



HORÁRIOS DAS ATIVIDADES



Atividades Esportivas

TENIS		LOCALIZADA
<u>Prof. Reinaldo / Lucas</u> 2ª e 4ª Feira Das 07h00 às 10h00 3ª, 5ª e 6ª Feira Das 07h00 às 09h00 2ª à 6ª Feira Das 15h00 às 19h00 Nos horários que as quadras não estiverem em atividade de aulas, o associado poderá utilizá-la.		<u>Prof. Rodrigo</u> 2ª e 4ª Feira Das 17h15 às 18h00 1º Andar - Prédio Novo <u>Prof. Stephany</u> 2ª, 4ª e 6ª Feira Das 07h00 às 08h00 1º Andar - Prédio Novo Sala Múltiplo Uso
BALLET		LOCALIZADA AVANÇADA
<u>Prof.ª. Giulha - Sala de Dança</u> 2ª e 4ª Feira Das 07h15 às 08h00 Adulto Iniciante Das 08h00 às 09h00 Adulto Intermediário Das 15h00 às 15h45 Acima de 12 anos Das 15h45 às 16h30 De 9 a 12 anos Das 16h30 às 17h15 De 7 a 9 anos Das 17h15 às 18h00 Adulto Intermediário <u>Prof.ª. Ana Carolina - Sala de Dança</u> 6ª Feira Das 17h45 às 18h25 Iniciante Adulto Das 18h30 às 19h10 Infantil - De 5 a 7 anos Sábado Das 09h45 às 10h30 Juvenil - De 5 e 7 anos <u>Prof.ª. Ana Carolina - Sala Múltiplo Uso</u> 2ª e 4ª Feira Das 15h00 às 16h00 Iniciação Inf. - 5 a 7 anos Das 16h00 às 17h00 Iniciação Inf. - 8 a 12 anos 4ª Feira Das 19h15 às 19h55 Infantil - De 5 a 7 anos Das 20h00 às 20h55 Juvenil - De 8 a 12 anos		<u>Prof. Rodrigo</u> 2ª, 4ª e 6ª Feira Das 08h00 às 09h00 Sala Funcional CIRCUITO FUNCIONAL ADULTO <u>Prof.ª. Stephany</u> 2ª e 4ª Feira Das 16h30 às 17h00 Sala Funcional Das 19h00 às 19h45 Sala Funcional <u>Prof. Rodrigo</u> 3ª e 5ª Feira Das 08h00 às 08h45 Sala Funcional Sábado Das 09h00 às 09h50 Sala Funcional MUSCULAÇÃO <u>Professores: Alef, Stephany, Carla, Jovair, Mônica, Patrícia, Rodrigo, Suellen Paes e Suellen Teche.</u> 2ª à 6 Feira Das 05h00 às 21h30 Sábado Das 07h00 às 15h00 Domingo Das 08h00 às 12h00
JAZZ		SPINNING TEEN
<u>Prof.ª. Giulha - Sala de Dança</u> 2ª e 4ª Feira Das 09h15 às 10h00 Iniciante Adulto Das 18h30 às 19h15 Intermediário Adulto Das 19h30 às 20h10 Juvenil - De 8 a 12 anos Das 20h15 às 20h55 Intermediário Adulto 3ª e 5ª Feira Das 08h15 às 09h00 Intermediário Adulto Das 09h10 às 10h00 Iniciação - De 5 a 7 anos Das 15h30 às 16h10 Teen 1 - De 10 a 12 anos Das 16h15 às 16h55 Teen 2 - Acima de 12 anos Das 17h00 às 17h40 Intermediário Adulto Das 17h45 às 18h25 Infantil 1 - De 5 a 7 anos Das 18h45 às 19h25 Infantil 2 - De 7 a 9 anos <u>Prof.