

HORÁRIOS DAS MODALIDADES ESPORTIVAS E PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA*Atualizado: 16/09/2021***COREOGRAFIA - JOMI (JOGOS DA MELHOR IDADE)**

Local	Dias	Horários	Público	Faixa Etária
INCA	Segunda	14:00 às 15:00	MISTO	Livre
	Quarta			
	Sexta			

DAMAS

Local	Dias	Horários	Público	Faixa Etária
PRAÇA DA JUVENTUDE	Quarta	10:00 às 12:00	MISTO	a partir de 5
		14:00 às 16:00	MISTO	a partir de 5
PÉROLA NEGRA	Segunda / Terça	15:00 às 16:00	MISTO	a partir de 5
CASA DAS MENINAS	Terça	13:30 às 15:30	MISTO	a partir de 5

DANÇA DE SALÃO

Local	Dias	Horários	Público	Faixa Etária
INCA	Quarta	20:30 às 21:30	MISTO	Livre

DANÇA DO VENTRE

Local	Dias	Horários	Público	Faixa Etária
PRAÇA DA JUVENTUDE	Segunda / Terça Quarta	18:00 às 19:00	FEMININO	Livre
BETHEL	Quarta	09:30 às 10:30	FEMININO	Livre
		13:00 às 14:00		

FIT DANCE

Local	Dias	Horários	Público	Faixa Etária
PRAÇA DA JUVENTUDE	Segunda / Terça Quarta	19:00 às 20:00	MISTO	Livre
	Segunda / Terça Quarta	20:00 às 21:00	MISTO	Livre

RITMOS

Local	Dias	Horários	Público	Faixa Etária
APAPE	Terça	08:00 às 09:00	MISTO	Livre
	Quinta	18:00 às 19:00	MISTO	Livre
INCA	Segunda / Sexta	08:00 às 09:00	MISTO	Livre
	Quarta	08:00 às 09:00	MISTO	Livre
PARÓQUIA VILA SÃO LUIZ	Quarta	19:00 às 20:00	MISTO	Livre

PARÓQUIA VILA MARIA	Quarta / Sexta	08:00 às 09:00	MISTO	Livre
GINÁSIO MUNICIPAL	Segunda / Quarta Sexta	19:00 às 20:00	MISTO	Livre
PRAÇA DA JUVENTUDE	Quinta	19:00	MISTO	Livre

TÊNIS DE MESA

Local	Dias	Horários	Público	Faixa Etária
GINÁSIO MUNICIPAL	Terça / Quinta	18:00 às 19:00	MISTO	Livre

YOGA

Local	Dias	Horários	Público	Faixa Etária
APAPE	Terça / Quinta	09:00 às 10:00	MISTO	Livre

MINOBOL (VOLEI ADAPTADO)

Local	Dias	Horários	Público	Faixa Etária
INCA	Segunda / Quarta Sexta	08:00 às 09:30	Feminino	50 a 60 anos
		09:30 às 11:00	Feminino	70 a 80 anos
	Terça e Quinta	08:00 às 09:30	Masculino	50 a 70 anos

GINÁSTICA

Local	Dias	Horários	Público	Faixa Etária
GINÁSIO MUNICIPAL	Segunda / Quarta	07:00 às 08:00	MISTO	Livre
		08:00 às 09:00	MISTO	Livre
		16:00 às 17:00	MISTO	Livre

NATAÇÃO

Local	Dias	Horários	Público	Faixa Etária
APAPE	Segunda / Quarta	10:00 às 11:00	MISTO	Livre