

## HORÁRIO DO GINÁSIO OSCAR PEREIRA

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SABÃO	DOMINGO
8h	<b>RITMOS</b>	CORRIDA E CAMINHADA ORIENTADA	<b>RITMOS</b>	CORRIDA E CAMINHADA ORIENTADA	CORRIDA E CAMINHADA ORIENTADA		Atualizado em 13.07
9h		ESPORTE DE BASE FUTSAL MASCULINO 10 a 12 ANOS		ESPORTE DE BASE FUTSAL MASCULINO 10 a 12 ANOS	<b>RITMOS</b>	ACGF FUTSAL MASC. SUB 17/ 18	
09h30	<b>RITMOS</b>		<b>RITMOS</b>				
10h		ESPORTE DE BASE FUTSAL MASCULINO 13 a 15 ANOS		ESPORTE DE BASE FUTSAL MASCULINO 13 a 15 ANOS	<b>AVVF - FUTSAL MASCULINO 8 ANOS</b>	ACGF FUTSAL MASC. SUB 17/ 18	
11h					<b>AVVF - FUTSAL MASCULINO 8 ANOS</b>	ACGF FUTSAL MASC. SUB 17/ 18	
13h							
14h	ESPORTE DE BASE VOLEIBOL FEMININO	<b>PILATES SOLO</b>	ESPORTE DE BASE VOLEIBOL FEMININO	<b>PILATES SOLO</b>	<b>FUNCIONAL</b>		
15h /15h30	ESPORTE DE BASE VOLEIBOL FEM / MASC.	<b>FUNCIONAL</b>	ESPORTE DE BASE VOLEIBOL FEM / MASC.	<b>FUNCIONAL</b>	<b>PILATES SOLO</b>		
16h	ESPORTE DE BASE VOLEIBOL MASCULINO		ESPORTE DE BASE VOLEIBOL MASCULINO				
17h		ACGF FUTSAL MASCULINO SUB 14	ACGF FUTSAL MASC. SUB 17/ 18	ACGF FUTSAL MASCULINO SUB 11	<b>LIGA HANDEBOL MASCULINO JOJUPS</b>		
18h	FUTSAL SMESP	ACGF FUTSAL MASCULINO SUB 13	ACGF FUTSAL MASC. SUB 17/18	ACGF FUTSAL MASCULINO SUB 11	<b>LIGA HANDEBOL MASCULINO JOJUPS</b>	LIGA DE FUTSAL	PROJETO IGREJA
19h	<b>LIGA JAP'S HANDEBOL FEMININO</b>	ACGF FUTSAL MASCULINO SUB 13	<b>LIGA FUTSAL</b>	ACGF FUTSAL MASCULINO SUB 13	<b>LIGA HANDEBOL MASCULINO JOJUPS</b>	LIGA DE FUTSAL	PROJETO IGREJA
20h	<b>LIGA JAP'S HANDEBOL MASCULINO</b>	<b>LIGA DAS ATLÉTICAS</b>	<b>LIGA FUTSAL</b>	ACGF FUTSAL MASCULINO SUB 13	FUTSAL SMESP	LIGA DE FUTSAL	PROJETO IGREJA
21h	<b>LIGA JAP'S HANDEBOL MASCULINO</b>	<b>LIGA DAS ATLÉTICAS</b>	<b>LIGA FUTSAL</b>		FUTSAL SMESP	LIGA DE FUTSAL	PROJETO IGREJA
22h							

### HORÁRIO DO GINÁSIO OSCAR PEREIRA- PASSARELA- PATINAÇÃO - COMUNIDADE EM GERAL

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SABÁDO	DOMINGO
7h	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE		Atualizado em 12.06
8h	CAMINHADA LIVRE	CORRIDA E CAMINHADA INDOOR	CAMINHADA LIVRE	CORRIDA E CAMINHADA INDOOR	CORRIDA E CAMINHADA INDOOR		
9h	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE		
10h	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE		
11h	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE		
12h	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE		
12h30	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE		
13h	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	PATINAÇÃO	PATINAÇÃO
13h30	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	PATINAÇÃO	PATINAÇÃO
14h	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	PATINAÇÃO	PATINAÇÃO
	FUNCIONAL		FUNCIONAL				
15h	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	PATINAÇÃO	PATINAÇÃO
16h	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	PATINAÇÃO	PATINAÇÃO
17h	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	PATINAÇÃO	PATINAÇÃO
18h	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	PATINAÇÃO	PATINAÇÃO
19h	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE	CAMINHADA LIVRE		
20h	PATINAÇÃO			PATINAÇÃO	PATINAÇÃO		
21h	PATINAÇÃO			PATINAÇÃO	PATINAÇÃO		
22h	PATINAÇÃO			PATINAÇÃO	PATINAÇÃO		

