

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiadoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/diadedesafio



**CIDADE DE
SÃO PAULO
EDUCAÇÃO**

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

DRE BT	CEU BUTANTÃ	HORÁRIO		ATIVIDADE			
		INÍCIO	TÉRMINO	NOME	BREVE DETALHAMENTO	LOCAL	
		08:00	17:00	ARENA ESPORTIVA, TÊNIS DE MESA/ LANÇE LIVRE BASQUETEBOLO/ PIMBOLIM/BADMINTON	ATIVIDADE LIVRE DA MODALIDADE TÊNIS DE MESA AOS MUNICIPAIS, OPORTUNIDADE DE VIVÊNCIAR A MODALIDADE AO AR LIVRE	ARÉA EXTERNA	
07:00	08:00	JIU JITSU	PRÁTICA DE ARTES MARCIAIS	ATELIÉ 1			
08:00	09:00	GINÁSTICA	GINASTICA LOCALIZADA	SALA DE DANÇA			
09:00	10:00	ALONGAMENTO	MOVIMENTOS ARTICULARES MELHORA FLEXIBILIDADE DO CORPO	SALADE DANÇA			
11:30	12:30	MUSCULAÇÃO	HIPERTROFIA/COND FISICO/RESISTÊNCIA MUSCULAR	ATELIÉ3			
13:15	14:15	MUSCULAÇÃO	HIPERTROFIA/COND FISICO/RESISTÊNCIA MUSCULAR	ATELIÉ3			
15:00	16:00	INICIAÇÃO ESPORTIVA	AULA ESPECIAL ENTRE FAMILIARES, PARA FORTALECER OS LAÇOS AFETIVOS E DE INTEGRAÇÃO, ATRAVÉS DO DIA DO DESAFIO.	GINASIO			
15:30	16:30	CONDICIONAMENTO FISICO	EXERCÍCIOS DE CIRCUITO PARA MELHORA CONDICIONAMENTO	SALA DE DANÇA			
16:45	17:45	JIU JITSU FEMININO	PRÁTICA DE ARTES MARCIAIS DIRECIONADO AO PUBLICO FEMININO, DEFESA PESSOAL	ATELIÉ 1			

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiaDoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/diadedesafio



**CIDADE DE
SÃO PAULO
EDUCAÇÃO**

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO

ATIVIDADE

INÍCIO

TÉRMINO

NOME

BREVE DETALHAMENTO

LOCAL

DRE BT

CEU UIRAPURU

07:15

08:00

CAMINHADA

CAMINHADA É UM EXERCÍCIO PARA QUALQUER PESSOA FÍSICAMENTE SÁDIA, SEM PROBLEMAS ARTICULARES, E É UM EXERCÍCIO AERÓBICO

EM VOLTA DO BEC

08:00

08:45

ALONGAMENTO

EXERCÍCIOS VOLTADOS PARA AUMENTO DA FLEXIBILIDADE MUSCULAR

MULTIUSO 1

09:00

10:00

JOGOS E BRINACEIRAS

ATIVIDADES LÚDICAS

MULTIUSO 2

09:00

12:00

AIR TRACK

PISCINA INFLÁVEL PARA ACROBACIAS, SALTOS ENTRE OUTROS

QUADRA BEC

10:30

11:00

GINÁSTICA LABORA

É UMA SÉRIE DE EXERCÍCIOS DE CURTA DURAÇÃO, QUE ENVOLVEM TÉCNICAS DE ALONGAMENTO

BEC

14:00

15:00

AULA DE RITMOS

DANÇA EM GERAL

BEC

14:00

17:00

AIR TRACK

PISCINA INFLÁVEL PARA ACROBACIAS, SALTOS ENTRE OUTROS

QUADRA BEC

16:00

17:00

JOGOS E BRINACEIRAS

ATIVIDADES LÚDICAS

MULTIUSO 2

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiaDoDesafio

diadodesafio.org.br

facebook.com/diadodesafio



**CIDADE DE
SÃO PAULO
EDUCAÇÃO**

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO

ATIVIDADE

INÍCIO

TÉRMINO

NOME

BREVE DETALHAMENTO

LOCAL

DRE CL

CEU GUARAPIRANGA

8HS

9HS

YOGA

AULÃO DE YOGA

BEC SUPERIOR

9HS

10HS

JOGOS RECREATIVOS

JOGOS RECREATIVOS DE COOPERAÇÃO
EM ESTAFETAS

QUADRA INTERNA

14h30

15h30

GINASTICA MAIOR IDADE

CIRCUITO FUNCIONAL DIRECIONADO
PARA ATIVIDADES DO DIA DIA

BEC INFERIOR

8hs

9hs

CAMINHADA

DESAFIO PROGRESSIVO DE CORRIDA

ARÉA EXTERNA

10hs

11hs

CONDICIONAMENTO FISICO

AULÃO

ACADEMIA

13hs

14hs

BADMINTON

MINI TORNEIO

QUADRA DE BADMINTON

9hs

10hs

GINASTICA GERAL

AULÃO DE COREOGRAFIAS

BEC INFERIOR

8hs

9hs

TREINAMENTO FUNCIONAL

CIRCUITO FUNCIONAL

ACADEMIA

13h30

15h00

VOLÊI

DESAFIO DO SAQUE VIAGEM

QUADRA INTERNA

13h30

14h30

JOGOS RECREATIVOS

JOGOS RECREATIVOS DE COOPERAÇÃO
EM ESTAFETAS

QUADRA EXTERNA

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiaDoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/odiadodesafio



**CIDADE DE
SÃO PAULO
EDUCAÇÃO**

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO

ATIVIDADE

INÍCIO

TÉRMINO

NOME

BREVE DETALHAMENTO

LOCAL

DRE CS

CEU NAVEGANTES

07:00

08:00

Caminhada

Alongamento e caminhada

Entorno do CEU

08:00

09:00

Aulão Treinamento Funcional

Atividades com o peso do próprio corpo

Bec Piscina ou Sala de Dança

08:00

10:00

Aulão Treinamento Funcional

Atividades com o peso do próprio corpo

Bec Piscina ou Sala de Dança

09:00

10:20

Basquete

Treinamento de Basquete

Quadra Coberta

10:30

12:00

Tenis de Mesa

Vivência do jogo / Fundamentos

Atelier 1

16:00

17:00

Futsal Infantil

Treinamento de Futsal / Fundamentos

Quadra Coberta

17:00

18:00

Futsal Infantil

Treinamento de Futsal / Fundamentos

Quadra Coberta

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiaDoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/diadodesafio



CIDADE DE SÃO PAULO EDUCAÇÃO

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

		HORÁRIO		ATIVIDADE			
		INÍCIO	TÉRMINO	NOME	BREVE DETALHAMENTO	LOCAL	
DRE CS	CEU TRÊS LAGOS	07:00	08:30	Caminhada	Caminhada com os alunos matriculados nas atividades dos analistas	Área Externa do CEU	
		08:30	10:00	Ensaio da quadrilha da melhor idade	Ensaio para a apresentação no dia do baile junino	Sala de Dança	
		10:00	11:30	Circuito motor com o CEI	Em parceria com os professores regente de sala será realizado o Circuito com atividades de equilíbrio para os educandos da unidade escolar.	Sala de Dança	
		11:00	12:00	Aulão de Hidro/alongamento	Atividade desenvolvida com os alunos da gestão, a atividade dependerá da temperatura de piscina	Piscina	
		10:00	17:00	Circuito motor, estafetas, recreação com a EMEI.	Em parceria com os professores regente de sala serão desenvolvidas diversas atividades com os educandos do CEU.	Sala Multi Uso	
		07:00	08:30	Caminhada	Atividade Desenvolvida com alunos da gestão.	Area Externa	

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiaDoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/diadodesafio



**CIDADE DE
SÃO PAULO
EDUCAÇÃO**

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

DRE CS	CEU VILA RUBI	HORÁRIO		ATIVIDADE			
		INÍCIO	TÉRMINO	NOME	BREVE DETALHAMENTO	LOCAL	
		10h	10h30	HANDEBOL	DISPUTA DE 7 METROS COM GOLEIRO	GINÁSIO	
10h30	11h00	FUTSAL	DISPUTA DE PENALTY	GINÁSIO			
10h30	11h30	ARTE E MOVIMENTO	CIRCUITO MOTOR COM DESENHOS	FOYER E AREA EXTERNA			
11h00	11h30	JUMP E O BASQUETE	ARREMESSO E BANDEIJA COM SALTOS NO JUMP	GINÁSIO			
08h30	09h30	YOGA	POSTURAS DO YOGA	SALA DE DANÇA			
09h30	10h30	YOGA	POSTURAS DO YOGA	TEATRO			

