

2ª feira		3ª feira		4ª feira		5ª feira		6ª feira	
08h30 às 09h05	Funcional Kids Sandy Tatame 2	08h30 às 09h05	Funcional Kids Tatiane Tatame 2	08h30 às 09h05	Funcional Kids Sandy Tatame 2	08h30 às 09h05	Funcional Kids Tatiane Tatame 2	08h30 às 09h05	Funcional Kids Sandy Tatame 2
09h05 às 09h20	Lanche Kids Espaço Lúdico	09h05 às 09h20	Lanche Kids Espaço Lúdico	09h05 às 09h20	Lanche Kids Espaço Lúdico	09h05 às 09h20	Lanche Kids Espaço Lúdico	09h05 às 09h20	Lanche Kids Espaço Lúdico
09h20 às 09h55	Ballet Rafaela Sala 2	09h20 às 09h55	Ballet Isadora Espaço Lúdico	09h20 às 09h55	Ballet Rafaela Sala 2	09h20 às 09h55	Ballet Isadora Espaço Lúdico	09h20 às 09h55	Judô Nataly Tatame 1
09h20 às 09h55	Judô Nataly Tatame 1	09h20 às 09h55	Judô Jeyson Tatame 1	09h20 às 09h55	Judô Nataly Tatame 1	09h20 às 09h55	Judô Jeyson Tatame 1	10h10 às 10h40	Capoeira Fernanda 3 a 6 anos Espaço Lúdico
10h10 às 10h40	Capoeira Fernanda 3 a 6 anos Espaço Lúdico	10h10 às 10h40	Yoga Renata- 3 a 6 anos Espaço Lúdico	10h10 às 10h40	Capoeira Fernanda 3 a 6 anos Espaço Lúdico	10h10 às 10h40	Yoga Renata- 3 a 6 anos Espaço Lúdico		
		10h10 às 10h40	Jogos e Diversão Tatiane – 3 a 6 anos Tatame 2			10h10 às 10h40	Jogos e Diversão Tatiane – 3 a 6 anos Tatame 2		
14h30 às 15h05	Funcional Kids Sandy Tatame 2	14h30 às 15h05	Funcional Kids Lanna Tatame 2	14h30 às 15h05	Funcional Kids Sandy Tatame 2	14h30 às 15h05	Funcional Kids Lanna Tatame 2	14h30 às 15h05	Funcional Kids Sandy Tatame 2
15h05 às 15h20	Lanche Kids Espaço Lúdico	15h05 às 15h20	Lanche Kids Espaço Lúdico	15h05 às 15h20	Lanche Kids Espaço Lúdico	15h05 às 15h20	Lanche Kids Espaço Lúdico	15h05 às 15h20	Lanche Kids Espaço Lúdico
15h20 às 15h55	Ballet Gabriela Sala Zen	15h20 às 15h55	Ballet Isadora Sala 2	15h20 às 15h55	Ballet Gabriela Sala Zen	15h20 às 15h55	Ballet Isadora Sala 2	15h20 às 15h55	Ballet Gabriela Sala Zen
15h20 às 15h55	Judô Nataly Espaço Lúdico	15h20 às 15h55	Judô Jeyson Tatame 1	15h20 às 15h55	Judô Nataly Espaço Lúdico	15h20 às 15h55	Judô Jeyson Tatame 1	15h20 às 15h55	Judô Nataly Espaço Lúdico
16h10 às 16h40	Jogos e Diversão Lanna – 3 a 6 anos Espaço Lúdico	16h05 às 16h35	Yoga Renata- 3 a 6 anos Sala Zen	16h10 às 16h40	Jogos e Diversão Lanna – 3 a 6 anos Espaço Lúdico	16h05 às 16h35	Yoga Renata- 3 a 6 anos Sala Zen	16h10 às 16h40	Jogos e Diversão Lanna – 3 a 6 anos Espaço Lúdico
16h10 às 16h40	Capoeira Fernanda Sala 2			16h10 às 16h40	Capoeira Fernanda Sala 2			16h10 às 16h40	Capoeira Fernanda Sala 2
17h00 às 17h35	Ginastica Geral Prof. Ana Tatame 2			17h00 às 17h35	Ginastica Geral Prof. Ana Tatame 2			17h00 às 17h35	Ginastica Geral Prof. Ana Tatame 2

* Programa Eco Kids (6 aulas por semana: 4 terrestres e 2 aquáticas).

→ Eco Kids terrestre (6 aulas terrestres por semana).

* Traga em sua bag uma troca de roupa extra.

* Sua lancheira pode conter um lanchinho saudável para reenergizar entre as atividades.