ª. Ana Carolina - Sala de Dança</u> 6ª Feira Das 08h15 às 09h00 Iniciante Adulto Das 17h às 17h45 Iniciante Adulto Das 19h10 às 20h00 Infantil 1 - De 5 a 7 anos Sábado Das 08h15 às 09h00 Juvenil - De 8 a 12 anos Das 09h00 às 09h45 Infantil 1 - De 5 a 7 anos Das 10h30 às 12h00 Iniciante Adulto <u>Prof.ª. Ana Carolina - Sala Múltiplo Uso</u> 3ª e 5ª Feira Das 15h00 às 16h00 Infantil 1 - De 5 a 7 anos Das 16h00 às 17h00 Infantil 2 - De 8 a 12 anos		<u>Prof.ª. Stephany</u> 3ª e 5ª Feira Das 16h00 às 16h30 <u>Prof.ª. Stephany</u> Idade: De 11 a 15 anos.
JAZZ		SPINNING
<u>Prof.ª. Giulha - Sala de Dança</u> 2ª e 4ª Feira Das 09h15 às 10h00 Iniciante Adulto Das 18h30 às 19h15 Intermediário Adulto Das 19h30 às 20h10 Juvenil - De 8 a 12 anos Das 20h15 às 20h55 Intermediário Adulto 3ª e 5ª Feira Das 08h15 às 09h00 Intermediário Adulto Das 09h10 às 10h00 Iniciação - De 5 a 7 anos Das 15h30 às 16h10 Teen 1 - De 10 a 12 anos Das 16h15 às 16h55 Teen 2 - Acima de 12 anos Das 17h00 às 17h40 Intermediário Adulto Das 17h45 às 18h25 Infantil 1 - De 5 a 7 anos Das 18h45 às 19h25 Infantil 2 - De 7 a 9 anos <u>Prof.ª. Ana Carolina - Sala de Dança</u> 6ª Feira Das 08h15 às 09h00 Iniciante Adulto Das 17h às 17h45 Iniciante Adulto Das 19h10 às 20h00 Infantil 1 - De 5 a 7 anos Sábado Das 08h15 às 09h00 Juvenil - De 8 a 12 anos Das 09h00 às 09h45 Infantil 1 - De 5 a 7 anos Das 10h30 às 12h00 Iniciante Adulto <u>Prof.ª. Ana Carolina - Sala Múltiplo Uso</u> 3ª e 5ª Feira Das 15h00 às 16h00 Infantil 1 - De 5 a 7 anos Das 16h00 às 17h00 Infantil 2 - De 8 a 12 anos		2ª Feira Das 07h10 às 07h40 <u>Prof.ª. Suellen Teche</u> Das 17h30 às 18h00 <u>Prof.ª. Stephany</u> Das 18h15 às 18h45 <u>Prof.ª. Suellen Paes</u> 3ª Feira Das 06h10 às 06h45 <u>Prof.ª. Dayanne</u> Das 07h10 às 07h45 <u>Prof. Jovair</u> Das 17h30 às 18h00 <u>Prof. Rodrigo</u> Das 18h15 às 18h45 <u>Prof. Rodrigo</u> 4ª Feira Das 07h10 às 07h45 <u>Prof. Jovair</u> Das 17h30 às 18h00 <u>Prof.ª. Stephany</u> Das 18h15 às 18h45 <u>Prof.ª. Suellen Paes</u> 5ª Feira Das 06h10 às 06h45 <u>Prof.ª. Dayanne</u> Das 07h10 às 07h45 <u>Prof. Jovair</u> Das 17h30 às 18h00 <u>Prof. Rodrigo</u> Das 18h15 às 18h45 <u>Prof. Rodrigo</u> 6ª Feira Das 07h10 às 07h40 <u>Prof.ª. Suellen Teche</u> Das 18h15 às 18h45 <u>Prof.ª. Stephany</u> Sábado Das 08h15 às 08h45 <u>Prof.ª. Suellen Teche</u> Das 09h15 às 09h45 <u>Prof.ª. Suellen Teche</u> JUMP RITMOS <u>Prof.ª. Dayanne</u> 3ª e 5ª Feira Das 18h00 às 19h00 Sala Funcional