### HORÁRIO DO GINÁSIO OSCAR PEREIRA- SALA DE YOGA (VESTIÁRIO 10) – LUTAS - RESIDENCIA SAÚDE

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
8h	QUAL. DE VIDA / YOGA – T1		QUAL. DE VIDA / YOGA - T1		RITMOS		Atualizado em 13.07
8h30							
9h	QUAL. DE VIDA / YOGA – T2	QUAL. DE VIDA /YOGA - T3	QUAL. DE VIDA / YOGA – T2	QUAL. DE VIDA /YOGA - T3	QUAL. DE VIDA / PILATES SOLO		
9h30					RITMOS		
10h		QUAL. DE VIDA/ YOGA - T4		QUAL. DE VIDA/ YOGA – T4	QUAL. DE VIDA / PILATES SOLO		
10h30							
11h							
12h							
13h							
13h30							
14h		PILATES (QD)		PILATES (QD)			
15h	PILATES	QUAL. DE VIDA / YOGA – T5	PILATES	QUAL. DE VIDA / YOGA - T5	PILATES (QD)		
		FUNCIONAL		FUNCIONAL			
16h		QUAL. DE VIDA / YOGA - T6		QUAL. DE VIDA / YOGA - T6			
		RITMOS		RITMOS			
17h		RITMOS		RITMOS			
18h		RITMOS		RITMOS			
18h30							
19h							
19h30							
20h							
21h							

## HORÁRIO DO GINÁSIO ARENA MULTIUSO- QUADRA 1

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SABÁDO	DOMINGO
8h		ESPORTE DE BASE VOLEIBOL MASC./FEM 7 a 14 ANOS		ESPORTE DE BASE VOLEIBOL MASC./FEM 7 a 14 ANOS			Atualizado em 20.07
9h		ESPORTE DE BASE VOLEIBOL MASC./FEM 7 a 14 ANOS		ESPORTE DE BASE VOLEIBOL MASC./FEM 7 a 14 ANOS			
10h		ESPORTE DE BASE VOLEIBOL MASC./FEM 7 a 14 ANOS		ESPORTE DE BASE VOLEIBOL MASC./FEM 7 a 14 ANOS			
11h							
12h							
13h							
13h30							
14h	ESPORTE DE BASE - VOLEIBOL MASC./FEM.	ESPORTE DE BASE - VOLEIBOL MASC./FEM.	ESPORTE DE BASE - VOLEIBOL MASC./FEM.	ESPORTE DE BASE - VOLEIBOL MASC./FEM.			
15h	ESPORTE DE BASE - VOLEIBOL MASC./FEM.	ESPORTE DE BASE - VOLEIBOL MASC./FEM.	ESPORTE DE BASE - VOLEIBOL MASC./FEM.	ESPORTE DE BASE - VOLEIBOL MASC./FEM.			
16h	ESPORTE DE BASE - VOLEIBOL MASC./FEM.	ESPORTE DE BASE - VOLEIBOL MASC./FEM.	ESPORTE DE BASE - VOLEIBOL MASC./FEM.	ESPORTE DE BASE - VOLEIBOL MASC./FEM.			
17h	ESPORTE DE BASE VOLEIBOL FEM. NÍVEL 2	LDPG FEMININO - 16 ANOS	ESPORTE DE BASE VOLEIBOL FEM. NÍVEL 2	LDPG FEMININO - 16 ANOS			
18h	ESPORTE DE BASE VOLEIBOL FEM. NÍVEL 2	LDPG FEMININO - 16 ANOS	ESPORTE DE BASE VOLEIBOL FEM. NÍVEL 2	LDPG FEMININO - 16 ANOS			
19h	AULAS / VOLEIBOL ADULTO	AULAS / VOLEIBOL ADULTO	LIGA DAS ATLÉTICAS	AULAS / VOLEIBOL ADULTO	LIGA DAS ATLÉTICAS		
20h30	AULAS / VOLEIBOL ADULTO	AULAS / VOLEIBOL ADULTO	LIGA DAS ATLÉTICAS	AULAS / VOLEIBOL ADULTO	LIGA DAS ATLÉTICAS		
21h	AULAS / VOLEIBOL ADULTO	AULAS / VOLEIBOL ADULTO	LIGA DAS ATLÉTICAS	AULAS / VOLEIBOL ADULTO	LIGA DAS ATLÉTICAS		