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiadoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/diadedesafio



CIDADE DE SÃO PAULO EDUCAÇÃO

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO

ATIVIDADE

INÍCIO

TÉRMINO

NOME

BREVE DETALHAMENTO

LOCAL

DRE FB

CEU JARDIM PAULISTANO

07h30

08h30

Ginastica

Aulão de ginastica

BEC

08h30

09h30

Alongamento

Aulão de Alongamento

BEC

08h00

10h00

Futebol de Campo Masculino

Treinamento de Futebol de Campo

Campo Society

10h00

12h00

Voleibol Misto

Treinamento de Voleibol

Quadra coberta

10h00

11h00

Ginástica Artística

Treino de G.A

Sala de condicionamento Físico

13h30

15h00

Voleibol Misto

Treinamento de Voleibol

Quadra Coberta

14h30

15h30

Futebol de Campo

Treinamento de Futebol de Campo

Campo Society

18h30

20h00

Condicionamento Físico

Aulão de Condicionamento Físico

BEC

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiadoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/diadedesafio



**CIDADE DE
SÃO PAULO
EDUCAÇÃO**

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO

ATIVIDADE

INÍCIO

TÉRMINO

NOME

BREVE DETALHAMENTO

LOCAL

DRE FB

CEU PAZ

15hs

17hs

basquete

maior número de cestas em um tempo limitado (basquete)

quadra

9hs

15:30

erodance

ritmos

sala de dança

9hs

15:30

abdominal

número de abdominal por minuto

sala de ballet

16hs

19hs

capelira

treino de resistência e equilíbrio

sala de ballet



**CIDADE DE
SÃO PAULO
EDUCAÇÃO**

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO		ATIVIDADE				
INÍCIO	TÉRMINO	NOME	BREVE DETALHAMENTO	LOCAL		
07:10	08:00	Hidroginástica	Ginástica Aquática	Piscina Interna		
08:15	09:05	Corrida e Caminhada	Espacialidade e Conhecimento	Área Externa		
09:10	10:00	Ginástica	Condicionamento Físico	Sala de Dança 2		
10:00	11:00	Teatro Infantil	Jogos e práticas teatrais seguindo o	Sala de Artes 2		
10:10	11:00	Jogos e Brincadeiras	Manipulação e Conhecimentos	Sala de Dança 2		
11:00	12:00	Teatro Infante Juvenil	Jogos e práticas teatrais seguindo o	Sala de Artes 2		
11:10	12:00	Natação	Condicionamento Físico (aquático)	Piscina Interna		
12:00	12:50	Teatro Infante Juvenil	Jogos e práticas teatrais seguindo o	Sala de Artes 2		
13:05	14:00	Teatro Infante Juvenil	Jogos e práticas teatrais seguindo o	Sala de Artes 2		
13:10	14:00	Natação	Condicionamento Físico (aquático)	Piscina Interna		
13:50	14:40	Basquete 3X3	Vivência, Fundamentos e	Ginásio		
14:00	16:00	FloorBall	Time x Time	Quadra Externa		
14:00	15:00	Teatro Juvenil	Jogos e práticas teatrais seguindo o	Sala de Artes 2		
14:05	15:15	Futsal	Jogo com bola	Ginásio		
15:00	16:00	Teatro Infantil	Jogos e práticas teatrais seguindo o	Sala de Artes 2		
15:00	16:00	Jogos e Brincadeiras	Manipulação e Conhecimentos	Sala de Dança 2		
16:05	16:55	Corrida e Caminhada	Espacialidade e Conhecimento	Área Externa		
16:30	18:30	Tênis de Mesa	Campeonato de 11 a 13 anos	Sala de Dança 3		
17:00	17:50	Jogos para a melhor idade	Jogos cooperativos	Sala de Dança 2		
17:55	18:55	Hidroginástica	Ginástica Aquática	Piscina Interna		
20:00	21:50	Tênis de Mesa	Campeonato de 14 a 17 anos	Sala de Dança 3		
20:05	20:55	Vôlei	Torneio de Vôlei	Ginásio		

DRE G

CEU Cidade Tiradentes

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiaDoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/odiadodesafio



**CIDADE DE
SÃO PAULO
EDUCAÇÃO**

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

DRE G	CEU INÁCIO MONTEIRO	HORÁRIO		ATIVIDADE			
		INÍCIO	TÉRMINO	NOME	BREVE DETALHAMENTO	LOCAL	
		08h30	10h00	AULÃO DE DANÇA E GINÁSTICA CIRCUITO	AULÃO DE DANÇA COM VARIOS RITIMOS DE MUSÍCIAS E DANÇAS.	GINÁSIO	
10H00	11H00	VOLEIBOL MISTO ADAPTADO	JOGO RECREATIVO COM ALUNOS DA 3ª IDADE	GINÁSIO			
12H30	13H30	MUSCULAÇÃO	FORTALECIMENTO DE MEMBROS INFERIORES E SUPERIORES	ACADEMIA			
13H30	14H30	RECREAÇÃO ESPORTIVA (JOGOS E BRINCADEIRAS)	JOGOS DE TÊNIS DE MESA , PEBOLOM E JOGOS DE TABULEIRO	FOYER			
13H00	14H30	FUTSAL MASCULINO SUB 12	TORNEIO INTERNO DE FUTSAL MASCULINO	GINÁSIO			
14H30	16H00	AULÃO DE GINÁSTICA CIRCUITO	AULÃO COM VÁRIOS MATERIAIS EM LOCAIS SEPARADOS	SALA DE DANÇA			
16H00	17H30	FUTSAL MASCULINO SUB 16	TORNEIO ENTRE OS ALUNOS DAS TURMAS	GINÁSIO			
18H00	19H30	RUGBY TAG(MASCULINO E FEMININO)	TORNEIO ENTRE OS ALUNOS DAS TURMAS DE 29, 49 e SÁBADO	GINÁSIO			
19H45	20H45	GINÁSTICA	GINÁSTICA CIRCUITO	SALA DE DANÇA			

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiadoDesafio

diadodesafio.org.br

facebook.com/diadodesafio



**CIDADE DE
SÃO PAULO
EDUCAÇÃO**

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO

ATIVIDADE

INÍCIO

TÉRMINO

NOME

BREVE DETALHAMENTO

LOCAL

08h

09h

Caminhada

Caminhada orientada pela analista

Pista externa

09h

12h

Atendimento da EMEI

Atividades esportiva e recreativas com as crinaças da EMEI com os nossos analistas

Ginásio e sala 30.

13h30

15h30

Atendimento da EMEI

Atividades esportiva e recreativas com as crinaças da EMEI com os nossos analistas

Ginásio e sala 30.

16h30

17h30

Handebol Feminino

Aulão competitivo entre as alunas.

Ginásio

17h30

18h30

Tênis de Mesa

Jogos recreativos de tenis de mesa com usuários do CEU

BEC inferior

18h30

19h30

Circuito de ginástica.

Aula com movimentos coordenativos e localizados.

Saala 49 ou BEC superior

19h

20h

Voleibol Feminino

Aulão recreativo com os alunos de 16 a 22 anos

Ginásio

19h30

20h30

Alongamento

Aulão para a comunidade sem inscrição.

BEC superior

20h30

22h

Voleibol Feminino 25 à 50 anos

Aulão recreativo com os alunos de 25 a 50 anos

Ginásio

15h30

16h30

Kung Fu

Aulão para a comunidade sem inscrição.

Sala 51

18h00

19h30

Jiu Jitsu

Aulão para a comunidade sem inscrição.

Sala 51

18h00

20h30

Tricking

Aulão para a comunidade sem inscrição.

Sala 30

20h30

21h30

Zumba

Aulão para a comunidade sem inscrição.

