

**GRADE HORÁRIA DAS ATIVIDADES**

Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
7:30			<b>PILATES</b> <b>Diego</b> 7h30 às 8h10		<b>PILATES</b> <b>Diego</b> 7h30 às 8h10
8:00	<b>ENFERMAGEM</b> <b>Simone</b> 8h às 11h	<b>EJA</b> <b>Glória</b> 8h às 11h	<b>EJA</b> <b>Glória</b> 8h às 11h	<b>EJA</b> <b>Glória</b> 8h às 11h	
8:20			<b>PILATES</b> <b>Diego</b> 8h20 às 9h		<b>PILATES</b> <b>Diego</b> 8h20 às 9h
8:30				<b>TAI CHI CHUAN</b> <b>Carlos</b> 8:30h às 9:30h	<b>ACUPUNTURA</b> <b>Elisângela</b> 8h30 às 12h
9:00	<b>YOGA</b> <b>Bárbara</b> 9h às 10h	<b>CARDIO DANCE</b> <b>André</b> 9h às 10h			<b>CARDIO DANCE</b> <b>André</b> 9h às 10h
9:30		<b>REIKI</b> <b>Mel</b> 9h30 às 10h30			<b>SMARTPHONE</b> <b>Clodoaldo</b> 9h30 às 10h30
10:00	<b>COND. FÍSICO</b> <b>Renata</b> 10h às 10:40h		<b>COND. FÍSICO</b> <b>Renata</b> 10h às 10:40h		<b>COND. FÍSICO</b> <b>Renata</b> 10h às 10:40h
10:30		<b>PRÁTICAS CORPORAIS</b> <b>CHINESA E</b> <b>MEDITAÇÃO</b> <b>Mel</b> 10h30 às 11h15		<b>INGLÊS INICIANTE</b> <b>Sandra</b> 10:30h às 11:30h	<b>ITALIANO</b> <b>Clodoaldo</b> 10:30h às 11:30h
10:50	<b>COND. FÍSICO</b> <b>Renata</b> 10:50h às 11:30h		<b>COND. FÍSICO</b> <b>Renata</b> 10:50h às 11:30h		<b>COND. FÍSICO</b> <b>Renata</b> 10:50h às 11:30h
<b>12 ÀS 13HS</b>	<b>ALMOÇO</b>				
13:00	<b>COREOGRAFIA</b> <b>Cris</b> 16h às 17h <b>ARTESANATO</b> <b>Ana Lúcia</b> 13h às 17h	<b>REIKI</b> <b>Mel</b> 13hs às 14hs		<b>INGLÊS INTERM.</b> <b>Sandra</b> 13:30h às 14:30h	<b>ARTESANATO</b> <b>Ana Lúcia</b> 13h às 17h
13:30			<b>PILATES</b> <b>Diego</b> 13h30 às 14h10		<b>PILATES</b> <b>Diego</b> 13h30 às 14h10
14:00	<b>FANFARRA</b> 14h às 15h	<b>FISIOTERAPIA</b> <b>Márcia Oba</b> 14h às 16h	<b>BINGO</b> 14h às 16h <b>Cascata Pequena</b>	<b>BINGO</b> 14h às 16h <b>Reviver</b>	<b>INFORMÁTICA</b> <b>Ester</b> 13h30 às 15h
14:20			<b>PILATES</b> <b>Diego</b> 14h20 às 15h		<b>PILATES</b> <b>Diego</b> 14h20 às 15h
14:30		<b>BARALHO/DOMINÓ/XADRE</b> <b>Z/TRUCO</b> 14h 30		<b>BARALHO/DOMINÓ/XADRE</b> <b>Z/TRUCO</b> 14h 30	
15:00	<b>DANÇA DE SALÃO</b> <b>André</b> 15h às 16h	<b>PRÁTICAS CORPORAIS</b> <b>CHINESA E</b> <b>MEDITAÇÃO</b> <b>Mel</b> 15h às 16h		<b>FRANCÊS</b> <b>Sandra</b> 15h à 16h	<b>CORAL</b> <b>Silvania</b> 15hs às 16h30

**16:00**

**DANÇA DO ENTRE E  
CIGANA**

**Karen**  
16h às 17hs

**CROCHÊ**  
**Gislene**  
16h às 17h

<b>16:00</b>	<b>DANÇA DO ENTRE E CIGANA</b> <b>Karen</b> 16h às 17hs	<b>CROCHÊ</b> <b>Gislene</b> 16h às 17h			
--------------	---	---	--	--	--