### HORÁRIO DO GINÁSIO ARENA MULTIUSO- QUADRA 2

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SABÁDO	DOMINGO
8h							Atualizado em 08.07
9h							
10h							
11h							
12h							
13h							
14h	AVV VÔLEI MASCULINO	AVV VÔLEI MASCULINO 16 ANOS	AVV VOLEI MASCULINO	AVV VOLEI MASCULINO	AVV VOLEI MASCULINO		
15h	AVV VÔLEI MASCULINO	PROJETO PATRULHAESCOLAR	AVV VOLEI MASCULINO	AVV VOLEI MASCULINO	AVV VOLEI MASCULINO	VOLEIBOL MASCULINO FRATELLI	
16h		PROJETO PATRULHAESCOLAR				VOLEIBOL MASCULINO FRATELLI	
17h							
18h	AVV VÔLEI MASCULINO JOJUPS	AVV VOLEI MASCULINO JOJUPS	AVV VOLEI MASCULINO JOJUPS	AVV VOLEI MASCULINO JOJUPS	AVV VOLEI MASCULINO JOJUPS		
19h	AVV VÔLEI MASCULINO JOJUPS	AVV VOLEI MASCULINO JOJUPS	AVV VOLEI MASCULINO JOJUPS	AVV VOLEI MASCULINO JOJUPS	AVV VOLEI MASCULINO JOJUPS		
20h	AVV VOLEI MASCULINO ADULTO	VOLEIBOL MASCULINO FRATELLI	AVV VOLEI MASCULINO ADULTO	AULAS / VOLEIBOL ADULTO	PROJETO VOLEIBOL ELLES / ELLAS		
21h	AVV VOLEI MASCULINO ADULTO	VOLEIBOL MASCULINO FRATELLI	AVV VOLEI MASCULINO ADULTO	AULAS / VOLEIBOL ADULTO	PROJETO VOLEIBOL ELLES / ELLAS		