ALONGAMENTO		FUTEBOL SOCIETY
<u>Prof.ªs. Stephany / Suellen Paes</u> 2ª e 4ª Feira Das 08h00 às 08h45 1º Andar - Prédio Novo 2ª, 4ª e 6ª Feira Das 09h00 às 09h45 1º Andar - Prédio Novo 3ª e 5ª Feira Das 17h15 às 18h00 1º Andar - Prédio Novo Das 18h15 às 19h00 1º Andar - Prédio Novo Sábado Das 8h00 às 8h50 1º Andar - Prédio Novo Sala Múltiplo Uso		Aulas de Futebol 2ª e 5ª Feira Das 07h50 às 08h50 De 6 a 12 anos 2ª e 4ª Feira Das 14h30 às 15h10 De 6 a 10 anos Das 15h10 às 15h50 De 11 a 13 anos Das 15h50 às 16h30 Idade 14+ Horários de Jogos 2ª Feira Das 17h00 às 20h00 Idade 50+ Das 20h00 às 22h00 Idade livre 3ª Feira Das 18h00 às 22h00 Idade 38+ 4ª e 5ª Feira Das 18h00 às 19h00 Idade livre 4ª e 5ª Feira FUTEBOL FEMINO Das 19h00 às 22h00 A partir 12 anos Domingo Das 16h00 às 18h00 Fut. família: Pais e filhos
FUTEBOL SOCIETY		EDUCATIVOS DE CORRIDA
Aulas de Futebol 2ª e 5ª Feira Das 07h50 às 08h50 De 6 a 12 anos 2ª e 4ª Feira Das 14h30 às 15h10 De 6 a 10 anos Das 15h10 às 15h50 De 11 a 13 anos Das 15h50 às 16h30 Idade 14+ Horários de Jogos 2ª Feira Das 17h00 às 20h00 Idade 50+ Das 20h00 às 22h00 Idade livre 3ª Feira Das 18h00 às 22h00 Idade 38+ 4ª e 5ª Feira Das 18h00 às 19h00 Idade livre 4ª e 5ª Feira FUTEBOL FEMINO Das 19h00 às 22h00 A partir 12 anos Domingo Das 16h00 às 18h00 Fut. família: Pais e filhos		<u>Prof. Adriano Sampaio</u> Sábado - Campo Society Das 08h00 às 09h00 Experientes Das 09h00 às 10h00 Iniciantes
FUTEBOL SOCIETY		BALLNESS
Aulas de Futebol 2ª e 5ª Feira Das 07h50 às 08h50 De 6 a 12 anos 2ª e 4ª Feira Das 14h30 às 15h10 De 6 a 10 anos Das 15h10 às 15h50 De 11 a 13 anos Das 15h50 às 16h30 Idade 14+ Horários de Jogos 2ª Feira Das 17h00 às 20h00 Idade 50+ Das 20h00 às 22h00 Idade livre 3ª Feira Das 18h00 às 22h00 Idade 38+ 4ª e 5ª Feira Das 18h00 às 19h00 Idade livre 4ª e 5ª Feira FUTEBOL FEMINO Das 19h00 às 22h00 A partir 12 anos Domingo Das 16h00 às 18h00 Fut. família: Pais e filhos		<u>Prof.ª. Stephany</u> 2ª e 4ª Feira Das 18h10 às 19h00 Sala de Yoga <u>Prof.ª. Suellen Teche</u> 3ª e 5ª Feira Das 09h00 às 10h00 Sala Múltiplo Uso
TREINAMENTO FUNCIONAL KIDS		RITMOS
<u>Prof.ª. Stephany</u> 3ª e 5ª Feira Das 17h00 às 17h30 De 05 a 10 anos Sábado Das 10h às 10h50 De 05 a 10 anos Sala de Múltiplo Uso		<u>Prof.ª. Dayanne</u> 2ª e 4ª Feira Das 18h15 às 19h00 Sala Múltiplo Uso 2ª e 4ª Feira Das 08h00 às 09h00 Mini Sede 6ª Feira Das 08h00 às 09h00 Sala Múltiplo Uso

