



SECRETARIA DE JUVENTUDE, ESPORTES E LAZER

DEPARTAMENTO DE ESPORTES – 2019

INICIAÇÃO ESPORTIVA (ATLETA DO FUTURO)

Ginásio Azulão

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa etária	Nº de Alunos	Local
1- NATAÇÃO	3ª e 5ª	9h00/10h00	avançado	15	Complexo Aquático
2- NATAÇÃO	3ª e 5ª	10h00/11h00	iniciação	15	Complexo Aquático
3- NATAÇÃO	3ª e 5ª	14h00/15h00	avançado	15	Complexo Aquático
4- NATAÇÃO	3ª e 5ª	15h00/16h00	iniciação	15	Complexo Aquático
5- NATAÇÃO	3ª e 5ª	16h00/17h00	iniciação	15	Complexo Aquático
6- NATAÇÃO	4ª e 6ª	9h00/10h00	avançado	15	Complexo Aquático
7- NATAÇÃO	4ª e 6ª	10h00/11h00	iniciação	15	Complexo Aquático
8- NATAÇÃO	4ª e 6ª	14h00/15h00	avançado	15	Complexo Aquático
9- NATAÇÃO	4ª e 6ª	15h00/16h00	iniciação	15	Complexo Aquático
10- G. ARTÍSTICA	3ª e 5ª	8h30/9h30	iniciação	15	Ginásio de Esportes
11- G. ARTÍSTICA	3ª e 5ª	9h30/10h30	iniciação	15	Ginásio de Esportes
12- G. ARTÍSTICA	3ª e 5ª	13h30/14h30	iniciação	15	Ginásio de Esportes
13- G. ARTÍSTICA	3ª e 5ª	14h30/16h00	avançado 1	15	Ginásio de Esportes
14- G. ARTÍSTICA	3ª e 5ª	16h00/18h00	avançado 2	15	Ginásio de Esportes
15- G. ARTÍSTICA	2ª e 6ª	8h30/9h30	iniciação	15	Ginásio de Esportes
16- G. ARTÍSTICA	2ª e 6ª	9h30/10h30	iniciação	15	Ginásio de Esportes
17- G. ARTÍSTICA	2ª e 6ª	13h30/14h30	iniciação	15	Ginásio de Esportes
18- G. ARTÍSTICA	2ª e 6ª	14h30/16h00	iniciação	15	Ginásio de Esportes
19- G. ARTÍSTICA	2ª e 6ª	16h00/17h00	iniciação	15	Ginásio de Esportes
20- ATLETISMO	2ª e 4ª	9h30/11h00	iniciação	25	Complexo Esportivo
21- ATLETISMO	2ª e 4ª	17h30/19h00	iniciação	25	Complexo Esportivo
22- BASQUETEBOL	3ª e 5ª	16h00/17h00	Sub 12	25	Ginásio de Esportes
23- BASQUETEBOL	3ª e 5ª	17h00/18h15	Sub 14	25	Ginásio de Esportes



MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa etária	Nº de Alunos	Local
23-VOLEIBOL – FEMININO	4ª e 6ª	13h30/15h00	Sub 14	25	Ginásio de Esportes
24-VOLEIBOL – MASCULINO	4ª e 6ª	15h00/16h00	Sub 14	25	Ginásio de Esportes
25-FUTSAL	3ª e 5ª	9h00/10h00	Sub 08	25	Ginásio de Esportes
26-FUTSAL	3ª e 5ª	10h00/11h00	Sub 10	25	Ginásio de Esportes
27-FUTSAL	3ª e 5ª	13h30/14h45	Sub 12	25	Ginásio de Esportes
28-FUTSAL	3ª e 5ª	14h45/16h00	Sub 14	25	Ginásio de Esportes
29-FUTEBOL	2ª e 4ª	8h00/9h30	SUB 10/12	35	Campo de futebol
30-FUTEBOL	2ª e 4ª	15h00/16h00	SUB 14	35	Campo de futebol
31-FUTEBOL	2ª e 4ª	16h00/17h00	SUB 12	35	Campo de futebol
32-FUTEBOL FEMININO	2ª e 4ª	18h00/19h30	7 à 15 anos	35	Campo de futebol