* Traga seu squeeze.

* Natação: verificar com o consultor a disponibilidade de horários, níveis e vagas.

* Baby Care: 2ª a 6ª feira das 07h30 às 20h30 / Sábado das 09h00 às 14h00

* Aqui você pode brincar com segurança, enquanto aguarda sua aula começar.

* Horários e professores poderão ser alterados sem prévio aviso.



2ª feira		3ª feira		4ª feira		5ª feira		6ª feira	
08h30 às 09h05	Judô Nataly Tatame 1	08h30 às 09h05	Judô Jeyson Tatame 1	08h30 às 09h05	Ballet Rafaela Espaço Lúdico	08h30 às 09h05	Judô Jeyson Tatame 1	08h30 às 09h05	Judô Nataly Tatame 1
08h30 às 09h05	Ballet Rafaela Espaço Lúdico	08h30 às 09h05	Ballet Isadora Sala 2	09h05 às 09h20	Lanche Kids Espaço Lúdico	08h30 às 09h05	Ballet Isadora Sala 2	08h30 às 09h05	Ballet Rafaela Espaço Lúdico
09h05 às 09h20	Lanche Kids Espaço Lúdico	09h05 às 09h20	Lanche Kids Espaço Lúdico	09h20 às 09h55	Inic. Esportiva Sandy Tatame 2	09h05 às 09h20	Lanche Kids Espaço Lúdico	09h05 às 09h20	Lanche Kids Espaço Lúdico
09h20 às 09h55	Inic. Esportiva Sandy Tatame 2	09h20 às 09h55	Inic. Esportiva Tatiane Tatame 2	10h10 às 10h40	Capoeira Fernanda 3 a 6 anos Espaço Lúdico	09h20 às 09h55	Inic. Esportiva Tatiane Tatame 2	09h20 às 09h55	Inic. Esportiva Sandy Tatame 2
10h10 às 10h40	Capoeira Fernanda 3 a 6 anos Espaço Lúdico	10h10 às 10h40	Yoga Renata- 3 a 6 anos Espaço Lúdico	10h25 às 11h00	Judô Nataly Tatame 1	10h10 às 10h40	Yoga Renata- 3 a 6 anos Espaço Lúdico	10h10 às 10h40	Capoeira Fernanda 3 a 6 anos Espaço Lúdico
		10h10 às 10h40	Jogos e Diversão Tatiane – 3 a 6 anos Tatame 2			10h10 às 10h40	Jogos e Diversão Tatiane – 3 a 6 anos Tatame 2		
14h30 às 15h05	Judô Nataly Espaço Lúdico	14h30 às 15h05	Futsal Sandy Quadra	14h30 às 15h05	Judô Nataly Espaço Lúdico	14h30 às 15h05	Futsal Sandy Quadra	14h30 às 15h05	Judô Nataly Espaço Lúdico
14h30 às 15h05	Ballet Gabriela Sala Zen	14h30 às 15h05	Judô Jeyson Tatame 1	14h30 às 15h05	Ballet Gabriela Sala Zen	14h30 às 15h05	Judô Jeyson Tatame 1	14h30 às 15h05	Ballet Gabriela Sala Zen
15h05 às 15h20	Lanche Kids Espaço Lúdico	15h05 às 15h20	Lanche Kids Espaço Lúdico	15h05 às 15h20	Lanche Kids Espaço Lúdico	15h05 às 15h20	Lanche Kids Espaço Lúdico	15h05 às 15h20	Lanche Kids Espaço Lúdico
15h20 às 15h55	Inic. Esportiva Sandy Tatame 2	15h20 às 15h55	Inic. Esportiva Lanna Tatame 2	15h20 às 15h55	Inic. Esportiva Sandy Tatame 2	15h20 às 15h55	Inic. Esportiva Lanna Tatame 2	15h20 às 15h55	Inic. Esportiva Sandy Tatame 2
16h10 às 16h40	Jogos e Diversão Lanna - 3 a 6 anos Espaço Lúdico	16h05 às 16h35	Yoga Renata- 3 a 6 anos Sala Zen	16h10 às 16h40	Jogos e Diversão Lanna - 3 a 6 anos Espaço Lúdico	16h05 às 16h35	Yoga Renata- 3 a 6 anos Sala Zen	16h10 às 16h40	Jogos e Diversão Lanna - 3 a 6 anos Espaço Lúdico
17h00 às 17h35	Capoeira Fernanda Sala 2	17h15 às 17h50	Ballet Isadora Sala 2	17h00 às 17h35	Capoeira Fernanda Sala 2	17h15 às 17h50	Ballet Isadora Sala 2	17h00 às 17h35	Capoeira Fernanda Sala 2
17h45 às 18h20	Ginastica Geral Prof. Ana Tatame 2			17h45 às 18h20	Ginastica Geral Prof. Ana Tatame 2			17h45 às 18h20	Ginastica Geral Prof. Ana Tatame 2

* Programa Eco Kids (6 aulas por semana: 4 terrestres e 2 aquáticas).

