



CERÂMICA CLUBE

Escolas e Atividades Esportivas

Rua Luiz Martini, 200 | Centro | Mogi Guaçu/SP | Fone Fax: 19 3861-1390 - 3861-0727
E-mail: secretaria@ceramicaclube.com.br | Web Site: www.ceramicaclube.com.br

(M) Matrícula necessária, verificar condições no Departamento de Esportes / (L) Livre

ALONGAMENTO

ALONGAMENTO - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA | 07:10 ÀS 08:00 H (L) LOCAL: SALA DE DANÇAS

BALLET INFANTIL

BALLET INFANTIL - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA | 17:45 ÀS 18:30 H | 04 A 05 ANOS (M) LOCAL: SALA DE DANÇAS

BALLET INFANTIL - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA | 18:30 ÀS 19:15 H | 04 A 06 ANOS (M) LOCAL: SALA DE DANÇAS

BALLET INFANTIL - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA | 19:15 ÀS 20:00 H | 07 A 08 ANOS (M) LOCAL: SALA DE DANÇAS

BALLET INFANTIL - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA | 20:00 ÀS 20:45 H | 09 A 12 ANOS (M) LOCAL: SALA DE DANÇAS

BASQUETE

BASQUETE - 3º FEIRA E 5º FEIRA | 16:00 ÀS 18:00 | A PARTIR DE 14 ANOS (M) LOCAL: QUADRA POLIESPORTIVA

BODY BALANCE

BODY BALANCE - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA | 18:00 ÀS 19:00 H | ADULTO (L) LOCAL: SALA DE DANÇAS

BODY BALANCE - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA | 08:00 ÀS 09:00 H | ADULTO (L) LOCAL: SALA DE DANÇAS

CIRCUIT TRAINING

UMA DAS MELHORES ESTRATÉGIAS DE EMAGRECIMENTO E DEFINIÇÃO MUSCULAR.

CT - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA | 15:20 ÀS 16:10 H | A PARTIR DE 15 ANOS (M) LOCAL: SALA DE DANÇAS

COREOGRAFIA

COREOGRAFIA - 5ª FEIRA | 09:00 ÀS 10:00 H | ADULTO (M) LOCAL: SALA DE DANÇAS

COREOGRAFIA - 5ª FEIRA | 10:00 ÀS 11:00 H | ADULTO (M) LOCAL: SALA DE DANÇAS

DANÇA DE SALÃO

DANÇA DE SALÃO - 3ª FEIRA | 20:30 ÀS 21:30 H | FAIXA ETÁRIA: LIVRE (M) LOCAL: SALÃO SOCIAL

DANÇA DO VENTRE

DANÇA DO VENTRE - 4ª FEIRA | 20:15 ÀS 21:15 H | A PARTIR DE 15 ANOS (M) LOCAL: SALA DE DANÇAS

DANÇA SENIOR

DANÇA SENIOR - 3ª FEIRA | 08:00 ÀS 08:50 H | ADULTO (L) LOCAL: SALÃO SOCIAL

FUTSAL

FUTSAL - 2ª FEIRA | 18:00 ÀS 19:00 H | 05 A 06 ANOS (M) LOCAL: QUADRA POLIESPORTIVA

FUTSAL - 2ª FEIRA | 20:00 ÀS 21:00 H L 05 A 06 ANOS (M) LOCAL: QUADRA POLIESPORTIVA

FUTSAL - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA | 09:15 ÀS 10:15 H | 08 A 11 ANOS (M) LOCAL: QUADRA POLIESPORTIVA

FUTSAL - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA | 15:00 ÀS 16:00 H | 10 A 12 ANOS (M) LOCAL: QUADRA POLIESPORTIVA

FUTSAL - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA | 16:00 ÀS 17:00 H | 11 A 14 ANOS (F) LOCAL: QUADRA POLIESPORTIVA

FUTSAL - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA | 17:00 ÀS 18:00 H | 11 A 14 ANOS LOCAL: QUADRA POLIESPORTIVA