BEC inferior

DRE G

CEU LAJEADO

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiadoDesafio diadodesafio.org.br

facebook.com/diadedesafio



CIDADE DE SÃO PAULO EDUCAÇÃO

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO

ATIVIDADE

INÍCIO

TÉRMINO

NOME

BREVE DETALHAMENTO

LOCAL

07:00

08:00

Aulão de Alongamento

Aulão de alongamento voltado ao público adulto da comunidade

Sala de Dança - Quinto andar

08:00

09:00

Aulão de Ginástica localizada

Aulão de ginástica localizada voltado ao público adulto da comunidade

Sala de Dança - Quinto andar

09:00

10:00

Atividades Psicomotricidade CEI

Atendimento voltado as crianças da CEI Simone trabalhando a Psicomotricidade

Ginásio

10:00

11:00

Aulão de Pilates 1

Aulão de Pilates direcionado ao público adulto da comunidade

Sala de Dança - Quinto andar

12:30

13:30

Aulão Tennis de mesa

Aulão de Tennis de Mesa voltado ao público com idade escolar da comunidade

Área Externa

12:30

13:30

Aulão de Relaxamento e Meditação

Aula aberta para a comunidade com intuito de proporcionar relaxamento e momentos de concentração

Saguão da Piscina

13:00

14:00

Aulão de Dança de Salão

Aulão aberta para a comunidade com o atendimento voltado ao público da Melhor Idade

Sala de Dança - Quinto andar

14:30

15:00

Futsal Mirim e Pré Mirim

Aula voltada ao público masculino nascido entre 2008 e 2011

Ginásio

14:30

15:30

Clube da caminhada

Atividade ao ar livre, voltada para o público adulto com o intuito de proporcionar exercícios relacionados a corrida e caminhada

Área Externa

16:30

17:30

Aulão de Pilates 2

Segundo aulão de Pilates direcionado ao público adulto da comunidade

Sala de Dança - Quinto andar

18:00

19:00

Treinamento de Futsal Feminino

Treinamento de futsal voltado ao público adulto feminino

Ginásio

19:00

20:00

Treinamento de Futsal Masculino

Treinamento de futsal voltado ao público adulto masculino

Ginásio

DRE IP

CEU HELIÓPOLIS

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiadoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/diadedesafio



CIDADE DE SÃO PAULO EDUCAÇÃO

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO

ATIVIDADE

INÍCIO

TÉRMINO

NOME

BREVE DETALHAMENTO

LOCAL

15h

16h

ENSAIO DA QUADRILHA

Ensaio da quadrilha para a Festa junina com os alunos do CEU.

Ginásio

18h30

21h30

VASPRO

Futebol para crianças 5 a 17 anos

CAMPO 2

19H

21H

Judô

Atividades de artes marciais dos 4 aos 18 anos

Ateliê 1

13h30

14h30

Pilates

Atividades de saúde e bem estar para adultos e 3ª idade

Sala multiuso

10h

11h

Rugby

Atividades para meninos e meninas de 10 a 14 anos

CAMPO 1

10H

11H

BEACH TÊNIS

Atividades com raquetes na areia com crianças de 06 a 12 anos

Quadra de areia

9h

10h

Ginástica

Atividades de saúde e bem estar para adultos e terceira idade

Sala de dança

10h

11h

Yoga

Atividades de saúde e bem estar para adultos e terceira idade

Sala multiuso

15h

16h

Ginástica artística

Atividade esportiva para crianças de 6 a 8 anos

Sala de dança

11h30

12h30

Coreografia

Atividades coreografadas para crianças de 9 a 12 anos

Sala de dança

8h

9h

Corrida e caminhada

Atividade aeróbica com adultos e terceira idade

Área externa

10h

11h

Alongamento

Atividades de saúde e bem estar para adultos e terceira idade

Sala de dança

7h

8h

Treinamento funcional

Atividade de condicionamento físico para adultos

Sala multiuso

DRE IP

CEU MENINOS

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiaDoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/diadodesafio



**CIDADE DE
SÃO PAULO
EDUCAÇÃO**

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO

ATIVIDADE

INÍCIO

TÉRMINO

NOME

BREVE DETALHAMENTO

LOCAL

DRE IP

CEU PQ. Bristol

09:00

10:00

Ritmos

AULÃO DE DANÇA

BEC INFERIOR

10:00

11:30

Treino Funcional

TREINAMENTO

SALA MULTIFUNCIONAL

14:00

15:00

Mat-Pilates (18 à 64)

AULA PARA MULHERES

SALA DE DANÇA

07:00

08:00

GINÁSTICA LOCALIZADA

TREINO DE
FORTELECIMENTO

QUADRA

08:00

09:30

GINÁSTICA PARA TODOS

ATIVIDADE FÍSICA PARA
TODAS AS IDADES

SALA DE DANÇA

07:00

08:00

ALONGAMENTO

FLEXIBILIDADE PARA 39
IDADE

BEC SUPERIOR



**CIDADE DE
SÃO PAULO
EDUCAÇÃO**

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO		ATIVIDADE				
		INÍCIO	TÉRMINO	NOME	BREVE DETALHAMENTO	LOCAL
DRE IP	CEU Vila Alpina	07:00	08:00	Alongamento e Ginástica Coreografada	A partir de 18 anos	
		07:00	08:00	Caminhada	Idade Livre	
		07:00	08:00	Jogos e Brincadeiras	De 7 a 13 anos	
		08:00	09:00	Condicionamento Físico e Treinamento Funcional	A partir de 18 anos	
		08:00	09:00	Pilates e Alongamento	A partir de 18 anos	
		09:00	10:00	Ginástica Coreografada e Alongamento	A partir de 18 anos	
		09:00	10:00	Atletismo e Gol Bol	Adultos	
		10:00	11:00	Dança do Ventre	A partir de 18 anos	
		10:00	11:00	Pilates e Alongamento	A partir de 18 anos	
		10:00	11:00	Muay Thai	Até 79 anos	
		10:00	11:00	Jogos e Brincadeiras	De 6 a 10 anos	
		10:00	11:00	Treinamento Funcional	A partir de 18 anos	
		11:00	12:00	Jiu-Jitsu	A partir de 18 anos	
		11:00	12:00	Voleibol Adaptado	A partir de 18 anos	
		11:00	12:00	Ginástica Localizada	Adultos	
		11:00	12:00	Jogos Lúdicos	A partir de 50 anos	
		12:00	13:00	Boxe	Adulto	
		12:00	13:00	Pilates e Ginástica Coreografada	A partir de 18 anos	
		13:00	14:00	Ginástica Coreografada, Alongamento e Treinamento Funcional	A partir de 18 anos	
		13:00	14:00	Jogos Lúdicos	A partir de 10 anos	
		14:00	15:00	Pilates, Ginástica Coreografada e Treinamento Funcional	a partir de 18 anos	
		14:00	15:00	Muay Thai	a partir de 18 anos	
		14:00	15:00	Jogos e Brincadeiras	A partir de 7 anos	
		15:00	16:00	Alongamento, Ginástica Coreografada e Treinamento Funcional	A partir de 18 anos	
		15:00	16:00	Dodgeball	A partir de 18 anos	
		15:00	16:00	Jogos Lúdicos	Idade Livre	
		16:00	17:00	Ginástica Coreografada, Pilates e Treinamento Funcional	A partir 18 anos	
		16:00	17:00	Dodgeball e Ginástica Coreografada	A partir 7 anos	
		17:00	18:00	Ginástica Coreografada, Alongamento e Treinamento Funcional	A partir de 18 anos	
		17:00	18:00	Jogos e brincadeiras, Ginástica Coreografada, Capoeira	A partir 6 anos	
18:30	19:30	Judo	Dos 7 aos 10 anos			
18:00	19:00	Dodgeball, Jogos, Ginástica Coreografada	A partir de 6 anos			
18:00	19:00	Ginástica Coreografada e Capoeira	A partir de 18 anos			
19:00	20:00	Judo, Karate e Ginástica Coreografada	Dos 10 aos 13 anos			
19:00	20:00	Ginástica Coreografada, Alongamento, Treinamento Funcional e Capoeira	A partir de 18 anos			