SELEÇÕES ESPORTIVAS

Ginásio Azulão

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa etária	Nº de Alunos	Local
33-BASQUETEBOL MASCULINO	3ª e 5ª	18h00/19h15	Sub 16	25	Ginásio de Esportes
34-BASQUETEBOL MASCULINO	3ª e 5ª	19h15/20h30	Sub 20	25	Ginásio de Esportes
35-VOLEIBOL FEMININO	4ª e 6ª	16h00/17h30	Sub 18	25	Ginásio de Esportes
36-VOLEIBOL MASCULINO	4ª e 6ª	17h30/19h00	Sub 18	25	Ginásio de Esportes
37-FUTEBOL MASCULINO	3ª e 5ª	19h00/20h30	Sub 17	35	Campo de futebol

ESPORTES - ADULTO

Ginásio Azulão

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa etária	Nº de Alunos	Local
38-BASQUETEBOL RECREATIVO	3ª e 5ª	20h30/21h45	ADULTO	25	Ginásio de Esportes
39- BASQUETEBOL RECREATIVO SUB 21	2ª - 17h00/19h00		SUB 21	25	Ginásio de Esportes
40-VOLEIBOL SELEÇÃO FEMININA	2ª e 4ª	19h00/20h30	ADULTO	25	Ginásio de Esportes
41-VOLEIBOL SELEÇÃO MASCULINA	2ª e 4ª	20h30/22h00	ADULTO	25	Ginásio de Esportes
42-NATAÇÃO	4ª e 6ª	8h00/9h00	ADULTO	15	Complexo Aquático
44-VOLEIBOL RECREATIVO FEM.	6ª - 19h00/20h30		ADULTO	25	Ginásio de Esportes



INICIAÇÃO ESPORTIVA (ATLETA DO FUTURO)

Parque José Pires Jr. (Florianópolis)

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa etária	Nº de Alunos	Local
45-ATLETISMO	3ª e 5ª	8h00/9h30	iniciação	25	Complexo Esportivo
46-ATLETISMO	3ª e 5ª	17h00/18:30	iniciação	25	Complexo Esportivo
47-FUTSAL/FUTEBOL	2ª, 4ª e 6ª	9h30/11h00	Sub 14	35	Quadra Poliesportiva
48-FUTSAL FEMININO	2ª e 4ª	8h30/9h30	Sub 14	25	Quadra Poliesportiva
49- FUTSAL/FUTEBOL	2ª, 4ª	15h00/16h00	Sub 12	25	Quadra Poliesportiva
50- FUTSAL FEMININO	2ª, 4ª e 6ª	16h00/17h00	Sub 12	35	Quadra Poliesportiva

Parque Américo Tonietti (Roseira de Baixo)

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa etária	Nº de Alunos	Local
51-ATLETISMO	2ª e 4ª	8h00/9h30	iniciação	25	Complexo Esportivo
52-ATLETISMO	2ª e 4ª	16h00/17h30	iniciação	25	Complexo Esportivo
53-FUTSAL	4ª e 6ª	8h00/09h30	Sub 14	25	Quadra Poliesportiva
54-FUTSAL	4ª e 6ª	09h30/11h00	Sub 12	25	Quadra Poliesportiva
55-FUTSAL	4ª e 6ª	13h00/14h30	Sub 12	25	Quadra Poliesportiva
55-FUTSAL	4ª e 6ª	14h30/16h00	Sub 14	25	Quadra Poliesportiva
57-FUTEBOL	3ª e 5ª	9h00/11h00	Sub 12/14	35	Campo de futebol
58-FUTEBOL	3ª e 5ª	15h00/17h00	Sub 10/12	35	Campo de futebol

Parque Menegon (São José)