Diversos

YOGA	BRINQUEDOTECA
<u>Prof.ª. Adriana</u> 4ª e 6ª Feira Das 08h00 às 09h00 Feliz Idade 2ª e 4ª Feira Das 15h00 às 16h00 De 12 a 16 anos Das 16h30 às 17h10 De 04 a 07 anos Das 17h20 às 18h00 De 08 a 11 anos 3ª e 5ª Feira Das 6h00 às 07h00 Adulto Das 07h30 às 08h30 Adulto Das 09h00 às 10h00 Adulto Das 17h00 às 18h00 Adulto Das 18h15 às 19h15 Adulto Sala de Yoga	<u>Crianças de 0 a 7 anos</u> 2ª à 6ª Feira Das 07h00 às 13h00 Das 14h00 às 20h00 6ª Feira " <i>Quando houver evento</i> " Das 07h00 às 13h00 Das 14h00 às 23h59 Sábado Das 08h00 às 14h00 Domingo Das 08h00 às 13h00 Crianças de 0 a 2 anos devem estar acompanhadas pelos pais. Sob nenhuma hipótese os pais poderão se ausentar do Clube, deixando os filhos na Brinquedoteca.
TRABALHOS MANUAIS	CORAL
<u>Prof.ª. Márcia</u> 2ª Feira - Patch Work Das 15h às 17h Alunas Novas 3ª Feira - Patch Work Das 13h15 às 15h15 Alunas Novas Das 15h30 às 17h30 Alunas Antigas 4ª Feira - Patch Work Das 08h00 às 10h30 Geral Das 13h15 às 15h15 Alunas Antigas Das 15h30 às 17h30 Alunas Novas Das 18h00 às 20h00 Geral 2ª Feira - Trabalhos Manuais Das 13h00 às 15h00 Alunas Novas 5ª Feira - Trabalhos Manuais Das 13h00 às 15h00 Geral Das 15h00 às 17h00 Geral Sala de Trabalhos Manuais	<u>Regentes: Sara Ramos e Estevão Ferreira</u> 3ª Feira Das 19h30 às 21h30 Sala Coral AVALIAÇÃO FÍSICA PARA MUSCULAÇÃO Agendamento na Secretaria ou pelo App. EXAME MÉDICO 3ª Feira Das 13h00 às 14h00 5ª Feira Das 18h00 às 19h00 *Na 5ª e 6ª Feira, retirar a ficha até às 18h00 na Secretaria. Sábado Das 09h00 às 11h00 ** OBRIGATÓRIO ** Traje de banho e carteirinha de associado.
BOCHA	DECK BAR
2ª à 6ª Feira Das 09h00 às 22h00 Sábado Das 09h00 às 20h00 Domingo e Feriado Das 08h00 às 18h00 Horário Limpeza 2ª à Sábado Das 07h00 às 09h00	2ª à 6ª Feira Das 07h00 às 22h00 Sábado Das 08h00 às 19h00 Domingo e Feriado Das 08h00 às 18h00
SAUNA	SOCIETY BAR
MASCULINA 2ª, 4ª e 6ª Feira Das 17h00 às 22h00 Sábado Das 17h00 às 19h00 Domingo Das 09h00 às 12h30 FEMININA 3ª e 5ª Feira Das 17h00 às 21h00 Sábado Das 14h00 às 17h00	3ª Feira Das 18h00 às 22h00 GINÁSIO BAR 5ª Feira Das 17h00 às 22h00 ABERTURA E FECHAMENTO DO CLUBE PORTARIA 1 PORTARIA 2 2ª à 6ª Feira Das 06h00 às 22h00 Das 05h00 às 22h00 Sábado Das 08h00 às 19h00 Das 08h00 às 19h00 Domingo e Feriado Das 08h00 às 18h00 Das 08h00 às 18h00
DANÇA DE SALAO	ATUALIZADO EM:
<u>Prof.ª. Ana Carolina</u> 3ª e 5ª Feira Das 19h00 às 20h00 Sala Múltiplo Uso Das 20h00 às 21h00 Sala Múltiplo Uso	24/06/2026 *Os horários poderão sofrer alterações.