## HORÁRIO DO GINÁSIO ARENA MULTIUSO- LUTAS-YOGA

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SABÁDO	DOMINGO
8h		PROJETO PATRULHA ESCOLAR	PROJETO PATRULHA ESCOLAR	AULAS CURSO DEFESA PESSOAL- PM	AULAS CURSO DEFESA PESSOAL- PM	AULAS CURSO DEFESA PESSOAL- PM	Atualizado em 12.06
9h		PROJETO PATRULHA ESCOLAR		AULAS CURSO DEFESA PESSOAL-PM	AULAS CURSO DEFESA PESSOAL- PM	AULAS CURSO DEFESA PESSOAL- PM	TAI CHI
	ESP. DE BASE/ JUDÔ MASC./FEM. 7 a 10 ANOS – T1	ESPORTE DE BASE/ JUDÔ MASC./FEM. 7 a 10 ANOS – T2	PROJETO PATRULHA ESCOLAR	ESPORTE DE BASE JUDÔ MASC./FEM. 7 a 10 ANOS – T1	ESPORTE DE BASE JUDÔ MASC./FEM. 7 a 10 ANOS – T2		
9h30				AULAS CURSO DEFESA PESSOAL- PM	AULAS CURSO DEFESA PESSOAL- PM	AULAS CURSO DEFESA PESSOAL- PM	TAI CHI
10h	ESPORTE DE BASE JUDÔ MASC./FEM. 11 a 15 ANOS - T1	ESPORTE DE BASE JUDÔ MASC./FEM. 11 a 15 ANOS - T2		AULAS CURSO DEFESA PESSOAL- PM	AULAS CURSO DEFESA PESSOAL- PM	AULAS CURSO DEFESA PESSOAL- PM	TAI CHI
				ESP. DE BASE / JUDÔ MASC./FEM. 11 a 15 ANOS – T1	ESP. DE BASE / JUDÔ MASC./FEM. 11 a 15 ANOS – T2		
10h30 11h				AULAS CURSO DEFESA PESSOAL - PM	AULAS CURSO DEFESA PESSOAL - PM	AULAS CURSO DEFESA PESSOAL - PM	TAI CHI
12h				AULAS CURSO DEFESA PESSOAL - PM	AULAS CURSO DEF. PESSOAL -PM	AULAS CURSO DEF. PESSOAL- PM	
13h	ESQUADRÃO DA VIDA		ESQUADRÃO DA VIDA				
14h	PILATES SOLO	PILATES SOLO	PILATES SOLO		PILATES SOLO		
	ESQUADRÃO DA VIDA		ESQUADRÃO DA VIDA				
15h	PILATES SOLO	PILATES SOLO / PROJETO PATRULHA ESCOLAR	PILATES SOLO		PILATES SOLO		
16h		QUALIDADE DE VIDA - YOGA		QUALIDADE DE VIDA - YOGA			
		PROJETO PATRULHA ESCOLAR					
17h	ESPORTE DE BASE JUDÔ MASC./ FEM. 7 a 14 ANOS - T1	DEFESA PESSOAL		DEFESA PESSOAL	ESPORTE DE BASE JUDÔ MASC./ FEM. 7 a 14 ANOS - T1		
		ESP. DE BASE / JUDÔ MASC./FEM. 7 a 14 ANOS – T2		JUDÔ MASC./ FEM. 7 a 14 ANOS			
18h	ESPORTE DE BASE JUDÔ MASC./FEM. 15 a 17 ANOS –T1	DEFESA PESSOAL		DEFESA PESSOAL	ESP. DE BASE / JUDÔ MASC./FEM. 15 a 17 ANOS – T2 / GUARDA MUNICIPAL / GOE		LIGA DAS ATLÉTICAS
		ESP. DE BASE / JUDÔ MASC FEM. 15 a 17 ANOS – T2		ESP. DE BASE / JUDÔ MASC./FEM. 15 a 17 ANOS – T1			
19h	PROJETO RESIDENCIA KARATÊ / JUDÔ ADULTO MASC. E FEM.	LIGA DAS ATLÉTICAS / JUDÔ ADULTO	PROJETO RESIDENCIA KARATÊ	JUDÔ ADULTO MASCULINO EFEMININO	GUARDA MUNICIPAL / GOE / JUDÔ ADULTO		LIGA DAS ATLÉTICAS
20h 21h	PROJETO RESIDENCIA KARATE	LIGA DAS ATLÉTICAS	PROJETO RESIDENCIA KARATE		GUARDA MUNICIPAL / GOE		

## HORÁRIO DO GINÁSIO ARENA MULTIUSO- LUTAS-YOGA

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SABÁDO	DOMINGO
08h	<b>QUAL. VIDA / YOGA – T1</b>	<b>RITMOS</b>	<b>QUAL. VIDA / YOGA – T1</b>	<b>RITMOS</b>			ATUALIZADO EM 08.07
9h		<b>RITMOS</b>	<b>QUAL. VIDA / YOGA – T2</b>	<b>RITMOS</b>			
	<b>QUAL. VIDA / YOGA – T2</b>	<b>DEFESA PESSOAL FEMININA</b>			<b>DEFESA PESSOAL FEMININA</b>		
9h30							
10h		<b>PILATES SOLO</b>	<b>PILATES SOLO</b>	<b>PILATES SOLO</b>	<b>PILATES SOLO</b>		
11h		<b>PILATES SOLO</b>	<b>PILATES SOLO</b>	<b>PILATES SOLO</b>	<b>PILATES SOLO</b>		
12h							
13h							
14h		<b>PILATES SOLO</b>	<b>PILATES SOLO</b>	<b>PILATES SOLO</b>	<b>PILATES SOLO</b>		
15h		<b>PILATES SOLO</b>	<b>PILATES SOLO</b>	<b>PILATES SOLO</b>	<b>PILATES SOLO</b>		
16h		<b>QUALIDADE DE VIDA / YOGA</b>		<b>QUALIDADE DE VIDA / YOGA</b>			
17h30	<b>GINÁSTICA AERÓBICA</b>		<b>GINÁSTICA AERÓBICA</b>				
18h30	<b>GINÁSTICA AERÓBICA</b>		<b>GINÁSTICA AERÓBICA</b>				
19h	<b>JIU-JITSU MASC / FEM.</b>	<b>JIU-JITSU MASC / FEM.</b>	<b>JIU-JITSU MASC / FEM.</b>	<b>JIU-JITSU MASC / FEM.</b>			
20h							