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa etária	Nº de Alunos	Local
59-FUTSAL	3ª e 5ª	8h00/9h30	Sub 10	25	Quadra Poliesportiva
60-FUTSAL	3ª e 5ª	14h00/15h00	Sub 12	25	Quadra Poliesportiva
61-FUTSAL	3ª e 5ª	15h00/16h00	Sub 14	25	Quadra Poliesportiva



SECRETARIA DE JUVENTUDE, ESPORTES E LAZER
DEPARTAMENTO DE ESPORTES – 2019

INICIAÇÃO ESPORTIVA (ATLETA DO FUTURO)

Parque Benedito Bergamasco (Nova Jaguarina)

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa etária	Nº de Alunos	Local
62-FUTSAL	3ª e 5ª	10h00/11h00	Sub 14	25	Quadra Poliesportiva
63-FUTSAL	2ª e 4ª	13:45/14:45	Sub 12	25	Quadra Poliesportiva

Parque Serra Dourada (Nassif)

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa Etária
64 - NATAÇÃO	4ª e 6ª	8h50/9h40	8 a 11 anos
65 - NATAÇÃO	4ª e 6ª	9h40/10h30	12 a 17 anos
66 - NATAÇÃO	4ª e 6ª	14h50/15h40	8 a 11 anos
67 - NATAÇÃO	4ª e 6ª	15h40/16h30	12 a 17 anos
68 - NATAÇÃO	4ª e 6ª	16h30/17h20	adulto
69 - NATAÇÃO	3ª e 5ª	8h50/9h40	12 a 17 anos
70 - NATAÇÃO	3ª e 5ª	9h40/10h30	8 a 11 anos
71 - NATAÇÃO	3ª e 5ª	14h50/15h40	12 a 17 anos
72 - NATAÇÃO	3ª e 5ª	15h40/16h30	8 a 11 anos
73 - NATAÇÃO	3ª e 5ª	16h30/17h20	adulto



SECRETARIA DE JUVENTUDE, ESPORTES E LAZER
DEPARTAMENTO DE ESPORTES – 2019

PROJETO “ESPORTE PARA TODOS”

Ginásio Azulão

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa Etária
74 - TÊNIS DE MESA	3ª e 5ª	8h00/9h00	7 à 15 anos
64 - TÊNIS DE MESA	3ª e 5ª	9h00/10h00	7 à 15 anos
65 - TÊNIS DE MESA	3ª e 5ª	14h00/15h00	7 à 15 anos
66 - TÊNIS DE MESA	3ª e 5ª	15h00/16h00	7 à 15 anos
67 - TÊNIS DE MESA	3ª e 5ª	16h00/17h00	7 à 15 anos

TÊNIS DE MESA – RUGBY - TÊNIS

Parque José Pires Jr. (Florianópolis)

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa Etária
79 - TÊNIS DE MESA	3ª e 5ª	10h00/11h00	7 à 15 anos
80 - RUGBY	3ª e 5ª	8h00/9h30	7 à 15 anos
81 - RUGBY	3ª e 5ª	9h30/11h00	7 à 15 anos
82 - RUGBY	3ª e 5ª	15h00/16h30	7 à 15 anos
83 - RUGBY	3ª e 5ª	16h30/18h00	7 à 15 anos

Parque Serra Dourada (Nassif)

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa Etária
84 - TÊNIS	3ª e 5ª	08h00/09h30	7 à 15 anos
85 - TÊNIS	3ª e 5ª	09h30/11h00	7 à 15 anos
86 - TÊNIS	3ª e 5ª	14h00/15h30	7 à 15 anos
87 - TÊNIS	3ª e 5ª	15h30/17h00	7 à 15 anos



SECRETARIA DE JUVENTUDE, ESPORTES E LAZER
DEPARTAMENTO DE ESPORTES – 2019

APOIO – GUERREIROS DA PAZ

Parque José Pires Jr. (Florianópolis)

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa Etária
88 – JIU-JITSU	2ª e 4ª	9h30/10h30	6 a 17 anos
89 – JIU-JITSU	2ª e 4ª	14h30/15h30	6 a 17 anos