**CIDADE DE
SÃO PAULO
EDUCAÇÃO**

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO		ATIVIDADE				
		INÍCIO	TÉRMINO	NOME	BREVE DETALHAMENTO	LOCAL
DRE IQ	CEU Aricanduva	07H	08H	FUTSAL MISTO	VIVENCIAR A MODALIDADE COM OS ALUNOS, FAMILÍAS, AMIGOS E COMUNIDADE	GINÁSIO
		08H	10H	RECREAÇÃO	BRINCADEIRAS COM OS ALUNOS DA EMEI E CEI	GINÁSIO
		12H30	14H30	RUGBY	VIVENCIAR A MODALIDADE COM OS ALUNOS, FAMILÍAS, AMIGOS E COMUNIDADE	GINÁSIO
		08H	09H	RÍTMOS	AULA DE DANÇA COM OS ALUNOS E PROFESSORES DA EMEF	PÁTIO DA EMEF
		11H	12H	STEP	AULA COM ALUNOS, FAMILIARES, AMIGOS E COMUNIDADE	GINÁSIO
		12H30	13H30	ALONGAMENTO	AULA COM ALUNOS, FAMILIARES, AMIGOS E COMUNIDADE	ESTÚDIO 1
		13H30	14H30	PILATES	AULA COM ALUNOS, FAMILIARES, AMIGOS E COMUNIDADE	ESTÚDIO 1
		14H30	15H30	RÍTMOS	AULA DE DANÇA COM OS ALUNOS E PROFESSORES DA EMEF	PÁTIO DA EMEF
		09H	10H	GINÁSTICA	AULA COM ALUNOS, FAMILIARES, AMIGOS E COMUNIDADE	GINÁSIO
		10H	11H	BASQUETE	VIVENCIAR A MODALIDADE COM OS ALUNOS, FAMILÍAS, AMIGOS E COMUNIDADE	GINÁSIO
		13H30	14H30	XADREZ	VIVENCIAR O JOGO COM OS ALUNOS, FAMILIARES, AMIGOS E COMUNIDADE	ATELIÉ 3
		15H30	16H30	VOLEI ADAPTADO	VIVENCIAR A MODALIDADE COM OS ALUNOS, FAMILÍAS, AMIGOS E COMUNIDADE	GINÁSIO
		16H30	18H	VOLEI MISTO	VIVENCIAR A MODALIDADE COM OS ALUNOS, FAMILÍAS, AMIGOS E COMUNIDADE	GINÁSIO
		19H	21H30	TAEKWONDO	VIVENCIAR A MODALIDADE COM OS ALUNOS, FAMILÍAS, AMIGOS E COMUNIDADE	ESTÚDIO 1
		07H	08H	CAMINHADA	PRÁTICA AO AR LIVRE COM A PARTICIPAÇÃO DOS ALUNOS, CONVIDADOS E COMUNIDADE	ÁREA EXTERNA
		13H	14H30	TREINAMENTO FUNCIONAL	PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA COM A PARTICIPAÇÃO DOS ALUNOS, CONVIDADOS E COMUNIDADE	ATELIÉ 1
		16H30	18H30	TREINAMENTO FUNCIONAL	PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA COM A PARTICIPAÇÃO DOS ALUNOS, CONVIDADOS E COMUNIDADE	ATELIÉ 1
		18H30	19H30	RÍTMOS	AULA DE DANÇA COM A PARTICIPAÇÃO DOS ALUNOS, CONVIDADOS E COMUNIDADE	ATELIÉ 4
		10H30	11H	CAPOEIRA	VIVENCIAR OS MOVIMENTOS DA CAPOEIRA COM OS ALUNOS E PROFESSORES DA EMEF	PÁTIO DA EMEF
		11H	11H40	JUDÔ	VIVENCIAR A MODALIDADE COM OS ALUNOS E PROFESSORES DA EMEF	PÁTIO DA EMEF
		13H	13H40	JUDÔ	VIVENCIAR A MODALIDADE COM OS ALUNOS E PROFESSORES DA EMEF	PÁTIO DA EMEF
		08H	11H	GINÁSTICA ARTÍSTICA	VIVENCIAR A MODALIDADE COM A PARTICIPAÇÃO DOS ALUNOS E CONVIDADOS	SALA DE GINÁSTICA
		14H	17H	GINÁSTICA ARTÍSTICA	VIVENCIAR A MODALIDADE COM A PARTICIPAÇÃO DOS ALUNOS E CONVIDADOS	SALA DE GINÁSTICA
		15H	21H	BALLET	VIVENCIAR A DANÇA COM A PARTICIPAÇÃO DOS ALUNOS E CONVIDADOS	SALA DE DANÇA
20H30	22H30	BASQUETE MISTO	JOGO DE BASQUETE LIVRE PARA A COMUNIDADE	GINÁSIO		

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiadoDesafio

diadodesafio.org.br

facebook.com/diadedesafio



**CIDADE DE
SÃO PAULO
EDUCAÇÃO**

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO

ATIVIDADE

INÍCIO

TÉRMINO

NOME

BREVE DETALHAMENTO

LOCAL

DRE IQ

CEU Azul da Cor do Mar

8

11

VOLEI ADAPTADO

BREVE RELATO HISTORICO COM
VIVENCIA DA DANÇA MARACATU

FOYER

10

11

MARACATU

BREVE RELATO HISTORICO COM
VIVENCIA DA DANÇA MARACATU

HALL TEATRO

11

12:30

BALLET

VIVENCIA DO BALLET

SALA DE DANÇA

14

15

RUUGBY VAMOS JUNTOS

VIVENCIA DA MODALIDADE RUGBY

HALL LATERAL

15

16

RUUGBY VAMOS JUNTOS

VIVENCIA DA MODALIDADE RUGBY

HALL LATERAL

17

18:30

SUPERA

CONSISTE EM SUPERAR E VIVENCIAR
DESAFIOS NA GINASTICA ARTISTICA

HALL LATERAL

18:30

20

HANDEBOL ATE 12

VIVENCIA DA MODALIDADE
HANDEBOL

HALL LATERAL

20

21

HANDEBOL ATE 20

VIVENCIA DA MODALIDADE
HANDEBOL

HALL LATERAL

17:30

18:30

BASQUETE

VIVENCIA DA MODALIDADE BASQUETE

FOYER

19:30

20:30

CONDICIONAMENTO FISICO

VIVENCIA VOLTADA A SAUDE

FOYER

19:30

20:30

KARATÊ

VIVENCIA DA MODALIDADE KARATÊ

SALA DE ARTES MARCIAIS

15

16

HIDROGINASTICA

AULÃO DE HIDROGINASTICA

PARQUE AQUATICO

16:30

17:30

DANÇA

DIVERSAS COREOGRAFIA UTILIZANDO
RITMOS VARIADOS

FOYER

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiadoDesafio

diadodesafio.org.br

facebook.com/diadodesafio



**CIDADE DE
SÃO PAULO
EDUCAÇÃO**

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO

ATIVIDADE

INÍCIO

TÉRMINO

NOME

BREVE DETALHAMENTO

LOCAL

DRE IQ

CEU Formosa

8hs

9hs

Aulão especial

Aulão desafiador promovendo coordenação, equilíbrio, desafio, superação e lazer, conteúdos da aula, alongamento, ginástica e volta calma.

Mezanino

9:30hs

16hs

Circuito educativo

Circuito dinâmico promovendo o desenvolvimento motor e cognitivo

Bec

13:30

15:30

Volei

Atividade competitiva e desafiadora voltada para o incentivo a prática física do público infante juvenil.

Quadra

15:30

17:30

Basquete misto

Atividade competitiva e desafiadora voltada para o incentivo a prática física do público infante juvenil.

Quadra

19:00 hs

21:00

Futsal

Atividade competitiva e desafiadora voltada para o incentivo a prática física do público infante juvenil.

Quadra

Dia do Desafio
25 DE MAIO DE 2022
Ocupar espaços e reunir pessoas
#DiaDoDesafio diododesafio.org.br facebook.com/diododesafio



CIDADE DE SÃO PAULO
EDUCAÇÃO

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO		ATIVIDADE			
INÍCIO	TÉRMINO	NOME	BREVE DETALHAMENTO	LOCAL	
7H	8H	DANÇA		Sala de dança 1	
7H	8H	GINASTICA		Sala de dança 2	
7H	8H	HIROGINASTICA		Piscina Interna	
8H	9H	FUNCIONAL		Marquise	
8H	9H	VOLEI ADAPTADO +55 ANOS		Quadra poliesportiva	
8H	9H	GINASTICA		sala de dança 1	
9H	10H	HIDROGINASTICA		piscina Interna	
9H	10H	ALONGAMENTO		Marquise	
9H	10H	JOGOS E BRINCADEIRAS		Marquise	
10H	11H	JOGOS E BRINCADEIRAS		Marquise	
10H	11H	GINASTICA		Sala de dança 1	
10H	11H	VOLEI MISTO		Quadra poliesportiva	
11H	12H	NATAÇÃO		Piscina Interna	
11H	12H	CONDICIONAMENTO FISICO		sala de dança 1	
11H	12H	GINASTICA LOCALIZADA		sala de dança 2	
11H	12H	LUTAS RITMADAS		Marquise	
13H	14H	ALONGAMENTO		Sala de dança 1	
13H	14H	BASQUETE		Quadra poliesportiva	
14H	15H	BADMINTON		Marquise	
14H	15H	JOGOS E BRINCADEIRAS		Marquise	
15H	16H	GINASTICA FUNCIONAL		Marquise	
15H	16H	HIDROGINASTICA		Piscina Interna	
17H	18H	VOLEI ADAPTADOR FEMININO		Quadra poliesportiva	
19H	20H	GINASTICA		Sala de dança 1	
20H	21H	NATAÇÃO		Piscina Interna	