## HORÁRIO DO GINÁSIO ARENA – TÊNIS DE MESA

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
08h00							Atualizado em 12.06
09h00							
10h00							
11h00							
13h00							
13h30							
14h00							
15h00	ESP. DE BASE TÊNIS DEMESA MASC. E FEM. -T1		ESP. DE BASE TÊNIS DEMESA MASC. E FEM. – T1				
16h00	ESP. DE BASE TÊNIS DE MESA MASC. E FEM. – T2		ESP. DE BASE TÊNIS DE MESA MASC. E FEM. – T2				
17h00							
18h00							
19h00	LIGA DE TÊNIS DE MESA	LIGA DAS ATLÉTICAS	LIGA DE TÊNIS DE MESA		LIGA DE TÊNIS DE MESA		
20h00	LIGA DE TÊNIS DE MESA	LIGA DAS ATLÉTICAS	LIGA DE TÊNIS DE MESA		LIGA DE TÊNIS DE MESA		
21h00	LIGA DE TÊNIS DE MESA	LIGA DAS ATLÉTICAS	LIGA DE TÊNIS DE MESA		LIGA DE TÊNIS DE MESA		



## HORÁRIO DO GINÁSIO ARENA – XADREZ

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
08h00						AXPG / XADREZ MASC. E FEM. 6 ANOS AO ADULTO	Atualizado em 12.07
09h00						AXPG / XADREZ MASC. E FEM. 6 ANOS AO ADULTO	
10h00						AXPG / XADREZ MASC. E FEM. 6 ANOS AO ADULTO	
11h00						AXPG / XADREZ MASC. E FEM. 6 ANOS AO ADULTO	
12h00							
13h00 13h30						ESP. DE BASE AXPG XADREZ MASC. E FEM. 6 AOS 12 ANOS	GAME CARD
14h00 14h30						ESP. DE BASE AXPG XADREZ MASC. E FEM. 6 AOS 12 ANOS	GAME CARD
15h00 15h30						ESP. DE BASE AXPG XADREZ MASC. E FEM. 13 ANOS E ADULTO	GAME CARD
16h00 16h30						ESP. DE BASE AXPG XADREZ MASC. E FEM. 13 ANOS E ADULTO	GAME CARD
17h 17h30	GINÁSTICA AERÓBICA T1		GINÁSTICA AERÓBICA T1				GAME CARD
18h 18h30	GINÁSTICA AERÓBICA T2		GINÁSTICA AERÓBICA T2				GAME CARD
19h00							GAME CARD
20h00							GAME CARD
21h00							

### HORÁRIO DO GINÁSIO ARENA – PISCINA

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
07h00	<b>MANUTENÇÃO</b>	MILITARES	GUARDA MUNICIPAL	BATALHÃO 3º RCC	GUARDA MUNICIPAL		Atualizado em 12.06
08h00	<b>MANUTENÇÃO</b>	ESPORTE DE BASE NATAÇÃO INFANTIL	PARADESPORTO	ESPORTE DE BASE NATAÇÃO INFANTIL	PARADESPORTO	NATAÇÃO ADULTO	
09h00	<b>MANUTENÇÃO</b>	ESPORTE DE BASE NATAÇÃO INFANTIL	PARADESPORTO	ESPORTE DE BASE NATAÇÃO INFANTIL	PARADESPORTO	NATAÇÃO ADULTO	
10h00	<b>MANUTENÇÃO</b>	ESPORTE DE BASE NATAÇÃO INFANTIL	PARADESPORTO	ESPORTE DE BASE NATAÇÃO INFANTIL	PARADESPORTO	HIDROGINÁSTICA	
11h00	<b>MANUTENÇÃO</b>	HIDROGINÁSTICA	HIDROGINÁSTICA	HIDROGINÁSTICA	HIDROGINÁSTICA	HIDROGINÁSTICA	
12h00	<b>MANUTENÇÃO</b>						
13h00	ESPORTE DE BASE NATAÇÃO ADOLESCENTE	ESPORTE DE BASE NATAÇÃO ADOLESCENTE	ESPORTE DE BASE NATAÇÃO ADOLESCENTE	ESPORTE DE BASE NATAÇÃO ADOLESCENTE	ESPORTE DE BASE NATAÇÃO ADOLESCENTE		
14h00	NATAÇÃO ADULTO	HIDROGINÁSTICA – T1	NATAÇÃO ADULTO	HIDROGINÁSTICA – T2	NATAÇÃO ADULTO		
15h00	ESPORTE DE BASE NATAÇÃO ADOLESCENTE	UEPG / UATI	UEPG / AULAS	UEPG / AULAS	UEPG / UATI		
16h00	ESPORTE DE BASE NATAÇÃO ADOLESCENTE	UEPG / UATI	UEPG / AULAS	UEPG / AULAS	UEPG / UATI		
17h00	ESPORTE DE BASE NATAÇÃO ADOLESCENTE	ESPORTE DE BASE NATAÇÃO ADOLESCENTE	ESPORTE DE BASE NATAÇÃO ADOLESCENTE	ESPORTE DE BASE NATAÇÃO ADOLESCENTE	ESPORTE DE BASE NATAÇÃO ADOLESCENTE		
18h00	HIDROGINÁSTICA	HIDROGINÁSTICA	HIDROGINÁSTICA	HIDROGINÁSTICA	HIDROGINÁSTICA		
19h00	NATAÇÃO ADULTO	NATAÇÃO ADULTO	NATAÇÃO ADULTO	NATAÇÃO ADULTO	NATAÇÃO ADULTO		
20h00	<b>BOMBEIROS</b>	LIGA DAS ATLÉTICAS	<b>BOMBEIROS</b>	LIGA DAS ATLÉTICAS	<b>BOMBEIROS</b>		
21h00		LIGA DAS ATLÉTICAS		LIGA DAS ATLÉTICAS			