Parque Zezinho Theodoro (Cruzeiro do Sul)

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa Etária
90 – JIU-JITSU	3ª e 5ª	10h00/11h00	6 a 17 anos

Parque M. Estella B. Torres (Roseira de Cima)

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa Etária
91 – JIU-JITSU	3ª e 5ª	8h00/9h00	6 a 17 anos

Parque Serra Dourada (Nassif)

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa Etária
92 – JIU-JITSU	3ª e 5ª	19h40/20h40	6 a 17 anos

Parque dos Lagos

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa Etária
93 – JIU-JITSU	3ª e 5ª	18h00/19h00	6 a 17 anos

Parque Benedito Bergamasco (N. Jaguariúna)

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa Etária
94 – JIU-JITSU	3ª e 5ª	8h30/9h30	6 a 17 anos
95 – JIU-JITSU	2ª e 4ª	15h00/16h00	6 a 17 anos

Parque Menegon (São José)

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa Etária
96 – JIU-JITSU	3ª e 5ª/ 2ª e 4ª	16h30/17h30	6 a 17 anos

Parque Santa Maria

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa Etária
97 – JIU-JITSU	3ª e 5ª	17h00/18h00	TREINO ABERTO Á FAMILIA



SECRETARIA DE JUVENTUDE, ESPORTES E LAZER
DEPARTAMENTO DE ESPORTES – 2019

APOIO – JAGUARS RUGBY

Campo do Parque Florianópolis

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa Etária
98 - RUGBY	3ª e 5ª	19h30/21h00	ADULTO MASCULINO (15 +)
	DOMINGO	9h30 / 11h00	
99 - RUGBY	2ª e 4ª	19h30/21h00	ADULTO FEMININO (15+)
	DOMINGO	9h30 / 11h00	
100 - RUGBY	SÁBADO	9h30 / 11h00	7 a 14 anos misto

APOIO – CENTRO DE FORMAÇÃO DE TAEKWONDO
SÃO PAULO NÃO FOGE A LUTA FASE V

Parque Benedito Bergamasco (N. Jaguariúna)

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa Etária
TAEKWONDO	3ª e 5ª	11h00/12h00	7 a 17 anos
TAEKWONDO	3ª e 5ª	15h00/16h00	7 a 17 anos
TAEKWONDO	3ª e 5ª	16h00/17h00	7 a 17 anos

PARCERIA – SEJEL/UNIFAJ/E. M. OSCARLINA PIRES
TURATO

UNIFAJ – Campus II - Tanquinho

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa Etária
101 – ESPORTES	SÁBADO	9h00/11h00	10 a 15 anos



SECRETARIA DE JUVENTUDE, ESPORTES E LAZER
DEPARTAMENTO DE ESPORTES – 2019

APOIO – PROJETO TAEKWONDO FANTE

Condomínio Jaguariúna I

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa Etária
102 – TAEKWONDO	2ª e 4ª	9h00/10h00	6 a 17 anos
103– TAEKWONDO	2ª e 4ª	16h30/17h30	6 a 17 anos

Parque M. Estella B. TORRES (Roseira de Cima)

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa Etária
104– TAEKWONDO	2ª e 4ª	17h45/18h45	6 a 17 anos

Parque José Pires Jr. (Florianópolis)

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa Etária
105 - TAEKWONDO	3ª e 5ª	10h00/11h00	6 a 17 anos
106 - TAEKWONDO	3ª e 5ª	14h30/15h30	6 a 17 anos

Parque dos Lagos

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa Etária
107 – TAEKWONDO	3ª e 5ª	8h30/9h30	6 a 17 anos
108 – TAEKWONDO	3ª e 5ª	16h00/17h00	6 a 17 anos

Parque Serra Dourada (Nassif)

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa Etária
109 - TAEKWONDO	3ª e 5ª	17h30/18h30	6 a 17 anos