DRE IQ

CEU José Bonifácio

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiadoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/diadedesafio



CIDADE DE SÃO PAULO EDUCAÇÃO

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

DRE IQ	CEU Parque do Carmo	HORÁRIO		ATIVIDADE			
		INÍCIO	TÉRMINO	NOME	BREVE DETALHAMENTO	LOCAL	
		18h	20h	Aulão de teatro para todas as idades	Uma aula especial com jogos teatrais para pessoas de todas as idades	Teatro do CEU Parque do Carmo	
14h	16h	Aulão de teatro para todas as idades	Uma aula especial com jogos teatrais para pessoas de todas as idades	Teatro do CEU Parque do Carmo			
07h	08h	Caminhada Sustentável	caminhada ao redor do CEU com objetivo de conscientizar a comunidade a cerca do cuidado com a limpeza das ruas sem jogar lixo na rua por exemplo.	Nas calçadas no entorno do CEU.			
08h	10h	Jogos e brincadeiras de rua - 56 anos em diante	Taco, rouba bandeira, pião, entre outras brincadeiras de rua	Quadra interna e externa do CEU Parque do Carmo			
10h	11h	Queimada	Jogo em equipe dividido em dois times onde o que for acertado pela bola sai por ter sido (queimado)	Quadra interna e externa do CEU Parque do Carmo			
11h	12h	Jogos e brincadeiras de rua - 06 à 15 anos	Taco, rouba bandeira, pião, entre outras brincadeiras de rua	Quadra interna e externa do CEU Parque do Carmo			
13h	14h	Gincanas	Obstáculos diversos como cama de gato, corrida com bexiga no pé, corrida com ovo na colher entre outras atividades em gincana	Quadra interna e externa do CEU Parque do Carmo			
14h	15h	Jogos adaptados	Rugby, futebol, handebol, basquetebol, voleibol	Quadra interna e externa do CEU Parque do Carmo			
15h	18h	Jogos e brincadeiras de rua - 15 à 55 anos	Taco, rouba bandeira, pião, entre outras brincadeiras de rua	Quadra interna e externa do CEU Parque do Carmo			
18h	20h	Jogos adaptados	Rugby, futebol, handebol, basquetebol, voleibol	Quadra interna e externa do CEU Parque do Carmo			
20h	22h	Gincanas	Obstáculos diversos como cama de gato, corrida com bexiga no pé, corrida com ovo na colher entre outras atividades em gincana	Quadra interna e externa do CEU Parque do Carmo			

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiadoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/diadedesafio



**CIDADE DE
SÃO PAULO**
EDUCAÇÃO

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO		ATIVIDADE					
INÍCIO	TÉRMINO	NOME	BREVE DETALHAMENTO	LOCAL			
7h	8h	Ginastica	Será desenvolvidas atividades de Ginastica	Sala de Ginastica			
7h	8h	Musculação	Será Realizada uma aula de musculação	Sala de Ginastica			
8h	9h	Condicionamento Fisica	Será realizado atividades de condicionamento fisico para 39idade	Sala de Ginastica			
8h	9h	Treinamento Funcional	Será desenvolvida uma aula de treinamento funcional	Sala de Ginastica			
8h	9h	Caminhada/alongamento	É uma aula para 39 idade onde se trabalha caminhada e alongamento	Mezanino			
8h	9h	Dança Circular	Será uma atividade realizada em parceria com a UBS	BEC			
9h	10h	Pilates	Consiste em uma de pilates Solo	Sala de Ginastica			
9h	10h	Kung-fu	Aula de artes marciais para crianças	Sala de Lutas			
10h	11h	Musculação	Será Realizada uma aula de musculação	Sala de Ginastica			
10h	11h	Futsal	Aula de Futsal para crianças	Ginasio			
10h	11h	Judô	Aula de Judô para crianças	Sala de Lutas			
13h	14h	caminhada/alongamento	É uma aula para idade livre onde se trabalha caminhada e alongamento	BEC			
13h	14h	Futsal	Aula de Futsal para crianças	Ginasio			
13h	14h	Judô	Aula de Judô para crianças	Sala de Lutas			
13h	14h	Musculação Feminina	treinamento de musculação voltado para o publico feminino	Sala de Ginastica			
15h	16h	caminhada/alongamento	É uma aula para 39 idade onde se trabalha caminhada e alongamento	BEC			
16:30	17:30	Alongamento	Aula de alongamento com idade livre	Sala de Ginastica			
18:30	19:30	Atividade para 39 idade	consiste em uma aula com foco para 39idade	BEC/Ginasio			
19:30	20:30	Clube da Caminhada	Consiste em uma aula onde o foco é melhorar o cond. fisico através da caminhada	BEC e Area externa			

DRE JT

CEU Jaçanã

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiadoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/diadedesafio



CIDADE DE SÃO PAULO EDUCAÇÃO

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO

ATIVIDADE

INÍCIO	TÉRMINO	NOME	BREVE DETALHAMENTO	LOCAL		
07h00	08h00	Caminhada - Faixa Etária : Livre	Melhora a circulação e deixa o pulmão mais eficiente, afasta a depressão , aumenta a sensação do bem estar , diabetes e diminui a sonolência.	Espaço Livre		
08h00	09h00	Alongamento - Faixa Etária : acima de 18 anos	Preveni lesões musculares , melhora a postura e diminui a dor nas costas , melhora a amplitude de movimento e evita perda de função muscular.	Sala de Dança		
08h00	08h30	Jogos e Brincadeiras - Faixa Etária : 01 á 03 anos	Aumenta o foco e a concentração, ajuda no controle das emoções, ajuda no desenvolvimento na habilidade e a importância do respeito às regras.	Sala de Artes 1		
09h00	09h30	Jogos e Brincadeiras - Faixa Etária : 04 á 05 anos	Aumenta o foco e a concentração, ajuda no controle das emoções, ajuda no desenvolvimento na habilidade e a importância do respeito às regras.	Sala de Artes 2		
10h00	10h30	Jogos e Brincadeiras - Faixa Etária : 04 á 05 anos	Aumenta o foco e a concentração, ajuda no controle das emoções, ajuda no desenvolvimento na habilidade e a importância do respeito às regras.	Sala de Artes 1		
11h00	11h30	Jogos e Brincadeiras - Faixa Etária : 04 á 05 anos	Aumenta o foco e a concentração, ajuda no controle das emoções, ajuda no desenvolvimento na habilidade e a importância do respeito às regras.	Sala de Artes 2		
14h00	14h30	Jogos e Brincadeiras - Faixa Etária : 01 á 03 anos	Aumenta o foco e a concentração, ajuda no controle das emoções, ajuda no desenvolvimento na habilidade e a importância do respeito às regras.	Sala de Artes 1		
14h00	15h00	Jogos e Brincadeiras - Faixa Etária : 09 á 14 anos	Aumenta o foco e a concentração, ajuda no controle das emoções, ajuda no desenvolvimento na habilidade e a importância do respeito às regras.	Sala de Artes 2		
15h00	15h30	Jogos e Brincadeiras - Faixa Etária : 04 á 05 anos	Aumenta o foco e a concentração, ajuda no controle das emoções, ajuda no desenvolvimento na habilidade e a importância do respeito às regras.	Sala de Artes 1		
15h00	16h00	Futsal - Faixa Etária : 12 á 16 anos	Cresce e melhora o metabolismo. o sistemas cardíaco, respiratório e cardiovascular.	Sala de Artes 2		
15h00	15h30	Jogos e Brincadeiras - Faixa Etária : 01 á 03 anos	Aumenta o foco e a concentração, ajuda no controle das emoções, ajuda no desenvolvimento na habilidade e a importância do respeito às regras.	Quadra Coberta		
19h00	20h00	Futsal - Faixa Etária : Acima de 18 anos	Cresce e melhora o metabolismo. o sistemas cardíaco, respiratório e cardiovascular.	Quadra Coberta		
20h00	21h00	Alongamento - Faixa Etária : acima de 18 anos	Preveni lesões musculares , melhora a postura e diminui a dor nas costas , melhora a amplitude de movimento e evita perda de função muscular.	Sala de Dança		