→ Eco Kids terrestre (6 aulas terrestres por semana).

* Traga em sua bag uma troca de roupa extra.

* Sua lancheira pode conter um lanchinho saudável para reenergizar entre as atividades.

* Traga seu squeeze.

* Natação: verificar com o consultor a disponibilidade de horários, níveis e vagas.

* Baby Care: 2ª a 6ª feira das 07h30 às 20h30 / Sábado das 09h00 às 14h00

* Aqui você pode brincar com segurança, enquanto aguarda sua aula começar.

* Horários e professores poderão ser alterados sem prévio aviso.



2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
08h30 às 09h10 Futsal Lanna Quadra	08h30 às 09h10 Esportes de Quadra Lanna Quadra	08h30 às 09h15 Judô Nataly Tatame 1	08h30 às 09h10 Esportes de Quadra Lanna Quadra	08h30 às 09h10 Futsal Lanna Quadra
09h30 às 10h15 Jogos cooperativos Lanna Quadra	09h30 às 10h15 Futsal Lanna Quadra	08h30 às 09h10 Futsal Lanna Quadra	09h30 às 10h15 Futsal Lanna Quadra	09h30 às 10h15 Jogos cooperativos Lanna Quadra
09h30 às 10h00 Capoeira Fernanda Espaço Lúdico	09h30 às 10h00 Yoga Renata Sala 2	09h30 às 10h15 Jogos cooperativos Lanna Quadra	09h30 às 10h00 Yoga Renata Sala 2	09h30 às 10h00 Capoeira Fernanda Espaço Lúdico
10h15 às 10h25 Lanche Profs. Kids Arquibancada	10h15 às 10h25 Lanche Profs. Kids Arquibancada	09h30 às 10h00 Capoeira Fernanda Espaço Lúdico	10h15 às 10h25 Lanche Profs. Kids Arquibancada	10h15 às 10h25 Lanche Profs. Kids Arquibancada
10h25 às 11h10 Eco Jazz Rafaela Sala 2	10h25 às 11h10 Eco Jazz Isadora Sala 1	10h15 às 10h25 Lanche Profs. Kids Arquibancada	10h25 às 11h10 Eco Jazz Isadora Sala 1	10h25 às 11h10 Esportes de Quadra Lanna Quadra
10h25 às 11h10 Esportes de Quadra Lanna Quadra	10h25 às 11h10 Jogos cooperativos Sandy Quadra	10h25 às 11h10 Eco Jazz Rafaela Sala 2	10h25 às 11h10 Jogos cooperativos Sandy Quadra	10h25 às 11h10 Judô Nataly Tatame 1
10h25 às 11h10 Judô Nataly Tatame 1	10h25 às 11h10 Judô Jeyson Tatame 1	10h25 às 11h10 Esportes de Quadra Lanna Quadra	10h25 às 11h10 Judô Jeyson Tatame 1	
14h30 às 15h10 Jogos cooperativos Luis Felipe Quadra	15h30 às 16h15 Futsal Luis Felipe Quadra	14h30 às 15h10 Jogos cooperativos Luis Felipe Quadra	15h30 às 16h15 Futsal Luis Felipe Quadra	14h30 às 15h10 Jogos cooperativos Luis Felipe Quadra
15h30 às 16h15 Futsal Gabriel Quadra	16h15 às 16h25 Lanche Profs. Kids Arquibancada	15h30 às 16h15 Futsal Gabriel Quadra	16h15 às 16h25 Lanche Profs. Kids Arquibancada	15h30 às 16h15 Futsal Gabriel Quadra
15h30 às 16h00 Capoeira Fernanda Sala 2	16h25 às 17h10 Eco Jazz Isadora Sala 2	15h30 às 16h00 Capoeira Fernanda Sala 2	16h25 às 17h10 Eco Jazz Isadora Sala 2	15h30 às 16h00 Capoeira Fernanda Sala 2
16h15 às 16h25 Lanche Profs. Kids Arquibancada	16h25 às 17h10 Judô Jeyson Tatame 1	16h15 às 16h25 Lanche Profs. Kids Arquibancada	16h25 às 17h10 Judô Jeyson Tatame 1	16h15 às 16h25 Lanche Profs. Kids Arquibancada
16h25 às 17h10 Eco Jazz Gabriela Sala Zen	16h40 às 17h10 Yoga Renata Sala Zen	16h25 às 17h10 Eco Jazz Gabriela Sala Zen	16h40 às 17h10 Yoga Renata Sala Zen	16h25 às 17h10 Eco Jazz Gabriela Sala Zen
16h25 às 17h10 Judô Nataly Tatame 1		16h25 às 17h10 Judô Nataly Tatame 1		16h25 às 17h10 Judô Nataly Tatame 1
18h30 às 19h15 Ginastica Geral Prof. Ana Tatame 2		18h15 às 19h00 Ballet Márcia Espaço Lúdico		18h30 às 19h15 Ginastica Geral Prof. Ana Tatame 2
		18h30 às 19h15 Ginastica Geral Prof. Ana Tatame 2		