HORÁRIOS DAS ATIVIDADES



Piscinas

NATAÇÃO - PISCINA Nº1 (ENTRADA)

2ª e 4ª Feira

Das 17h00 às 17h45	Adaptação Infantil	<u>Profs.: Beatriz e Dayanne</u>
Das 18h00 às 18h45	Iniciação Infantil	<u>Prof.: Jovair</u>
Das 18h45 às 19h30	Iniciação Infantil	<u>Profa. Beatriz</u>

3ª e 5ª Feira

Das 08h00 às 08h45	Iniciação Adulto	<u>Profs.: Ana Carolina e Beatriz</u>
Das 09h00 às 09h45	Adaptação Infantil	<u>Profs.: Ana Carolina e Beatriz</u>
Das 10h00 às 10h45	Aperfeiçoamento Inf. 1	<u>Prof.: André</u>
Das 14h00 às 14h45	Adaptação Infantil	<u>Prof.ª.: Dayanne</u>
Das 14h50 às 15h35	Iniciação Infantil	<u>Profs.: Beatriz, Dayanne e Jovair</u>
Das 16h00 às 16h45	Iniciação Infantil	<u>Profs.: Beatriz e Dayanne</u>
Das 17h30 às 18h15	Adaptação Infantil	<u>Profs.: Ana Carolina e Beatriz</u>
Das 18h15 às 19h00	Adaptação Infantil	<u>Profs.: Beatriz e Jovair</u>

4ª e 6ª feira

Das 08h00 às 08h45	Iniciação Adulto	<u>Profs.: André e Beatriz</u>
Das 09h00 às 09h45	Iniciação Infantil	<u>Profs.: André e Beatriz</u>
Das 10h00 às 10h45	Aperfeiçoamento Inf. 1	<u>Profs.: André, Beatriz</u>
Das 14h00 às 14h45	Aperfeiçoamento Inf. 2	<u>Prof.ª. Dayanne</u>
Das 15h00 às 15h45	Iniciação Infantil	<u>Profs.: Beatriz e Dayanne</u>

Sábado

Das 08h15 às 09h00	Iniciação Infantil	<u>Profs.: André e Dayanne</u>
Das 09h00 às 09h45	Adaptação Infantil	<u>Profs.: Beatriz e Dayanne</u>
Das 09h45 às 10h30	Iniciação Infantil	<u>Profs.: Beatriz e Dayanne</u>

HORARIOS LIVRES

LIMPEZA

2ª Feira
Das 06h30 às 13h00
2ª, 4ª e 6ª Feira
Das 11h00 às 14h00
3ª e 5ª Feira
Das 06h00 às 07h30
Das 11h00 às 14h00
Das 20h00 às 20h45
4ª e 6ª feira
Das 06h30 às 08h00
6ª Feira
Das 18h00 às 19h45
Sábado
Das 08h00 às 19h00
Domingos e Feriados
Das 08h00 às 18h00

2ª Feira
Das 06h00 às 08h00

NATAÇÃO PARA BEBÊS

<u>Prof.ª. Beatriz</u>
2ª e 4ª Feira
Das 18h15 às 18h45
De 06 meses a 2 anos
<u>Prof.ª. Beatriz</u>
3ª e 5ª Feira
Das 18h15 às 18h45
De 2 a 4 anos
<u>Prof.ª. Dayanne</u>
4ª e 6ª Feira
Das 09h00 às 09h30
Bebê 1 - De 06 meses a 2 anos
Das 09h30 às 10h00
Bebê 2 - De 2 a 4 anos