DRE JT

CEU Parque Novo Mundo



**CIDADE DE
SÃO PAULO
EDUCAÇÃO**

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

DRE JT	CEU Tremembé	HORÁRIO		ATIVIDADE		
		INÍCIO	TÉRMINO	NOME	BREVE DETALHAMENTO	LOCAL
		07h10	08h10	Caminhada de 18 a 59 anos	Caminhada realizada em torno do ginásio esportivo	Área comum
08h10	09h10	Alongamento de 18 a 59 anos	Leve alongamento com orientações de postura	Mezanino		
09h10	10h10	Funcional 60+	Atividade trabalha o condicionamento físico, flexibilidade, força e agilidade	Quadra		
10h10	11h10	Brincadeiras - turma CEMEI - 04 a 05 anos	Trabalho lúdico e divertido	Quadra		
11h10	12h10	Brincadeiras - turma CEMEI - 02 a 03 anos	Trabalho lúdico e divertido	Quadra		
13h10	14h10	Alongamento 60 anos +	Leve alongamento com orientações de postura	Mezanino		
14h10	15h10	Yoga 60 +	Trabalho do corpo e da mente	Sala de Dança		
07h10	08h10	Ginástica Artística de 09 a 11 anos	Desenvolvimento e aprendizado da atividade	Sala de Dança		
08h10	09h10	Futsal Masculino de 10 a 13 anos	Jogo de futebol de salão	Quadra		
09h10	10h10	Hidroginástica de 18 a 59 anos	Atividade física praticada dentro da água	Piscina		
10h10	11h10	Natação 60+	Ensino de práticas e modalidades	Piscina		
11h10	12h10	Natação PCD	Desenvolvimento de atividades e coordenação motora	Piscina		
13h10	14h10	Natação 60+	Ensino de práticas e modalidades	Piscina		
14h10	15h10	Funcional 60+	Atividade trabalha o condicionamento físico, flexibilidade, força e agilidade	Mezanino		
13h50	14h50	Voleibol Feminino 14 a 17 anos	Ensino e orientação sobre a prática esportiva	Quadra		
14h50	15h50	Voleibol Masculino 14 a 17 anos	Ensino e orientação sobre a prática esportiva	Quadra		
15h50	16h50	Futsal Masculino de 14 a 17 anos	Ensino e orientação sobre a prática esportiva	Quadra		
16h50	17h50	Natação Misto de 18 a 59 anos	Ensino de práticas e modalidades	Piscina		
18h50	19h50	Natação Misto de 14 a 17 anos	Ensino de práticas e modalidades	Piscina		
19h50	20h50	Hidroginástica de 18 a 59 anos	Atividade física praticada dentro da água	Piscina		
20h50	21h50	Voleibol Misto 18 a 59 anos	Ensino e orientação sobre a prática esportiva	Quadra		
13h50	14h50	Funcional 60+	Atividade trabalha o condicionamento físico, flexibilidade, força e agilidade	Sala de Dança		
14h50	15h50	Alongamento 60+	Leve alongamento com orientações de postura	Sala de Dança		
16h50	17h50	Basquete Masculino 10 a 13	Ensino e orientação sobre a prática esportiva	Quadra		
17h50	18h50	Voleibol Misto 18 a 59 anos	Ensino e orientação sobre a prática esportiva	Quadra		

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiadoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/diadodesafio



**CIDADE DE
SÃO PAULO
EDUCAÇÃO**

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

DRE MP	CEU Parque São Carlos	HORÁRIO		ATIVIDADE			
		INÍCIO	TÉRMINO	NOME	BREVE DETALHAMENTO	LOCAL	
		7h	8h	Fitness Plus Size	Apresentação da Fitness Plus	Multiuso	
8h	9h	Relaxamento	Aula livre	Multiuso			
9h	10h	Desafio do Pilates: Alunas x Gestão	Alunas das aulas de pilates desafiarão a gestão do CEU para uma	Sala de Dança			
12h	13h	Aula Livre EMEF	Jogos recreativos	Ginásio			
13h	14h	Aula Livre EMEF	Jogos recreativos	Ginásio			
13h30	14h30	Gap	Aula livre	Sala de Dança			
15h30	16h30	Dança do ventre: desafio da Tarde	Alunas da dança do ventre do turno da tarde desafiarão as alunas da	Sala de Dança			

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiadoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/odiadodesafio



PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO

ATIVIDADE

INÍCIO

TÉRMINO

NOME

BREVE DETALHAMENTO

LOCAL

DRE MP

CEU PQ- Veredas

7h

8h

Caminhada

A caminhada consiste na utilização desse

Pista de atletismo

9h

10h

Ginástica

Ginástica é um esporte que implica a prática de uma

Sala de Dança

10h30

11h30

Ginástica Artística

A ginástica artística, também conhecida no Brasil

Sala de Dança

13h30

14h30

Alongamento

Alongamentos são exercícios voltados para o aumento da

Sala de Dança

14h30

15h30

Ginástica Artística

A ginástica artística, também

Sala de Dança

16h30

17h30

Funcional

O termo "funcional", segundo o

Ateliê 3

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiaDoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/diadodesafio



**CIDADE DE
SÃO PAULO
EDUCAÇÃO**

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

DRE MP	CEU Três Pontes	HORÁRIO		ATIVIDADE			
		INÍCIO	TÉRMINO	NOME	BREVE DETALHAMENTO	LOCAL	
		8h	10h	CAMINHADA GERAL	SERÁ REALIZADO UMA CAMINHADA COM A COMUNIDADE E ALUNOS DAS ATIVIDADES ESPORTIVAS.	ESPAÇOS E DEPENDENCIAS EXTERNAS DO CEU.	
10h	11h	MATROGINÁSTICA	SERÁ REALIZADO UM CONJUNTO DE DE ATIVIDADES ESPORTIVAS E DANÇA.	BLOCO ESPORTIVO E CULTURA/CAMPO.			
14h30	16h	GINCANA ESPORTIVA DE PASSAGEM	REALIZAREMOS UMA GINCANA COM ALUNOS DA ESCOLA EMEI	CAMPO			

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiadoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/diadedesafio



CIDADE DE SÃO PAULO EDUCAÇÃO

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

DRE MP	CEU Vila Curuça	HORÁRIO		ATIVIDADE			
		INÍCIO	TÉRMINO	NOME	BREVE DETALHAMENTO	LOCAL	
		07h	08h	Prof ^o Cláudia	Aulão de Pilates para a comunidade promovendo alívio do estresse e da tensão, mais flexibilidade, melhora na postura, diminuindo as dores e aumentando a consciência corporal.	Sala de Dança	
08h30	09h30	Prof ^o Cláudia	Aula de Dança Circulares geralmente praticadas em grupo desperta a integração, viabilizando a socialização. É uma prática que reúne varios tipos de danças tradicionais ou folclóricas de diferentes locais.	Sala de Dança			
07h	08h	Prof ^o Ricardo	Caminhada aberta para Terceira Idade fortalece os músculos, ossos e articulações, ajudando aumentar seu nível de energia, além da melhora do humor e ansiedade.	Área Externa			
08h	09h	Prof ^o Ricardo	Alongamento é uma atividade que melhora a coordenação motora, faz a prevenção de lesões por esforço repetitivo. Durante a prática o corpo vai ganhando elasticidade, melhorando o desempenho nas atividades físicas e nas tarefas diárias.	Multiuso 1			
14h	15h	Prof ^o Adilson	Condicionamento Físico é uma aula bem variada e dinâmica envolvendo varios tipos de exercícios.	Sala de Dança			
15h	16h30	Coordenador Marcelo	Aula de Ritmos têm como principal objetivo a diversão e, ao mesmo tempo, a melhora do condicionamento físico, sua prática sendo uma grande aliada para a terceira idade.	Sala de Dança			
18h	19h	Prof ^o Leandro Collado	As práticas de YOGA são compostas por exercícios de respiração, meditação e posturas projetadas para trabalhar a consciência corporal, trazer sensação de relaxamento e reduzir o estresse.	Sala de Dança			