## HORÁRIO DO GINÁSIO CIE- LUTAS- GINÁSTICA- TÊNIS DE MESA

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
08h00						ESPORTE DE BASE TAEKWONDO MASC. / FEM.	Atualizado em 03.06
09h00						ESPORTE DE BASE TAEKWONDO MASC. / FEM.	
09h30							
10h00							
11h00							
12h00							
13h00 / 13h30				ESPORTE DE BASE TAEKWONDO MASC. / FEM.	ESPORTE DE BASE TAEKWONDO MASC. / FEM.		
14h00 / 14h30				ESPORTE DE BASE TAEKWONDO MASC. / FEM.	ESPORTE DE BASE TAEKWONDO MASC. / FEM.		
15h00							
16h00							
17h00							
18h00							
19h00							
20h00							

## HORÁRIO DO GINÁSIO CIE

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
08h00							Atualizado em 24.07
08h30							
09h00	ESPORTE DE BASE FUTSAL MASCULINO 12 ANOS			ESPORTE DE BASE FUTSAL MASCULINO 12 ANOS			
10h00	ESPORTE DE BASE FUTSAL MASCULINO 14 ANOS			ESPORTE DE BASE FUTSAL MASCULINO 14 ANOS			
11h00 12h00							
13h00	ESPORTE DE BASE FUTSAL MASCULINO 13 a 17 ANOS		ESPORTE DE BASE FUTSAL MASCULINO 13 a 17 ANOS	ESPORTE DE BASE FUTSAL MASCULINO 13 a 17 ANOS			
14h00	ESPORTE DE BASE FUTSAL FEMINIO 13 a 17 ANOS		ESPORTE DE BASE FUTSAL FEMINIO 13 a 17 ANOS	ESPORTE DE BASE FUTSAL FEMINIO 13 a 17 ANOS			
15h00	<b>ESPORTE DE BASE VOLEIBOL MISTO 13 a 17 ANOS</b>	ESPORTE DE BASE FUTSAL MASC./FEM. 14 ANOS	<b>ESPORTE DE BASE VOLEIBOL MISTO 13 a 17 ANOS</b>	<b>ESPORTE DE BASE VOLEIBOL MISTO 13 a 17 ANOS</b>	ESPORTE DE BASE FUTSAL MASC./FEM. 14 ANOS		
16h00	<b>ESPORTE DE BASE BASQUETEBOL MISTO 13 a 17 ANOS</b>	ESPORTE DE BASE FUTSAL MASC./FEM. 16 ANOS	<b>ESPORTE DE BASE BASQUETEBOL MISTO 13 a 17 ANOS</b>	<b>ESPORTE DE BASE BASQUETEBOL MISTO 13 a 17 ANOS</b>	ESPORTE DE BASE FUTSAL MASC./FEM. 16 ANOS		
17h00		ESPORTE DE BASE FUTSAL MASC./FEM. 12 ANOS			ESPORTE DE BASE FUTSAL MASC./FEM. 12 ANOS		
18h00	AVV FUTSAL MASCULINO	LIGA DE FUTSAL	ACGF FUTSAL MASCULINO SUB 09		LIGA DE FUTSAL		
19h00	AVV FUTSAL MASCULINO	LIGA DE FUTSAL	ACGF FUTSAL MASCULINO SUB 09		LIGA DE FUTSAL		
20h	OPERÁRIO FUTSAL MASCULINO 8 ANOS	LIGA DE FUTSAL	LIGA DAS ATLÉTICAS	MBM PONTA GROSSA FUTSAL FEMININO	IGREJA TEMPLO DA FAMÍLIA		
21h00	OPERÁRIO FUTSAL MASCULINO 10 ANOS	LIGA DE FUTSAL	LIGA DAS ATLÉTICAS	MBM PONTA GROSSA FUTSAL FEMININO	IGREJA TEMPLO DA FAMÍLIA		
22h00		LIGA DE FUTSAL			IGREJA TEMPLO DA FAMÍLIA		