HIDROGINASTICA

2ª, 4ª e 6ª Feira
Das 16h00 às 16h45
<u>Prof.ª. Beatriz</u>
3ª e 5ª Feira
Das 07h00 às 07h45
<u>Prof.ª. Beatriz</u>
Das 19h10 às 19h55
<u>Prof.ª. Dayanne</u>
Sábado
Das 08h10 às 08h55
<u>Prof.ª. Beatriz</u>

HIDRO-JUMP

<u>Prof.ª. Dayanne</u>
3ª e 5ª Feira
Das 16h45 às 17h30

NATAÇÃO - PISCINA Nº2 (NOVA)

2ª, 4ª e 6ª feira

Das 16h00 às 17h00	Iniciação/Aperf. Adulto	<u>Profs.: André, Dayanne e Jovair</u>
Das 17h00 às 18h00	Aperfeiçoamento Adulto	<u>Profs.: André, Dayanne e Jovair</u>

2ª e 4ª Feira

Das 14h00 às 14h45	Aperfeiçoamento Inf. 1	<u>Prof.ª. Beatriz</u>
Das 15h00 às 15h45	Fast Swim	<u>Prof. André</u>

Das 18h00 às 18h45	Aperfeiçoamento Inf. 1	<u>Prof. André</u>
Das 19h00 às 19h45	Iniciação Adulto	<u>Prof. Lucas</u>

4ª e 6ª Feira

Das 06h00 às 07h00	Aperfeiçoamento Adulto	<u>Prof. André</u>
Das 07h00 às 08h00	Treino Adulto	<u>Prof. André</u>
Das 08h00 às 09h00	Iniciação Avançado Adulto	<u>Prof. André</u>

Das 14h00 às 14h45	Aperfeiçoamento Inf. 2	<u>Prof.ª. Dayanne</u>
Das 15h00 às 15h45	Fast Swim	<u>Prof. André</u>

3ª e 5ª Feira

Das 06h00 às 07h00	Iniciação Adulto	<u>Prof. André</u>
Das 07h00 às 08h00	Treino Adulto	<u>Prof. André</u>
Das 08h00 às 09h00	Aperfeiçoamento Adulto	<u>Prof. André</u>
Das 09h00 às 09h45	Aperfeiçoamento Inf. 2	<u>Prof. Jovair</u>
Das 14h00 às 14h45	Aperfeiçoamento Inf. 1	<u>Prof. Jovair</u>
Das 15h00 às 16h00	Equipe	<u>LIVRE</u>
Das 15h45 às 16h25	Aperfeiçoamento Inf. 1	<u>Profs.: Dayanne e Jovair</u>
Das 16h45 às 17h30	Iniciação Adulto	<u>Prof.ª. Beatriz</u>
Das 17h30 às 18h15	Fast Swim	<u>Prof. Jovair</u>
Das 18h15 às 19h00	Aperfeiçoamento Inf. 2	<u>Prof. André</u>
Das 19h00 às 19h45	Aperfeiçoamento Inf. 1	<u>Prof.ª. Beatriz</u>

Sábado

Das 09h00 às 09h45	Aperfeiçoamento Inf. 1	<u>Prof. André</u>
--------------------	------------------------	--------------------

HORARIOS LIVRES

2ª e 4ª Feira
Das 20h00 às 20h45
4ª e 6ª Feira
Das 10h00 às 14h00
3ª e 5ª Feira
Das 10h00 às 14h00
6ª Feira
Das 18h00 às 19h45
Sábado
Das 08h00 às 19h00
Domingos e Feriados
Das 08h00 às 18h00

PISCINAS EXTERNAS

SEMI-OLÍMPICA	SOCIAL
2ª a 6ª Feira	2ª a 6ª Feira
Das 08h00 às 20h00	Das 08h00 às 20h00
4ª Feira - LIMPEZA	3ª Feira - LIMPEZA
Das 08h00 às 11h00	Das 08h00 às 11h00
Sábado	Sábado
Das 08h00 às 19h00	Das 08h00 às 19h00
Domingo e Feriado	Domingo e Feriado
Das 08h00 às 18h00	Das 08h00 às 18h00