DRE PE		CEU Arthur Alvim		PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022					
				HORÁRIO		ATIVIDADE			
				INÍCIO	TÉRMINO	NOME	BREVE DETALHAMENTO	LOCAL	
				7h	8h	Alongamento	Atividade voltada para o aumento da flexibilidade muscular	Ginásio	
8h	9h	Caminhada	Atividade física aeróbica que melhora o sistema cardiovascular e a diminuição dos sintomas de estresse e ansiedade.	Pátios externos					
9h	10h	Alongamento	Atividade voltada para o aumento da flexibilidade muscular	Ginásio					
10h	11h	Ginástica	Atividade que fortalece os músculos, melhora a coordenação motora e a aumenta a capacidade cardiorespiratória	Piscina					
11h	12h	Hidroginástica	Atividade aquática que melhora a força muscular, resistência, flexibilidade e equilíbrio.	Piscina					
14h	15h	Ginástica	Atividade que fortalece os músculos, melhora a coordenação motora e a aumenta a capacidade cardiorespiratória	Ginásio					
15h	16h	Hidroginástica	Atividade aquática que melhora a força muscular, resistência, flexibilidade e equilíbrio.	Piscina					
15h	16h	Dança/Ritmos	Atividade física que utiliza diversos gêneros musicais combinando a coreografia de movimentos variados simples, com movimentos mais	Sala de Dança					
16h	17h	Caminhada	Atividade física aeróbica que melhora o sistema cardiovascular e a diminuição dos sintomas de estresse e ansiedade.	Pátios externos					
17h	18h	Hidroginástica	Atividade aquática que melhora a força muscular, resistência, flexibilidade e equilíbrio.	Piscina					
19h	20h	Natação	Atividade física que aumenta a frequência cardíaca, tonifica os músculos, melhora a força e resistência e trabalha os grupos musculares com a	Piscina					
20h	21h	Alongamento	Atividade voltada para o aumento da flexibilidade muscular	Ginásio					
21h	22h	Dança/Ritmos	Atividade física aeróbica que melhora o sistema cardiovascular e a diminuição dos sintomas de estresse e ansiedade.	Sala de Dança					

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiadoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/diadedesafio



CIDADE DE SÃO PAULO EDUCAÇÃO

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO

ATIVIDADE

INÍCIO

TÉRMINO

NOME

BREVE DETALHAMENTO

LOCAL

DRE PE

CEU Tiquatira

7h30

8h

caminhada

atividade para iniciação ao bem estar e saúde.

area entorno do ceu

8h30

9h

Jogos e Brincadeiras (EMEI)

atividade desenvolvida com objetos finalidade do jogo ESTAFETO

mezanino

9h00

9h30

Jogos e Brincadeiras (EMEI)

atividade desenvolvida com objetos finalidade do jogo ESTAFETO

mezanino

9H00

9H30

BRINCAR (CEI)

Atividade Lúdica do brincar

Quadra

14H00

14h30

BRINCAR (CEI)

Atividade Lúdica do brincar

Quadra

15h00

15h30

Jogos e Brincadeiras (EMEI)

atividade desenvolvida com objetos finalidade do jogo ESTAFETO

mezanino

16h00

16h30

Jogos e Brincadeiras (EMEI)

atividade desenvolvida com objetos finalidade do jogo ESTAFETO

mezanino

16h30

17h00

Ginástica Laboral

Atividade desenvolvida com finalidade de atender os funcionários da unidade com incentivo a saúde

Entorno do ceu

16h30

17h30

Ginástica Adulto

Atividade com finalidade para o bem e estar e saúde

Sala de Dança

17h30

18h30

Alongamento

Bem estr e saúde

Sala de Dança

17h30

18h30

Dança KIDS

Atividade de coordenação, agilidade e bem estar

Mezanino

20h00

21h00

Alongamento

Bem estr e saúde

Sala de Dança

21h00

22h00

STEP

ATIVIDADE DESENVOLVIDA PARA A COORDENAÇÃO MOTORA E BEM ESTAR E SAÚDE

Sala de Dança

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiadoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/diadedesafio



**CIDADE DE
SÃO PAULO
EDUCAÇÃO**

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO

ATIVIDADE

INÍCIO

TÉRMINO

NOME

BREVE DETALHAMENTO

LOCAL

DRE PJ

CEU PQ. Anhanguera

07h00

08h00

CAMINHADA

CAMINHADA INTERVALADA COM
EXERCÍCIOS FUNCIONAIS

ÁREA EXTERNA

08h00

09h00

YOGA

HATHA YOGA

SALA DE BOXE

15h30

17h00

BOXE

ARTE MARCIAL

SALA DE BOXE

17h30

18h30

BOXE

ARTE MARCIAL

SALA DE BOXE

18h30

19h30

GINÁSTICA

CIRCUITO

BEC INFERIOR

20h00

21h00

JUDÔ

ARTE MARCIAL

SALA DE JUDÔ

21h00

22h00

JUDÔ

ARTE MARCIAL

SALA DE JUDÔ

20h00

22h00

CAPOEIRA

SEQUÊNCIA DO MESTRE BIMBA

SALA DE DANÇA

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiadoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/diadedesafio



CIDADE DE SÃO PAULO EDUCAÇÃO

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO

ATIVIDADE

INÍCIO

TÉRMINO

NOME

BREVE DETALHAMENTO

LOCAL

DRE PJ

CEU Pinheirinho

07:00

08:00

Caminhada

A caminhada é uma atividade física aeróbica que pode ser realizada por qualquer pessoa, independente da idade e do condicionamento físico.

Parque Pinheirinho d'água

08:00

09:00

ALONGAMENTO

A importância do alongamento está em seus inúmeros benefícios para o corpo, tanto para atletas quanto para os sedentários

CEU PINHEIRINHO

09:00

10:00

RECREAÇÃO

CEU PINHEIRINHO

10:00

12:00

VOLEI

CEU PINHEIRINHO

13:00

14:00

MEDITAÇÃO E YOGA

A principal diferença reside exatamente nisso: a meditação tem como objetivo a estabilidade mental através do "esvaziamento" da mente, e o yoga

CEU PINHEIRINHO

14:00

15:00

GINÁSTICA

CEU PINHEIRINHO

15:00

16:00

PILATES

CEU PINHEIRINHO

16:00

18:00

GINCANAS

CEU PINHEIRINHO

14:00

15:00

Rodas de versos

Pinheirinho

15:00

16:00

Experimentação de musicalização

pinheirinho

16:00

17:00

Leituras/Dramatização e musicalização.

A caminhada é uma atividade física aeróbica que pode ser realizada por qualquer pessoa, independente da idade e do condicionamento físico, e

Biblioteca Pinheirinho

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiadoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/diadodesafio



**CIDADE DE
SÃO PAULO
EDUCAÇÃO**

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO

ATIVIDADE

INÍCIO

TÉRMINO

NOME

BREVE DETALHAMENTO

LOCAL

DRE PJ

CEU Vila Atlântica

8h

9h

IMIGRANTES

CONTAÇÃO DE HISTÓRIA A RESPEITO DOS IMIGRANTES

BIBLIOTECA

18H30

20H

AULA E VIVÊNCIA DE YOGA

RELAXAMENTO, TÉCNICAS DE ALONGAMENTOS E MEDITAÇÃO

MULTI USO

18H30

22H

FUTSAL

JOGOS AMISTOSOS

QUADRA INTERNA

19H

21H30

AULA DE JIU JITSU

DEFESA PESSOAL, ALONGAMENTO E TREINO DE POSIÇÕES

ATÉLIE

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiadoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/diadedesafio



**CIDADE DE
SÃO PAULO
EDUCAÇÃO**

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO

ATIVIDADE

INÍCIO

TÉRMINO

NOME

BREVE DETALHAMENTO

LOCAL

DRE SA

CEU Alvarenga

08:30

09h

EMAGRECEU

Caminhada

Área Externa

09h

10h

AFROMIX

Atividade rítmica

Tenda

15h

16h

ZUMBA

Atividade rítmica

Quadra externa

18h

19h

FITDANCE

Atividade rítmica

Quadra externa

20h

21h

BASQUETE

Atividade rítmica

Ginásio

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiadoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/diadosdesafio