### HORÁRIO DO GINÁSIO ZUKÃO

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
08h00						COMUNIDADE SIÃO	Atualizado 24.07
09h00						COMUNIDADE SIÃO	
10h00	ACGF MANDALA FUTSAL MASCULINO SUB 09						
11h00	ACGF MANDALA FUTSAL MASCULINO SUB 09						
12h00							
13h00							
14h00	ESP. DE BASE FUTSAL MASC./FEM. 12 ANOS – T1	ESPORTE DE BASE FUTSAL MASC./FEM. 12 ANOS – T2	ESP. DE BASE FUTSAL MASC./FEM. 12 ANOS – T1	ESPORTE DE BASE FUTSAL MASC./FEM. 12 ANOS – T2	MBM PONTA GROSSA FUTSAL FEMINIO		
15h00	ESP. DE BASE FUTSAL MASC./FEM. 14 ANOS – T1	ESPORTE DE BASE FUTSAL MASC./FEM. 14 ANOS – T2	ESP. DE BASE FUTSAL MASC./FEM. 14 ANOS – T1	ESPORTE DE BASE FUTSAL MASC./FEM. 14 ANOS – T2	MBM PONTA GROSSA FUTSAL FEMINIO		
16h00	ESP. DE BASE FUTSAL MASC./FEM. 16 ANOS – T1	ESPORTE DE BASE FUTSAL MASC./FEM. 16 ANOS – T2	ESP. DE BASE FUTSAL MASC./FEM. 16 ANOS – T1	ESPORTE DE BASE FUTSAL MASC./FEM. 16 ANOS – T2			
17h00		ACGF FUTSAL MASCULINO SUB 11			ACGF FUTSAL MASCULINO SUB 11		
18h00	ACGF FUTSAL MASCULINO SUB 12	LIGA DE FUTSAL	LIGA DE FUTSAL	LIGA DE FUTSAL	OPERÁRIO FUTSAL MASC. 8 ANOS	IGREJA UNIVERSAL - FJM	
19h00	ACGF FUTSAL MASCULINO SUB 12	LIGA DE FUTSAL	LIGA DE FUTSAL	LIGA DE FUTSAL	OPERÁRIO FUTSAL MASC. 8 ANOS	LIGA DE FUTSAL	
20h00	LIGA DAS ATLÉTICAS	LIGA DE FUTSAL	LIGA DE FUTSAL	LIGA DE FUTSAL	LIGA DAS ATLÉTICAS	LIGA DE FUTSAL	SERVIDORES
21h00	LIGA DAS ATLÉTICAS	LIGA DE FUTSAL	LIGA DE FUTSAL	LIGA DE FUTSAL	LIGA DAS ATLÉTICAS	LIGA DE FUTSAL	SERVIDORES
22h00		LIGA DE FUTSAL		LIGA DE FUTSAL	COMUNIDADE SIÃO		