FUTSAL - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA | 19:00 ÀS 20:00 H | 06 A 08 ANOS (M) LOCAL: QUADRA POLIESPORTIVA

FUTSAL - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA | 18:00 ÀS 19:00 H | 08 A 10 ANOS (M) LOCAL: QUADRA POLIESPORTIVA

FUTSAL - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA | 19:00 ÀS 20:00 H | TREINAMENTO (M) LOCAL: QUADRA POLIESPORTIVA

FUTSAL - 4ª FEIRA | 18:00 ÀS 19:00 H | 05 A 06 ANOS (M) LOCAL: QUADRA POLIESPORTIVA

SOCIETY - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA | 19:00 ÀS 20:00 H L 08 A 11 ANOS LOCAL: CAMPO SOCIETY

GINASTICA RITMICA

GINÁSTICA RITMICA - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA 16:30 ÀS 18:00 H MAIOR 09 ANOS (M)	LOCAL: SALÃO SOCIAL
GINÁSTICA RITMICA - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA 09:30 ÀS 11:00 H MAIOR 06 ANOS (M)	LOCAL: SALÃO SOCIAL

HIDROGINÁSTICA

HIDROGINÁSTICA - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA 19:00 ÀS 20:00 H MAIOR 15 ANOS (L)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
HIDROGINÁSTICA - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA 08:00 ÀS 08:50 H MAIOR 15 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
HIDROGINÁSTICA - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA 09:00 ÀS 09:50 H MAIOR 15 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
HIDROGINÁSTICA - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA 16:20 ÀS 17:10 H MAIOR 15 ANOS (L)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
HIDROGINÁSTICA - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA 17:20 ÀS 18:10 H MAIOR 15 ANOS (L)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
HIDROGINÁSTICA - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA 18:10 ÀS 19:00 H MAIOR 15 ANOS (L)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
HIDROGINÁSTICA - 4ª FEIRA E 6ª FEIRA 07:50 ÀS 08:40 H MAIOR 15 ANOS (L)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
HIDROGINÁSTICA - 4ª FEIRA E 6ª FEIRA 16:20 ÀS 17:10 H MAIOR 15 ANOS (L)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA

JAZZ

JAZZ - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA 08:20 ÀS 09:05 H 09 A 12 ANOS (M)	LOCAL: SALA DE DANÇAS
JAZZ - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA 09:05 ÀS 09:50 H 06 A 08 ANOS (M)	LOCAL: SALA DE DANÇAS
JAZZ - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA 09:50 ÀS 10:35 H 06 A 08 ANOS (M)	LOCAL: SALA DE DANÇAS
JAZZ - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA 10:35 ÀS 11:15 H 03 A 05 ANOS	LOCAL: SALA DE DANÇAS
JAZZ - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA 14:00 ÀS 14:45 H 09 A 12 ANOS (M)	LOCAL: SALA DE DANÇAS
JAZZ - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA 14:45 ÀS 15:30 H A PARTIR DE 13 ANOS (M)	LOCAL: SALA DE DANÇAS
JAZZ - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA 15:30 ÀS 16:15 H A PARTIR DE 13 ANOS	LOCAL: SALA DE DANÇAS
JAZZ - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA 16:15 ÀS 17:00 H 09 A 12 ANOS (M)	LOCAL: SALA DE DANÇAS

JIU JITSU

JIU JITSU - 2ª FEIRA, 6ª FEIRA-18:30 ÀS 20:00 H 4ª FEIRA-19:00 ÀS 21:00 H (M)	LOCAL: SALA DE LUTAS (IDADE: LIVRE)
---	-------------------------------------

JUMP

JUMP - 2ª FEIRA 19:15 ÀS 20:00 H A PARTIR DE 15 ANOS (L)	LOCAL: SALA DE DANÇAS
--	-----------------------

KARATE INFANTIL

KARATE INFANTIL - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA 19:00 ÀS 21:00 H IDADE: LIVRE (M)	LOCAL: SALA DE LUTAS
---	----------------------