SECRETARIA DE JUVENTUDE, ESPORTES E LAZER
DEPARTAMENTO DE ESPORTES – 2019

ESPORTES – ADULTO

**PROJETO
CORRE JAGUARIÚNA**

GRUPO DE CORRIDA E TREINAMENTO FUNCIONAL

Centro de Lazer do Trabalhador “LEBRÃO”

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa etária	Nº de Alunos
110 – CORRE JAGUARIÚNA	2ª e 5ª	7h00/8h00	ADULTO	20
111- CORRE JAGUARIÚNA	2ª e 5ª	19h00/20h00	ADULTO	20

Parque dos Lagos

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa Etária	
112 – FUNCIONAL PARA CORRIDA	4ª	7h00/8h00	ADULTO	LIVRE
113 – FUNCIONAL PARA CORRIDA	4ª	19h00/20h00	ADULTO	LIVRE

CAPOEIRA

Condomínio Jaguaruana I

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa Etária
114 – CAPOEIRA	4ª e 6ª	10h20/11h10	INICIAÇÃO
115- CAPOEIRA	4ª e 6ª	11h10/12h00	INICIAÇÃO
116 - CAPOEIRA	4ª e 6ª	13h30/15h00	INICIAÇÃO

Parque M. Estella B. Torres (Roseira de Cima)

MODALIDADE	Dias da Semana	Horário	Faixa Etária
117- CAPOEIRA	4ª e 6ª	08h00/09h30	7 a 12 anos
118- CAPOEIRA	4ª e 6ª	09h30/10h30	12 a 17 anos
119- CAPOEIRA	4ª	14h00/15h30	7 a 12 anos
120- CAPOEIRA	4ª	15h00/h30	12 a 17 anos



SECRETARIA DE JUVENTUDE, ESPORTES E LAZER
DEPARTAMENTO DE ESPORTES – 2019

INSCRIÇÕES

AS INSCRIÇÕES DEVERÃO SER FEITAS NO HORÁRIO E LOCAL DAS AULAS DIRETAMENTE COM O PROFESSOR.

EXCEÇÃO

AS INSCRIÇÕES DE NATAÇÃO DO CONJUNTO AQUÁTICO DO CENTRO DE LAZER DO TRABALHADOR “LEBRÃO” DEVERÃO SER FEITAS NA SALA DA COORDENAÇÃO NO GINÁSIO DE ESPORTES EM HORÁRIO COMERCIAL – TELEFONE 3867-2898.



