

# Atividades físicas e esportivas no CEU Caminho do Mar

Endereço: Av. Eng. Armando de Arruda Pereira, 5.241 – Vila do Encontro, São Paulo – SP

Tel.: (11) 3396-5544 / 3396-5540

## INSCRIÇÕES - 30 de MARÇO de 2022

### QUADRO DE VAGAS - MANHÃ

|    | ATIVIDADE      | IDADE        | HORÁRIO        | DIAS        | PROF (A)   | VAGAS |
|----|----------------|--------------|----------------|-------------|------------|-------|
| 1  | ALONGAMENTO    | 16 ANOS ou + | 08H ÀS 09H     | 2ª, 4ª e 6ª | DANIEL     | 5     |
| 2  | ALONGAMENTO    | 54 ANOS ou + | 10H15 ÀS 11H15 | 3ª e 5ª     | CAIO       | 5     |
| 3  | ALONGAMENTO    | 16 ANOS ou + | 10H ÀS 11H00   | 4ª e 6ª     | HELOISA    | 30    |
| 4  | CAMINHADA      | 16 ANOS ou + | 07H ÀS 08H     | 2ª a 6ª     | ROSÂNGELA  | 20    |
| 5  | CAMINHADA      | 16 ANOS ou + | 08H ÀS 09H     | 2ª a 6ª     | CAIO       | 20    |
| 6  | CAPOEIRA       | 14 A 16 ANOS | 11H15 ÀS 12H15 | 3ª e 5ª     | CAIO       | 15    |
| 7  | CAPOFIT        | 16 ANOS ou + | 10H15 ÀS 11H15 | 2ª e 4ª     | CAIO       | 15    |
| 8  | CIRCUITO       | 16 A 54 ANOS | 07H ÀS 08H     | 3ª e 5ª     | CAIO       | 15    |
| 9  | CIRCUITO       | 55 ANOS ou + | 09H ÀS 10H     | 3ª e 5ª     | CAIO       | 10    |
| 10 | ESPORTES       | 8 A 10 ANOS  | 09H ÀS 10H     | 4ª e 6ª     | VITOR      | 10    |
| 11 | ESPORTES       | 8 A 10 ANOS  | 10H ÀS 11H     | 4ª e 6ª     | VITOR      | 10    |
| 12 | FLEXIBILIDADE  | 16 A 54 ANOS | 07H ÀS 08H     | 4ª e 6ª     | CAIO       | 10    |
| 13 | GAP            | 16 ANOS ou + | 08H ÀS 09H     | 3ª e 5ª     | HELOISA    | 20    |
| 14 | GINÁSTICA      | 16 ANOS ou + | 07H ÀS 08H     | 2ª, 4ª e 6ª | HELOISA    | 20    |
| 15 | GINÁSTICA      | 16 ANOS ou + | 09H ÀS 10H     | 2ª e 4ª     | PATRÍCIA   | 10    |
| 16 | GINÁSTICA      | 16 ANOS ou + | 08H ÀS 09H     | 3ª e 5ª     | ROSÂNGELA  | 5     |
| 17 | GIN. ARTÍSTICA | 6 A 14 ANOS  | 10H ÀS 11H     | 2ª e 4ª     | PATRICIA   | 5     |
| 18 | GIN. FEMININA  | 25 ANOS ou + | 10H ÀS 11H     | 3ª e 5ª     | HELOISA    | 20    |
| 19 | JAZZ           | 7 A 10 ANOS  | 10H ÀS 11H     | 5ª          | PATRICIA   | 10    |
| 20 | LPO            | 16 ANOS ou + | 09H ÀS 10H     | 3ª e 5ª     | DANIEL     | 6     |
| 21 | LPO            | 11 A 15 ANOS | 11H15 ÀS 12H15 | 4ª e 6ª     | DANIEL     | 8     |
| 22 | XADREZ         | 7 A 15 ANOS  | 08H ÀS 09H     | 2ª e 4ª     | HELO/ ROSA | 14    |
| 23 | XADREZ         | 16 ANOS ou + | 09H ÀS 10H     | 3ª          | HELO/ ROSA | 17    |

### QUADRO DE VAGAS - TARDE

|    | ATIVIDADE      | IDADE        | HORÁRIO      | DIAS    | PROF (A)   | VAGAS |
|----|----------------|--------------|--------------|---------|------------|-------|
| 24 | ALONGAMENTO    | 16 ANOS ou + | 14H ÀS 15H   | 3ª e 5ª | HELOISA    | 10    |
| 25 | CAPOFIT        | 16 ANOS ou + | 14H ÀS 15H   | 3ª e 5ª | CAIO       | 15    |
| 26 | CROSSTRaining  | 16 ANOS ou + | 16H ÀS 17H   | 3ª e 5ª | WELL       | 10    |
| 27 | ESPORTES       | 8 A 10 ANOS  | 12H ÀS 13H   | 3ª e 5ª | VITOR      | 15    |
| 28 | GINASTICA      | 16 ANOS ou + | 15H ÀS 16H   | 3ª e 5ª | HELOISA    | 25    |
| 29 | GIN. ARTISTICA | 6 A 14 ANOS  | 15H ÀS 16H   | 2ª e 4ª | PATRICIA   | 5     |
| 30 | LPO            | 11 A 15 ANOS | 14H ÀS 15H   | 3ª e 5ª | DANIEL     | 8     |
| 31 | PILATES        | 16 ANOS ou + | 13H ÀS 14H   | 2ª e 4ª | DANIEL     | 4     |
| 32 | STEP           | 16 ANOS ou + | 15H ÀS 16H   | 5ª      | PATRICIA   | 15    |
| 33 | VOLEI          | 11 A 16 ANOS | 15H30 ÀS 17H | 3ª e 5ª | VITOR      | 15    |
| 34 | XADREZ         | 6 A 16 ANOS  | 13H ÀS 14H   | 2ª e 4ª | HELO/ ROSA | 18    |
|    |                |              |              |         |            |       |

### QUADRO DE VAGAS - NOITE

|    | ATIVIDADE   | IDADE        | HORÁRIO    | DIAS    | PROF (A) | VAGAS |
|----|-------------|--------------|------------|---------|----------|-------|
| 35 | ALONGAMENTO | 16 ANOS ou + | 18H ÀS 19H | 3ª e 5ª | VITOR    | 5     |
| 36 | GINASTICA   | 16 ANOS ou + | 19H ÀS 20H | 3ª e 5ª | VITOR    | 5     |