NATAÇÃO

NATAÇÃO - 2ª FEIRA 20:10 ÀS 21:00 H (A) ADULTO (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 2ª FEIRA 20:10 ÀS 21:00 H (E) ADULTO (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 3ª FEIRA 07:00 ÀS 07:50 H ADULTO (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 3ª FEIRA 09:50 ÀS 10:40 H 05 A 09 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 3ª FEIRA 10:40 ÀS 11:20 H 04 A 07 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 3ª FEIRA 13:50 ÀS 14:40 H ADULTO (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 3ª FEIRA 14:40 ÀS 15:30 H 12 A 17 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 3ª FEIRA 15:30 ÀS 16:20 H 07 A 11 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 3ª FEIRA 19:00 ÀS 19:50 H (A) ADULTO (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 3ª FEIRA 19:00 ÀS 19:50 H (E) ADULTO (M)	LOCAL: PISCINA EXTERNA
NATAÇÃO - 3ª FEIRA 19:50 ÀS 20:40 H (A) ADULTO (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 3ª FEIRA 19:50 ÀS 20:40 H (E) ADULTO (M)	LOCAL: PISCINA EXTERNA
NATAÇÃO - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA 07:00 ÀS 07:50 H (E) ADULTO (INTERM./AV.) (M)	LOCAL: PISCINA EXTERNA
NATAÇÃO - 4ª FEIRA 07:00 ÀS 07:50 H (A) ADULTO INICIANTE (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 4ª FEIRA 07:00 ÀS 07:50 H (E) ADULTO (INTERM./AV.) (M)	LOCAL: PISCINA EXTERNA
NATAÇÃO - 4ª FEIRA 08:40 ÀS 09:30 H 09 A 12 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 4ª FEIRA 09:30 ÀS 10:20 H 07 A 09 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA

NATAÇÃO - 4ª FEIRA	10:20 ÀS 11:00 H	04 A 06 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 4ª FEIRA	11:00 ÀS 11:40 H	03 A 04 ANOS	LOCAL: PISCINA AQUECIDA (BEBÊ)
NATAÇÃO - 4ª FEIRA	13:50 ÀS 14:40 H	09 A 12 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 4ª FEIRA	14:40 ÀS 15:30 H	10 A 14 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 4ª FEIRA	15:30 ÀS 16:20 H	ADULTO (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 4ª FEIRA	20:10 ÀS 21:00 H (A)	ADULTO (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 4ª FEIRA	20:10 ÀS 21:00 H (E)	ADULTO (M)	LOCAL: PISCINA EXTERNA
NATAÇÃO - 4ª FEIRA E 6ª FEIRA	07:00 ÀS 07:50 H (E)	ADULTO (INTERM./AV.) (M)	LOCAL: PISCINA EXTERNA
NATAÇÃO - 4ª FEIRA	11:00 ÀS 11:40 H	04 A 05 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 5ª FEIRA	07:00 ÀS 07:50 H	ADULTO (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 5ª FEIRA	09:50 ÀS 10:40 H	05 A 09 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 5ª FEIRA	10:40 ÀS 11:20 H	04 A 07 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 5ª FEIRA	13:50 ÀS 14:40 H	ADULTO (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 5ª FEIRA	14:40 ÀS 15:30 H	12 A 17 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 5ª FEIRA	15:30 ÀS 16:20 H	06 A 08 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 5ª FEIRA	19:00 ÀS 19:50 H (A)	ADULTO (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 5ª FEIRA	19:00 ÀS 19:50 H (E)	ADULTO (M)	LOCAL: PISCINA EXTERNA
NATAÇÃO - 5ª FEIRA	19:50 ÀS 20:40 H (A)	ADULTO (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 5ª FEIRA	19:50 ÀS 20:40 H (E)	ADULTO (M)	LOCAL: PISCINA EXTERNA
NATAÇÃO - 6ª FEIRA	07:00 ÀS 07:50 H (A)	ADULTO INICIANTE (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 6ª FEIRA	08:40 ÀS 09:30 H	09 A 12 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 6ª FEIRA	09:30 ÀS 10:20 H	07 A 09 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 6ª FEIRA	10:20 ÀS 11:00 H	04 A 06 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 6ª FEIRA	11:00 ÀS 11:40 H	01 E MEIO A 03 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 6ª FEIRA	13:50 ÀS 14:40 H	09 A 12 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 6ª FEIRA	14:40 ÀS 15:30 H	10 A 14 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - 6ª FEIRA	15:30 ÀS 16:20 H	ADULTO (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - SÁBADO	08:00 ÀS 08:40 H	04 A 06 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - SÁBADO	08:40 ÀS 09:20 H	06 A 08 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - SÁBADO	09:20 ÀS 10:00 H	06 A 08 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - SÁBADO	10:00 ÀS 10:40 H	04 A 06 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - SÁBADO	10:40 ÀS 11:20 H	06 A 08 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - SÁBADO	11:20 ÀS 12:00 H	07 A 10 ANOS (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA
NATAÇÃO - SÁBADO	12:00 ÀS 13:00 H	TREINAMENTO (M)	LOCAL: PISCINA AQUECIDA