SECRETARIA DE JUVENTUDE, ESPORTES E LAZER
DEPTO. DE QUALIDADE DE VIDA – 2019

Programa VIVA MELHOR

SEGUNDA-FEIRA		
13h00 - 15h00	JOGOS DE MESA/TABULEIRO	RAIZES DA VIDA
15h00 - 16h00	V. ADAPTADO MASCULINO	GINÁSIO AZULÃO
16h00 - 17h00	V. ADAPTADO FEMININO	GINÁSIO AZULÃO
TERÇA-FEIRA		
07h30 - 9h00	V. ADAPTADO FEMININO 60+	GINÁSIO AZULÃO
09h00 - 11h30	JOGOS DE MESA/TABULEIRO	Pq. SERRA DOURADA
10h00 - 11h00	COREOGRAFIA	PARQUE DOS LAGOS
13h00 - 15h00	JOGOS DE MESA/TABULEIRO	RAIZES DA VIDA
15h30 - 17h00	TÊNIS DE MESA	Pq. SERRA DOURADA
17h00 - 18h00	COREOGRAFIA	Pq. SERRA DOURADA
QUARTA-FEIRA		
07h30 - 09h00	V. ADAPTADO MASCULINO 50+ E 60+	GINÁSIO AZULÃO
08h30 - 12h00	JOGOS DE MESA /TABULEIRO	RAIZES DA VIDA
09h00 - 10h30	V. ADAPTADO FEMININO 50+	GINÁSIO AZULÃO
09h30 - 10h30	COREOGRAFIA	Pq. SERRA DOURADA
10h30 - 11h30	COREOGRAFIA / JORI	Pq. SERRA DOURADA
13h00 - 15h00	JOGOS DE MESA /TABULEIRO	RAIZES DA VIDA
16h00 - 17h00	COREOGRAFIA	GUEDES
QUINTA-FEIRA		
07h30 - 09h00	V. ADAPTADO FEMININO 60+	GINÁSIO AZULÃO
09h30 - 10h30	TÊNIS DE MESA	Pq. SERRA DOURADA
09h00 - 11h30	JOGOS DE MESA/TABULEIRO	Pq. SERRA DOURADA
10h00 - 11h00	COREOGRAFIA	PARQUE DOS LAGOS
13h00 - 15h00	JOGOS DE MESA/TABULEIRO	RAIZES DA VIDA
15h30 - 17h00	TÊNIS DE MESA	Pq. SERRA DOURADA
17h00 - 18h00	COREOGRAFIA	Pq. SERRA DOURADA
SEXTA-FEIRA		
07h30 - 09h00	V. ADAPTADO MASCULINO 50+ E 60+	GINÁSIO AZULÃO
08h00 - 09h30	JOGOS DE MESA/ TABULEIROS	CAPS
09h00 - 10h30	V. ADAPTADO FEMININO 50+	GINÁSIO AZULÃO
09h30 - 11h30	JOGOS DE MESA/ TABULEIROS	CENTRO DIA DO IDOSO
09h30 - 10h30	COREOGRAFIA	Pq. SERRA DOURADA
10h30 - 11h30	COREOGRAFIA	Pq. SERRA DOURADA
10h30 - 11h20	NATAÇÃO	PISCINAS SERRA
16h00 - 17h00	COREOGRAFIA	GUEDES



SECRETARIA DE JUVENTUDE, ESPORTES E LAZER

DEPTO. DE QUALIDADE DE VIDA – 2019

Programa VIVA MELHOR

INSCRIÇÕES

AS INSCRIÇÕES DEVERÃO SER FEITAS NO HORÁRIO E LOCAL DAS AULAS DIRETAMENTE COM O PROFESSOR, PREENCHER FICHA DE ANAMNESE E APRESENTAR ATESTADO MÉDICO.



SECRETARIA DE JUVENTUDE, ESPORTES E LAZER
DEPTO. DE QUALIDADE DE VIDA – 2019

Programa PROATIV

PARQUE JOSÉ PIRES JÚNIOR – FLORIANÓPOLIS		
Alongamento	Segunda e Quarta	07:10 às 08:00
Zumba	Terça-Feira	17:00 às 18:00
PARQUE BENEDITO BERGAMASCO – NOVA JAGUARIÚNA		
Ginástica Localizada	Segunda e Quarta	16:00 às 17:00
	Terça e Quinta	08:00 às 09:00
PARQUE SANTA MARIA – CENTRO		
Ginástica Localizada	Segunda e Quarta	07:30 às 08:30
		18:30 às 19:30
Alongamento	Segunda e Quarta	08:30 às 09:20
		16:00 às 16:50
Mix	Segunda e Quarta	17:00 às 18:00
Zumba	Sexta-Feira	08:00 às 09:00
		17:30 às 18:30
Trein. Funcional	Segunda e Quarta	14:50 às 15:40
Pilates	Segunda e Quarta	19:30 às 20:20
RITMOS	Sexta-Feira	07:10 ÀS 08:00
PARQUE MENEGON – SÃO JOSÉ		
Ginástica Localizada	Segunda e Quarta	09:30 às 10:30
PARQUE MARIA ESTELA BIANCO TORRES – ROSEIRA DE CIMA		
Ginástica Localizada	Segunda e Quarta	08:00 às 09:00
COMUNIDADE NOSSA SENHORA APARECIDA – GUEDES DE CIMA		
Alongamento	Terça e Quinta	16:10 às 17:00
Ginástica Localizada	Terça e Quinta	17:00 às 18:00
PARQUE SERRA DOURADA – JOÃO ALDO NASSIF		
Alongamento	Segunda e Quarta	17:00 às 17:50
	Terça e Quinta	07:30 às 08:20
		08:20 às 09:10
Lian Gong	Segunda e Quarta	09:30 às 10:30
Ginástica Localizada	Segunda e Quarta	16:00 às 17:00
Pilates	Terça e Quinta	09:30 às 10:20
Hidroginástica	Terça e Quinta	08:00 às 08:50
		14:00 às 14:50
	Quarta e Sexta	08:00 às 08:50
		14:00 às 14:50
CENTRO DE LAZER DO TRABALHADOR "LEBRÃO" (AZULÃO)		
Hidroginástica	Terça e Quinta	09:50 às 10:40
		14:50 às 15:40
	Quarta e Sexta	09:50 às 10:40