Sábado

11h20 às 12h05	Stret Dance K e T Isaque – 07 a 13 anos Sala 2
----------------	---

- * Programa Eco Kids (6 aulas por semana: 4 terrestres e 2 aquáticas).
- Eco Kids terrestre (6 aulas terrestres por semana).
- * Traga em sua bag uma troca de roupa extra.
- * Para sua segurança, nas aulas de quadra uso obrigatório de tênis.
- * Sua lancheira pode conter um lanchinho saudável para reenergizar entre as atividades.
- * Traga seu squeeze.
- * Natação: verificar com o consultor a disponibilidade de horários, níveis e vagas.
- * Baby Care: 2ª a 6ª feira das 07h30 às 20h30 / Sábado das 09h00 às 14h00
- * Aqui você pode brincar com segurança, enquanto aguarda sua aula começar.

* Horários e professores poderão ser alterados sem prévio aviso.



2ª feira		3ª feira		4ª feira		5ª feira		6ª feira	
08h30 às 09h10	Futsal Lanna Quadra	08h30 às 09h10	Esportes de Quadra Lanna Quadra	08h30 às 09h10	Futsal Lanna Quadra	08h30 às 09h10	Esportes de Quadra Lanna Quadra	08h30 às 09h10	Futsal Lanna Quadra
09h30 às 10h00	Capoeira Fernanda Espaço Lúdico	09h30 às 10h00	Yoga Renata Sala 2	08h30 às 09h15	Judô Nataly Tatame	09h30 às 10h00	Yoga Renata Sala 2	09h30 às 10h00	Capoeira Fernanda Espaço Lúdico
09h30 às 10h15	Jogos cooperativos Lanna Quadra	09h30 às 10h15	Futsal Lanna Quadra	09h30 às 10h00	Capoeira Fernanda Espaço Lúdico	09h30 às 10h15	Futsal Lanna Quadra	09h30 às 10h15	Jogos cooperativos Lanna Quadra
10h15 às 10h25	Lanche Kids Arquibancada	10h15 às 10h25	Lanche Kids Arquibancada	09h30 às 10h15	Jogos cooperativos Lanna Quadra	10h15 às 10h25	Lanche Kids Arquibancada	10h15 às 10h25	Lanche Kids Arquibancada
10h25 às 11h10	Esportes de Quadra Lanna Quadra	10h25 às 11h10	Jogos cooperativos Sandy Quadra	10h15 às 10h25	Lanche Kids Arquibancada	10h25 às 11h10	Jogos cooperativos Sandy Quadra	10h25 às 11h10	Esportes de Quadra Lanna Quadra
10h25 às 11h10	Judô Nataly Tatame	10h25 às 11h10	Judô Jeyson Tatame	10h25 às 11h10	Esportes de Quadra Lanna Quadra	10h25 às 11h10	Judô Jeyson Tatame	10h25 às 11h10	Judô Nataly Tatame
10h25 às 11h10	Eco Jazz Rafaela Sala Zen	10h25 às 11h10	Eco Jazz Isadora Sala 1	10h25 às 11h10	Eco Jazz Rafaela Sala Zen	10h25 às 11h10	Eco Jazz Isadora Sala 1		
15h15 às 16h00	Musculação Teens Profs. Musc. Musculação	15h15 às 16h00	Yoga Teens Renata 10 a 16 anos Sala Zen	15h15 às 16h00	Musculação Teens Profs. Musc. Musculação	15h15 às 16h00	Yoga Teens Renata 10 a 16 anos Sala Zen	15h15 às 16h00	Musculação Teens Profs. Musc. Musculação
15h30 às 16h00	Capoeira Fernanda Sala 2	16h15 às 16h25	Lanche Kids Arquibancada	15h30 às 16h00	Capoeira Fernanda Sala 2	16h15 às 16h25	Lanche Kids Arquibancada	15h30 às 16h00	Capoeira Fernanda Sala 2
16h15 às 16h25	Lanche Kids Arquibancada	16h25 às 17h10	Judô Jeyson Tatame	16h15 às 16h25	Lanche Kids Arquibancada	16h25 às 17h10	Judô Jeyson Tatame	16h15 às 16h25	Lanche Kids Arquibancada
16h15 às 17h00	Musculação Teens Profs. Musc. Musculação	16h25 às 17h10	Futsal Luis Felipe Quadra	16h15 às 17h00	Musculação Teens Profs. Musc. Musculação	16h25 às 17h10	Futsal Luis Felipe Quadra	16h15 às 17h00	Musculação Teens Profs. Musc. Musculação
16h25 às 17h10	Judô Nataly Tatame	17h15 às 18h00	Voleibol Teens Luis F. 10 a 16 anos Quadra	16h25 às 17h10	Judô Nataly Tatame	17h15 às 18h00	Voleibol Teens Luis F. 10 a 16 anos Quadra	16h25 às 17h10	Judô Nataly Tatame
16h25 às 17h10	Esportes de Quadra Luis Felipe Quadra	16h25 às 17h10	Eco Jazz Isadora Sala 1	16h25 às 17h10	Esportes de Quadra Luis Felipe Quadra	16h25 às 17h10	Eco Jazz Isadora Sala 1	16h25 às 17h10	Esportes de Quadra Luis Felipe Quadra
17h15 às 18h00	Futsal Gabriel Quadra			17h15 às 18h00	Futsal Gabriel Quadra			17h15 às 18h00	Futsal Gabriel Quadra
17h15 às 17h55	Eco Jazz Gabriela Sala Zen			17h15 às 17h55	Eco Jazz Gabriela Sala Zen			17h15 às 17h55	Eco Jazz Gabriela Sala Zen
18h30 às 19h15	Ginastica Geral Prof. Ana Tatame 2			18h30 às 19h15	Ginastica Geral Prof. Ana Tatame 2			18h30 às 19h15	Ginastica Geral Prof. Ana Tatame 2
Sábado									
								11h20 às 12h05	Stret Dance K e T Isaque – 07 a 13 anos Sala 2