**CIDADE DE
SÃO PAULO
EDUCAÇÃO**

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO

ATIVIDADE

INÍCIO

TÉRMINO

NOME

BREVE DETALHAMENTO

LOCAL

DRE SA

CEU Caminho do Mar

07h00

08h00

Ginástica

Aulas de Ginastica funcional com e

Mesanino

08h00

09h00

Xadrez

Aula aberta de Xadrez

Sala de Xadrez

09h00

10h00

Ginástica Artisitca

Aula aberta de iniciação artistica

Sala do G.A

11h00

12h00

Ginástica

Aulas de Ginastica funcional com e

Mesanino

14h00

16h00

Voleibol Adaptado

Aula aberta de Voleibol Adaptado

Quadra Coberta

15h30

16h30

Ginástica Artisitca

Aula aberta de iniciação artistica

Sala do G.A

17h30

19h00

Voleibol

Aula aberta de Voleibol

Quadra Coberta

19h00

20h30

Muay Thay

Aula de Artes Marciais

Sala de artes Marciais

19h00

22h00

Capoeira

Aula aberta de Capoeira

Mesanino

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiadoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/odiadodesafio



CIDADE DE SÃO PAULO EDUCAÇÃO

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO		ATIVIDADE					
INÍCIO	TÉRMINO	NOME	BREVE DETALHAMENTO	LOCAL			
14h	14h30	DANÇA E MOVIMENTO	A PROFESSORA FARÁ UMA AULA DE DANÇA E MOVIMENTO COM AS CRIANÇAS DO CEI	UNIDADE CEI			
18h	19h	VÔLEI FEMININO	INFORMAÇÃO E CONSCIENTIZAÇÃO DA IMPORTÂNCIA DO DIA DO DESAFIO DENTRO DA AULA	QUADRA INTERNA			
08h30	09h30	FITDANCE	AULA ABERTA DE FITDANCE COM OS VOLUNTÁRIOS	BEC			
07h	08h	CAMINHADA	AULA ABERTA DE CAMINHADA	ÁREA EXTERNA			
07h	19h	GMF	INFORMAÇÃO E CONSCIENTIZAÇÃO DA IMPORTÂNCIA DO DIA DO DESAFIO DENTRO DAS AULAS	SALA DE MUSCULÃO			
19h	20h	VÔLEI ADULTO	INFORMAÇÃO E CONSCIENTIZAÇÃO DA IMPORTÂNCIA DO DIA DO DESAFIO DENTRO DA AULA	QUADRA INTERNA			
12h30	13h30	KUNG-FU	INFORMAÇÃO E CONSCIENTIZAÇÃO DA IMPORTÂNCIA DO DIA DO DESAFIO DENTRO DA AULA	BEC SUPERIOR			
16h	17h	BOXE FEMININO	INFORMAÇÃO E CONSCIENTIZAÇÃO DA IMPORTÂNCIA DO DIA DO DESAFIO DENTRO DA AULA	BEC SUPERIOR			
18h30	19h30	BOXE CHINÊS	INFORMAÇÃO E CONSCIENTIZAÇÃO DA IMPORTÂNCIA DO DIA DO DESAFIO DENTRO DA AULA	BEC SUPERIOR			
07h30	08h30	TAI-CHI-CHUAN	INFORMAÇÃO E CONSCIENTIZAÇÃO DA IMPORTÂNCIA DO DIA DO DESAFIO DENTRO DA AULA	BEC SUPERIOR			
09h30	10h30	PILATES	INFORMAÇÃO E CONSCIENTIZAÇÃO DA IMPORTÂNCIA DO DIA DO DESAFIO DENTRO DA AULA	BEC SUPERIOR			
10h30	11h30	ALONGAMENTO	INFORMAÇÃO E CONSCIENTIZAÇÃO DA IMPORTÂNCIA DO DIA DO DESAFIO DENTRO DA AULA	BEC SUPERIOR			
15h	16h	BASQUETE MISTO	INFORMAÇÃO E CONSCIENTIZAÇÃO DA IMPORTÂNCIA DO DIA DO DESAFIO DENTRO DA AULA	QUADRA INTERNA			
16h	17h	FUTSAL MISTO	INFORMAÇÃO E CONSCIENTIZAÇÃO DA IMPORTÂNCIA DO DIA DO DESAFIO DENTRO DA AULA	QUADRA INTERNA			
07h	17h	RODA DE CONVERSA	RODA DE CONVERSA SOBRE O EXERCÍCIO FÍSICO, O DIA DO DESAFIO E ATIVIDADE DE MOVIMENTO COM MÚSICA	UNIDADE EMEI			

DRE SM

CEU Alto Alegre

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiadoDesafio

diadodesafio.org.br

facebook.com/odiadodesafio



**CIDADE DE
SÃO PAULO
EDUCAÇÃO**

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

HORÁRIO

ATIVIDADE

INÍCIO

TÉRMINO

NOME

BREVE DETALHAMENTO

LOCAL

08h

09h

Clube de caminhada

Todo passo conta, mais caminhabilidade e menos obesidade.

Externo

08h

09h

Desafio da Flexibilidade

Alongue, respire e relaxe. Superar limites de seu corpo, até onde você é capaz de chegar?

Sala de dança

09h

10h

Força é saúde

Neste desafio o CORE será explorado ao extremo. Um minuto em prancha pode durar uma eternidade, você consegue suportar?

Sala de dança

14h30

15h30

Desafio da Flexibilidade

Alongue, respire e relaxe. Superar limites de seu corpo, até onde você é capaz de chegar?

Sala de dança

18h30

20h

Saltos e acrobacias

Neste desafio vamos buscar alcançar a eficiência nos saltos e movimentos. Não fique de fora do espetáculo.

Sala de dança

DRE SM

CEU Rosa da China

Dia do Desafio

25 DE MAIO DE 2022

Ocupar espaços
e reunir pessoas

#DiadoDesafio diadodesafio.org.br facebook.com/diadodesafio



**CIDADE DE
SÃO PAULO
EDUCAÇÃO**

PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022

		HORÁRIO		ATIVIDADE				
		INÍCIO	TÉRMINO	NOME	BREVE DETALHAMENTO	LOCAL	TOTAL DE PARTICIPANTES	OBSERVAÇÕES (Ocorrências na Execução)
DRE SM	CEU Sapopemba	7H00	8H30	DIA DO DESAFIO - CORPO EM MOVIMENTO	ATIVIDADES FÍSICAS VARIADAS / COMPREENDENDO DIVERSOS TIPOS DE MATERIAS EX: CORDA, PNEU, ANILHAS ETC...	AREA EXTERNA / BEC INTERNO/EXTERNO / RAMPA / FRENTE GESTÃO		

		PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022						
		HORÁRIO		ATIVIDADE				
		INÍCIO	TÉRMINO	NOME	BREVE DETALHAMENTO	LOCAL		
DRE SM	CEU São Mateus	07h30	8h30	caminhada	caminha onde os alunos vao usar a corda	em volta do ceu são mateus		
		07h30	9h	volei adptado	desafio volei da terceira idade com alunos da emf	ginasio		
		9h	11h30	GINCANA	ALUNOS DA ESCOLA ACLAMADO	CAMPO		
		9H	10H	DESAFIO PROJETO VERÃO	CIRCUITO	ESPAÇO FAMA		
		14h	15h30	desafio boxe	diversos desafiosdurante o periodo com o treinamento de boxe	ateli~e1		

		PROGRAMAÇÃO DAS ATIVIDADES NOS CEU'S PARA DIA DO DESAFIO 2022						
		HORÁRIO		ATIVIDADE				
		INÍCIO	TÉRMINO	NOME	BREVE DETALHAMENTO	LOCAL		
DRE SM	CEU São Rafael	7h	8h	Aula de Alongamento	O alongamento é um exercício físico voltado a flexibilidade dos músculos, os movimentos realizados promovem o estiramento das fibras musculares,	Sala da multiuso		
		08:30	09:30	Atividade de Step	Aula aeróbica utilizando um obstáculo de borracha chamado de step para poder subir e descer trabalhando assim o cardio ao som de musica e motivados	Sala de dança		
		09:30	10:30	Atividade de Jump	Aula aeróbica\ anaerobica , movimentos onde os alunos saltam em uma mini cama elástica	Sala de dança		
		08:30	10:30	Dia brincante , dia de desafio	É o dia D, onde a criança se desloca ate um lugar mágico encontrando varios obstaculos promovendo assim um dia de explorar, brincadeiras, desafios e	Quadra		
		13h	14:30	Dia brincante , dia de desafio	É o dia D, onde a criança se desloca ate um lugar mágico encontrando varios obstaculos promovendo assim um dia de explorar, brincadeiras, desafios e	Sala de dança		