



# ATIVIDADES - RÁDIO CLUBE - 2022

<b>ACADEMIA</b>	A partir de 14 anos	6h às 21h	2ª a 6ª	sede cidade
		9h às 12h	Sábado	
<b>ALONGAMENTO</b>	Profª Maria do Carmo	7h às 7h45	2ª/4ª/6ª	sede cidade
<b>BALLET</b> Profª Kerullyn	Baby Class (4 a 6 anos)	9h às 09h45	2ª e 4ª	sede cidade
		17h às 17h45		
	Ballet Infantil (7 a 12 anos) - Lista de espera	10h às 10h45	2ª e 4ª	sede cidade
		Ballet Infantil (7 a 12 anos)		
Ballet Adulto (13 anos acima)	19h às 19h45	2ª e 4ª		
<b>BOXE - Estilo Livre</b> Prof Arani	A partir de 12 anos	7h às 7h50	2ª/4ª/6ª	sede cidade
		19h05 às 20h	3ª e 5ª	
<b>KARATÊ - Profº Arani</b> Minimo 10 Maximo 20	Iniciante ( 04 a 10 anos )	17h às 18h	2ª/4ª/6ª	sede cidade
	Equipe Mirim/Infantil/iniciantes	18h às 19h		
	Sede Cidade - Equipe Juvenil a Adulto	19h às 20h30		
<b>Ginástica</b> Profª Angelica	A partir de 12 anos	7h às 7h45	3ª e 5ª	sede cidade
		16h às 16h45	2ª a 6ª	
<b>PILATES</b>	Profª Maria do Carmo  A partir de 12 anos	7h às 7h45	3ª e 5ª	sede cidade
		8h às 8h45	2ª/4ª/6ª	
		8h às 8h45	3ª e 5ª	
		16h às 16h45	2ª/4ª/6ª	
		16h às 16h45	3ª e 5ª	
		17h às 17h45	2ª/4ª/6ª	
		17h às 17h45	3ª e 5ª	
		18h15 às 19h	2ª/4ª/6ª	
18h15 às 19h	3ª e 5ª			
<b>YOGA</b>	Profª Ana Lucia	6h às 7h	2ª/4ª/6ª	sede cidade
<b>HIDROGINÁSTICA</b>	Profª Angelica	7h às 7h45	2ª/4ª/6ª	sede cidade
		8h às 8h45	2ª a 6ª	
		17h às 17h45	2ª/4ª/6ª	
		18h às 18h45	2ª/4ª/6ª	
		<b>11h às 11h45</b>	<b>Domingo</b>	Sede Campo
<b>JUDÔ - AULA</b> Profº Thales	04 a 08 anos - Lista de espera	18h às 18h45	2ª e 4ª	sede cidade
	09 a 11 anos - Lista de espera	18h45 às 20h	2ª/4ª/6ª	
	12 a 14 anos - Lista de espera			
<b>JUDÔ - TREINAMENTO</b>	Diogo Rocha - 9 9292 6819	18h às 20h	2ª a 6ª	Sede Campo
<b>BADMINTON</b>	9 9333-0300 - Profª Rafaela	Modalidade tercerizada	a combinar	Sede Campo
<b>FUTEBOL - Profº Doka</b> 9 9624 8965	ESCOLINHA 07 a 13 anos	8h às 11h	sábado	Sede Campo
	PELADAS DE FUTEBOL	16h00 às 21h	4ª e Sábado	
<b>TÊNIS</b>	Profº Bosco- 9 9656 1511	Modalidade tercerizada	2ª a 6ª	Sede Campo
	Profº Didio - 9 9947 4076			
	Profº Romero - 9 9808 2365			



# ATIVIDADES - RÁDIO CLUBE - 2022

## NATAÇÃO - TURMAS MANHÃ - 3ª E 5ª

Mínimo 6 Maximo 12 alunos	Aperfeiçoamento/Profº Durval	13 anos acima	7h às 7h45	Sede Cidade
	Aperfeiçoamento/Profº Durval	10 anos acima	8h às 8h45	
	Aperfeiçoamento/Profº Durval	05 anos acima	9h às 9h45	
Mínimo 4 Maximo 10 alunos	INICIAÇÃO/Profª Angelica - Lista de espera	05 anos acima	9h às 9h45	
	Esc/ Nivel 1 e 2/Profª Angelica - 4ª/6ª	04 a 06 anos	9h às 9h45	
	Esc/ADAP /Profª Angelica - Lista de espera	03 e 04 anos	10h às 10h30	
Míminimo 6 maximo 12	Aperfeiçoamento/ Profº Durval	05 anos acima	10h às 10h45	