RITMOS

RITMOS- 2ª FEIRA	18:30 ÀS 19:00 (À PARTIR DE 15 ANOS)	LOCAL: SALA DE DANÇAS
------------------	---------------------------------------	-----------------------

SPINNING

AULAS POR ORDEM DE CHEGADA DOS ALUNOS E LOTAÇÃO DA SALA.

SPINNING - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA	06:10 ÀS 06:50 H	ADULTO (*)	LOCAL: SALA DE SPINNING
SPINNING - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA	07:15 ÀS 08:00 H	ADULTO (*)	LOCAL: SALA DE SPINNING
SPINNING - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA	08:15 ÀS 09:00 H	ADULTO (*)	LOCAL: SALA DE SPINNING
SPINNING - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA	16:15 ÀS 17:00 H	ADULTO (*)	LOCAL: SALA DE SPINNING
SPINNING - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA	17:30 ÀS 18:15 H	ADULTO (*)	LOCAL: SALA DE SPINNING
SPINNING - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA	18:15 ÀS 19:00 H	ADULTO (*)	LOCAL: SALA DE SPINNING
SPINNING - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA	19:15 ÀS 20:00 H	ADULTO (*)	LOCAL: SALA DE SPINNING
SPINNING - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA	20:15 ÀS 21:00 H	ADULTO (*)	LOCAL: SALA DE SPINNING
SPINNING - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA	07:00 ÀS 07:45 H	ADULTO (*)	LOCAL: SALA DE SPINNING
SPINNING - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA	08:00 ÀS 08:45 H	ADULTO (*)	LOCAL: SALA DE SPINNING
SPINNING - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA	17:15 ÀS 18:00 H	ADULTO (*)	LOCAL: SALA DE SPINNING
SPINNING - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA	18:15 ÀS 19:00 H	ADULTO (*)	LOCAL: SALA DE SPINNING

SPINNING - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA 19:15 ÀS 20:00 H ADULTO (*)	LOCAL: SALA DE SPINNING
SPINNING - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA 20:15 ÀS 21:00 H ADULTO (*)	LOCAL: SALA DE SPINNING
SPINNING - 6ª FEIRA 06:00 ÀS 06:45 H ADULTO (*)	LOCAL: SALA DE SPINNING
SPINNING - 6ª FEIRA 07:00 ÀS 07:45 H ADULTO (*)	LOCAL: SALA DE SPINNING
SPINNING - 6ª FEIRA 08:00 ÀS 08:45 H ADULTO (*)	LOCAL: SALA DE SPINNING
SPINNING - 6ª FEIRA 18:15 ÀS 19:00H ADULTO ()	LOCAL: SALA DE SPINNING