SECRETARIA DE JUVENTUDE, ESPORTES E LAZER
DEPTO. DE QUALIDADE DE VIDA – 2019

Programa PROATIV

PARQUE DOS LAGOS – 12 DE SETEMBRO		
Ginástica Localizada	Segunda e Quarta	08:00 às 09:00 18:00 às 19:00
	Terça e Quinta	08:00 às 09:00
Alongamento	Segunda e Quarta	17:10 às 18:00
	Terça e Quinta	07:10 às 08:00
		09:10 às 10:00
	18:10 às 19:00	
Lian Gong	Segunda e Quarta	07:10 às 08:00
Trein. Funcional	Terça e Quinta	07:00 às 07:50
		16:00 às 17:00
PARQUE JOSÉ THEODORO DE LIMA – CRUZEIRO DO SUL		
Ginástica Localizada	Terça e Quinta	07:30 às 08:30
Alongamento	Terça e Quinta	08:30 às 09:20



SECRETARIA DE JUVENTUDE, ESPORTES E LAZER

DEPTO. DE QUALIDADE DE VIDA – 2019

Programa PROATIV

INSCRIÇÕES

AS INSCRIÇÕES DEVERÃO SER FEITAS NA SECRETARIA DE JUVENTUDE, ESPORTES E LAZER OU NO LOCAL DAS AULAS DIRETAMENTE COM OS PROFESSORES. DEVERÁ PREENCHER ANAMNESE E APRESENTAR ATESTADO MÉDICO.



SECRETARIA DE JUVENTUDE, ESPORTES E LAZER

DEPTO. DE QUALIDADE DE VIDA – 2019

CAMPEONATOS AMADORES

Programação

	SELETIVA FUTEBOL	AMADOR FUTEBOL	VÔLEI DE PRAIA	FUTSAL VETERANOS	FUTEBOL SÊNIOR
ABERTURA INSCRIÇÕES	07/jan	29/jan	11/fev	15/abr	22/abr
ENCERRAMENTO INSCRIÇÕES	18/jan	20/fev	27/fev	10/mai	16/mai
CONGRESSO TÉCNICO	28/jan	25/fev	11/mar	27/mai	27/mai
1ª RODADA DA COMPETIÇÃO	02/fev	08/mar	16/mar	02/jun	02/jun
FINAL DA COMPETIÇÃO	24/fev	18/mai	31/mar	04/ago	28/jul
	FUTEBOL VETERANOS	SELETIVA FUTSAL	FUTSAL AMADOR	FUTEBOL MASTER	
ABERTURA INSCRIÇÕES	08/jul	15/jul	05/ago	16/set	
ENCERRAMENTO INSCRIÇÕES	01/ago	26/jul	22/ago	04/out	
CONGRESSO TÉCNICO	12/ago	08/ago	02/set	14/out	
1ª RODADA DA COMPETIÇÃO	17/ago	17/ago	13/set	20/out	
FINAL DA COMPETIÇÃO	13/out	01/set	08/nov	01/dez	

INFORMAÇÕES SOBRE O PERÍODO DE INSCRIÇÕES, DOCUMENTOS E LOCAL SERÃO AMPLAMENTE DIVULGADAS COM ANTECEDÊNCIA PELA **SECRETARIA DE JUVENTUDE, ESPORTES E LAZER.**