## NATAÇÃO INFANTIL - TURMAS TARDE - 3ª E 5ª

Mínimo 6 Maximo 12 alunos	Aperfeiçoamento/ Profª Katia	06 anos acima	14h às 14h45	Sede Cidade
	Aperfeiçoamento/ Profº Durval	09 anos acima	15h às 15h45	
	Aperfeiçoamento/ Profª Katia	06 anos acima	15h às 15h45	
Mínimo 4 Maximo 10	Esc/ADAP / Profª Katia - Lista de espera	03 e 04 anos	16h às 16h30	
	Esc/ADAP/ Profª Katia	03 e 04 anos	16h30 às 17h	
	Esc/Nivel 1 e 2/Profª Katia - Lista de espera	05 anos acima	17h às 17h45	
Mínimo 6 Maximo 12	Aperf/ Profª Angelica - 3ª/5ª - Lista de espera	05 anos acima	17h às 17h45	
	Aperf/ Profº Durval - 4ª/6ª - Lista de espera	05 anos acima	17h às 17h45	
Mínimo 4 Maximo 10	Escolinha / Nivel 1 e 2/Profª Katia	04 anos acima	17h45 às 18h30	
Mínimo 6 Maximo 12	Aperf/ Profº Angelica - Lista de espera	05 anos acima	17h45 às 18h30	

## NATAÇÃO - TURMAS NOITE - 3ª E 5ª

Mínimo 6 Maximo 12	APERFEIÇOAMENTO - Profª Nathan	13 anos acima	19h às 19h45	Sede Cidade
	INICIAÇÃO - Profª Angelica	13 anos acima	19h às 19h45	
	APERFEIÇOAMENTO - Lista de espera	13 anos acima	19h45 às 20h30	
	INICIAÇÃO - Lista de espera	13 anos acima	19h45 às 20h30	

## TREINAMENTO EQUIPE NATAÇÃO

Master/ 20 anos em diante	Profº Durval	2ª a 6ª	6h às 7h	Sede Cidade
		2ª a 6ª	7h às 8h	
		2ª a 6ª	19h às 20h	
		Sábado	8h às 9h	
Equipe Mirim/ 09 e 10 anos	Profº Durval / Profº Nathan	2ª a 6ª	15h às 16h30	
Equipe Petiz/11 a 12 anos	Profº Durval / Profº Nathan	2ª a 6ª	15h às 16h30	
Infanto Juvenil /13 a 18 anos	Gehilson / Durval / Nathan	2ª a 6ª	16h às 19h	
		Sábado	9h às 12h	

**EXAME MEDICO: Sede Cidade - 2ª e 4ª das 17h às 19h**

**EXAME MEDICO: Sede Campo - DOMINGOS 9h às 13h**

**SAUNA MASCULINA: 2ª, 3ª, 5ª, 6ª e sábado - 15h30 às 21h**

**SAUNA FEMININA: 4ª feira das 15h30 às 21h - sábado das 08h às 13h**

**Administrativo - Sede Cidade - 2ª a 6ª - 07h30 às 11h30 e 13h15 às 18h**

**Administrativo - Sede Campo - 2ª a 6ª - 07h00 às 17h00**

**PELADAS DE FUTEBOL - Sede Campo**

Quartas e Sábados a partir das 16h

**PISCINA SEDE CAMPO**

**7h às 18h**

**3321-0131 // 9 9111-6093**

**3387 - 2751**

**HORÁRIO LIVRE DAS PISCINAS - RADIO CIDADE: 2ª a 6ª das 6h às 7h - 11h às 14h / 20h às 21h**

**TESTE DE NATAÇÃO: Segunda e Sexta-feira das 08h às 09h - 15h às 16h**