LIMPEZA

2ª Feira
Das 12h00 às 14h00

TOBOÁGUA

2ª a 6ª Feira
Das 09h00 às 12h00
Das 15h00 às 20h30
Sábado
Das 08h00 às 19h00
Domingos e Feriados
Das 08h00 às 18h00

Ginásio de Esportes

BASQUETEBOL

Aulas

Prof. Aflaudisio

2ª e 4ª Feira

Das 17h00 às 18h00	Iniciação - 08 a 12 anos
Das 18h00 às 19h00	Intermediário - 13 a 17 anos

3ª Feira

Das 17h00 às 18h00	Iniciação - 08 a 12 anos
Das 18h00 às 19h00	Aperfeiçoamento - 12 a 17 anos

6ª Feira

Das 17h00 às 18h00	Intermediário - 13 a 17 anos
--------------------	------------------------------

FUTSAL

Horários de Jogos

5ª Feira	
Das 16h30 às 19h00	Master 1ª Turma
Das 19h00 às 20h00	Master 2ª Turma

6ª Feira

Das 19h00 às 21h00	Feminino
--------------------	----------

SINUCA

2ª a 6ª Feira

Das 08h00 às 22h00
Sábado, Domingo e Feriado
Das 08h00 às 18h00
Idade mínima: 15 anos.

VOLEIBOL

Prof. Jovair

2ª e 4ª feira

Das 19h30 às 21h50	Feminino Adulto
4ª feira	
Das 15h00 às 17h00	Acima de 11 anos
5ª Feira	
Das 20h00 às 21h50	Feminino Adulto
6ª feira	
Das 14h00 às 15h30	Até 10 anos
Das 15h00 às 17h00	Acima de 11 anos
Sábado	
Das 09h00 às 11h00	Feminino Adulto
Das 15h00 às 18h00	Masculino Adulto

VOLEIBOL ADAPTADO

Prof. Jovair

Treinamento da Equipe

2ª, 4ª e 6ª Feira
Das 08h00 às 10h00

JIU-JITSU

Prof. William e Fábio Kotô

2ª e 4ª Feira

Das 17h00 às 18h30	Adulto
Das 18h30 às 19h30	De 09 a 11 Anos
Das 19h30 às 20h30	De 12 a 14 Anos
3ª e 5ª Feira	

Das 11h30 às 13h00	Adulto
Das 17h00 às 18h00	Adulto
Das 18h00 às 19h00	De 05 a 08 anos
Das 19h00 às 20h00	Adulto

	5ª Feira
Das 20h00 às 21h00	Feminino
	6ª Feira
Das 18h30 às 20h00	Adulto Masculino
	Sábado
Das 08h00 às 09h00	Feminino
Das 09h00 às 10h00	Masculino (Nogi)

KARATÊ

Prof. Veríssimo

2ª e 4ª Feira

Das 19h00 às 19h50
Das 20h00 às 20h50

Idade mínima: 6 anos.

3ª e 5ª feira

Das 19h00 às 19h50
Das 20h00 às 20h50

Iniciantes

Sala de Ginástica - Térreo Prédio Novo

SECRETARIA

2ª a 6ª Feira
Das 07h00 às 18h00
Sábado
Das 08h00 às 12h00

TELEFONES

Secretaria: (19) 3561-4922
Secretaria: (19) 3561-4985
WhatsApp Secretaria: (19)9 9830-4619
WhatsApp Dep. Esportes: (19)9 9929-2374

SITE

www.clubepirassununga.com.br

E-MAIL

atendimento@clubepirassununga.com.br

MÍDIAS SOCIAIS

Facebook: facebook.com/cppirassununga
Instagram: instagram.com/cppirassununga
Youtube: Canal Clube Pirassununga

ATUALIZADO EM:

24/06/2026

*Os horários poderão sofrer alterações.