÁRIO	DIAS	INSTRUTOR	TRAB. CBST	CONVENIO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL
MUSCULAÇÃO (EXCETO HORÁRIO PROMOCIONAL)	TODOS	SEG A DOM	TODOS	R\$ 69,00	R\$ 77,00	R\$ 105,00	R\$ 139,00
HIDROGINÁSTICA (EXCETO HORÁRIO PROMOCIONAL)	TODOS	SEG/QUA/SEX	TODOS	R\$ 101,60	R\$ 112,00	R\$ 151,20	R\$ 202,40
HIDROGINÁSTICA (EXCETO HORÁRIO PROMOCIONAL)	TODOS	TER/QUI	TODOS	R\$ 81,60	R\$ 91,20	R\$ 120,00	R\$ 164,00
NATAÇÃO (EXCETO HORÁRIO PROMOCIONAL)	TODOS	SEG/QUA/SEX	TODOS	R\$ 101,60	R\$ 112,00	R\$ 151,20	R\$ 202,40
NATAÇÃO (EXCETO HORÁRIO PROMOCIONAL)	TODOS	TER/QUI	TODOS	R\$ 81,60	R\$ 91,20	R\$ 120,00	R\$ 164,00
OUTROS SERVIÇOS							
SERVIÇO	HORÁRIO	DIAS	INSTRUTOR	TRAB. CBST	CONVENIO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL

OUTROS SERVIÇOS	TRAB. CBST	CONVENIO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL
DAY USE	R\$ 17,00	R\$ 17,00	R\$ 24,00	R\$ 30,00
ACESSO AO CLUBE SAB/DOM E FERIADO	ISENTO	ISENTO	R\$ 8,00	R\$ 16,00
PASSAPORTE DO LAZER(CASAL E FILHOS)	ISENTO	ISENTO	R\$ 40,00	R\$ 62,00
SESC DANÇANTE	R\$ 25,00	R\$ 27,00	R\$ 31,00	R\$ 47,00
A ESCOLA VEM AO SESC	ISENTO			

Horário e valores referentes ao exercício de 2024

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 OBRIGATÓRIAMENTE 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**