* Programa Eco Kids (6 aulas por semana: 4 terrestres e 2 aquáticas).

* Eco Kids terrestre (6 aulas terrestres por semana).

* Traga em sua bag uma troca de roupa extra.

*Para sua segurança, nas aulas de quadra uso obrigatório de tênis.

* Sua lancheira pode conter um lanchinho saudável para reenergizar entre as atividades.

* Traga seu squeeze.

* Natação: verificar com o consultor a disponibilidade de horários, níveis e vagas.

* Baby Care: 2ª a 6ª feira das 07h30 às 20h30 / Sábado das 09h00 às 14h00

* Aqui você pode brincar com segurança, enquanto aguarda sua aula começar.

* Horários e professores poderão ser alterados sem prévio aviso.

* 1ª aula na musculação é necessário o agendamento prévio



Grade Aquática Infantil

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
8:30	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	Desc. e Aprender 9h às 9h45
8:30	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Bebê II 9:00 as 9:30
8:30	Bebê II		Bebê I		Bebê I	Desc. e Aprender 9h45 às 10h30
9:15	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	Bebê I 9:30 as 10:00
9:15	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender 10h30 às 11h15
10:00	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	Bebê II 10:05 as 10:35
10:00	Bebê I	Bebê II	Bebê I	Bebê II	Bebê I	Bebê I 10:35 as 11:05
10:00	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Aprimorar 10h30 às 11h15
10:45	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Bebê II 11:10 as 11:40
14:45	Bebê I		Bebê I		Bebê I	Descobrir 11h15 às 12h
14:30	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	Bebê I 11:40 as 12:10
14:30	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender 12h às 12h45
15:15	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	
15:15	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	
15:20	Bebê II		Bebê II		Bebê II	
16:00	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	
16:00					Bebê I	
16:00	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	
16:45	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	
16:45	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	
17:30	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	
17:30	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	
17:50	Bebê II	Bebê I	Bebê II	Bebê I	Bebê II	
18:15	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	
18:15	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	
18:30	Bebê I	Bebê II	Bebê I	Bebê II	Bebê I	
19:00	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	Desc. e Aprender	
19:00	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	Aprimorar	

 	Aprimorar
 	Descobrir e Aprender
 	Bebê I 6 meses a 2 anos
 	Bebê II 2 a 3 anos