TENIS DE CAMPO

TÊNIS DE CAMPO - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA 15:00 ÀS 16:00 H (M)	LOCAL: QUADRAS DE TÊNIS
TÊNIS DE CAMPO - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA 16:00 ÀS 17:00 H TREINAMENTO (M)	LOCAL: QUADRAS DE TÊNIS
TÊNIS DE CAMPO - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA 17:00 ÀS 18:00 H ADULTO MASCULINO (M)	LOCAL: QUADRAS DE TÊNIS
TÊNIS DE CAMPO - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA 18:00 ÀS 19:00 H FEM.ADULTO INTERM. (M)	LOCAL: QUADRAS DE TÊNIS
TÊNIS DE CAMPO - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA 19:00 ÀS 20:00 H ADULTO FEMININO (M)	LOCAL: QUADRAS DE TÊNIS
TÊNIS DE CAMPO - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA 20:00 ÀS 21:00 H ADULTO MASCULINO (M)	LOCAL: QUADRAS DE TÊNIS
TÊNIS DE CAMPO - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA 06:00 ÀS 07:00 H ADULTO MASCULINO (M)	LOCAL: QUADRAS DE TÊNIS
TÊNIS DE CAMPO - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA 07:00 ÀS 08:00 H FEMININO ADULTO (M)	LOCAL: QUADRAS DE TÊNIS
TÊNIS DE CAMPO - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA 08:00 ÀS 09:00 H FEM.ADULTO INTERM. (M)	LOCAL: QUADRAS DE TÊNIS
TÊNIS DE CAMPO - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA 09:00 ÀS 10:00 H MIRIM (M)	LOCAL: QUADRAS DE TÊNIS
TÊNIS DE CAMPO - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA 10:00 ÀS 11:00 H BABY TÊNIS (M)	LOCAL: QUADRAS DE TÊNIS
TÊNIS DE CAMPO - 6ª FEIRA 06:00 ÀS 08:00 H ADULTO MASCULINO (M)	LOCAL: QUADRAS DE TÊNIS

TREINAMENTO FUNCIONAL

TF - 2ª FEIRA 19:00 ÀS 20:00 H (M) - FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 15 ANOS	LOCAL: SALÃO SOCIAL
TF - 4ª FEIRA 19:00 ÀS 20:00 H (M) - FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 15 ANOS	LOCAL: SALÃO SOCIAL

VOLEI ADAPTADO

VOLEI ADAPTADO -3ª FEIRA 10:00 ÀS 10:50 5ª FEIRA 08:00 ÀS 08:50 H ADULTO (L)	LOCAL: QUADRA POLIESPORTIVA
--	-----------------------------

VOLEIBOL

VOLEIBOL - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA 14:00 ÀS 15:30 H MISTO (L)	LOCAL: QUADRA POLIESPORTIVA
VOLEIBOL - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA 20:15 ÀS 21:15 ADULTO FEMININO	LOCAL: QUADRA POLIESPORTIVA

YOGA

YOGA - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA 17:30H AS 18:30H (M)	LOCAL: SALA DE YOGA
YOGA - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA 19:00 ÀS 20:00 H (M)	LOCAL: SALA DE YOGA
YOGA - 2ª FEIRA E 4ª FEIRA 20:00 ÀS 21:00 H (M)	LOCAL: SALA DE YOGA
YOGA - 3ª FEIRA 20:00 ÀS 21:00 H (M)	LOCAL: SALA DE YOGA
YOGA - 3ª FEIRA 21:00 ÀS 22:00 H (M)	LOCAL: SALA DE YOGA
YOGA - 4ª FEIRA 07:00H AS 08:00H (M)	LOCAL: SALA DE YOGA
YOGA - 4ª FEIRA 08:00 ÀS 09:00 H (M)	LOCAL: SALA DE YOGA
YOGA - 4ª FEIRA 09:00 ÀS 10:00 H (M)	LOCAL: SALA DE YOGA

ZUMBA

ZUMBA - 3ª FEIRA E 5ª FEIRA 18:30 ÀS 19:30 (A PARTIR 15 ANOS) (L)	LOCAL: SALÃO SOCIAL
--	---------------------

Total Geral: 142 Turma(s)