## HORÁRIO GINÁSIO JAMAL

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
08h00 08h30	MANUTENÇÃO						Atualizado em 25.06
09h00 09h30	MANUTENÇÃO	PARATLETISMO	GOALBALL / GOLF 7	PARATLETISMO	GOLF 7 / JUDÔ / BOCHA ADAPTADA	BASQUETE CADEIRA DE RODAS MASCULINO ADULTO	
10h00 10h30	MANUTENÇÃO	PARATLETISMO / BOXE	GOALBALL / GOLF 7	PARATLETISMO	GOLF 7 / JUDÔ	BASQUETE CADEIRA DE RODAS MASCULINO ADULTO	
11h00 11h30	MANUTENÇÃO		NATAÇÃO		NATAÇÃO		
12h00	MANUTENÇÃO						
13h00 13h30	GOLF 7 / PARATLETISMO	JUDÔ / BOXE	GOALBALL	BOCHA ADAPTADA / JUDÔ / PARATLETISMO	JUDÔ		
14h00 14h30	GOLF 7 / PARATLETISMO	JUDÔ	GOALBALL	JUDÔ / PARATLETISMO	JUDÔ		
15h00 15h30	GOLF 7 / PARATLETISMO / YOGA	VÔLEI SENTADO	YOGA		JUDÔ	TÊNIS DE MESA	
16h00 16h30	PILATES	VÔLEI SENTADO	PILATES		JUDÔ	FUTSAL SURDOS	
17h00 17h30					JUDÔ	FUTSAL SURDOS	
18h00 18h30	BASQUETE / SHOWDOW	BASQUETE CADEIRA DE RODAS MASCULINO ADULTO	GOALBALL / BASQUETE	BASQUETE CADEIRA DE RODAS MASCULINO ADULTO	JUDÔ		
19h00 19h30	BASQUETE / SHOWDOW	BASQUETE CADEIRA DE RODAS MASCULINO ADULTO	GOALBALL / BASQUETE	BASQUETE CADEIRA DE RODAS MASCULINO ADULTO			
20h00 20h30							
21h00 21h30							

## HORÁRIO GINÁSIO INSTITUTO JOÃO XXIII

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
08h00 08h30	ESPORTE DE BASE / INICIAÇÃO ESPORTIVA		ESPORTE DE BASE / INICIAÇÃO ESPORTIVA		ESPORTE DE BASE / INICIAÇÃO ESPORTIVA		Atualizado em 25.06
09h00 09h30	ESPORTE DE BASE / INICIAÇÃO ESPORTIVA		ESPORTE DE BASE / INICIAÇÃO ESPORTIVA		ESPORTE DE BASE / INICIAÇÃO ESPORTIVA		
10h00 10h30							
11h00 11h30							
12h00							
13h00 13h30							
14h00 14h30	ESPORTE DE BASE / INICIAÇÃO ESPORTIVA	ESPORTE DE BASE / INICIAÇÃO ESPORTIVA	ESPORTE DE BASE / INICIAÇÃO ESPORTIVA	ESPORTE DE BASE / INICIAÇÃO ESPORTIVA	ESPORTE DE BASE / INICIAÇÃO ESPORTIVA		
15h00 15h30	ESPORTE DE BASE / INICIAÇÃO ESPORTIVA	ESPORTE DE BASE / INICIAÇÃO ESPORTIVA	ESPORTE DE BASE / INICIAÇÃO ESPORTIVA	ESPORTE DE BASE / INICIAÇÃO ESPORTIVA	ESPORTE DE BASE / INICIAÇÃO ESPORTIVA		
16h00 16h30	ESPORTE DE BASE / INICIAÇÃO ESPORTIVA	ESPORTE DE BASE / INICIAÇÃO ESPORTIVA	ESPORTE DE BASE / INICIAÇÃO ESPORTIVA	ESPORTE DE BASE / INICIAÇÃO ESPORTIVA	ESPORTE DE BASE / INICIAÇÃO ESPORTIVA		
17h00 17h30							
18h00 18h30							

## HORÁRIO GINÁSIO SANTA PAULA

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
08h00		SEMENTINHAS DO ESPORTE MASC./FEM.	SEMENTINHAS DO ESPORTE MASC./FEM.	SEMENTINHAS DO ESPORTE MASC./FEM.			Atualizado em 20.04
09h00		SEMENTINHAS DO ESPORTE MASC./FEM.	SEMENTINHAS DO ESPORTE MASC./FEM.	SEMENTINHAS DO ESPORTE MASC./FEM.			
10h00		SEMENTINHAS DO ESPORTE MASC./FEM.	SEMENTINHAS DO ESPORTE MASC./FEM.	SEMENTINHAS DO ESPORTE MASC./FEM.			
11h00		SEMENTINHAS DO ESPORTE MASC./FEM.	SEMENTINHAS DO ESPORTE MASC./FEM.	SEMENTINHAS DO ESPORTE MASC./FEM.			
11h30							
13h00							
14h 14h30	SEMENTINHAS DO ESPORTE MASC./FEM.		SEMENTINHAS DO ESPORTE MASC./FEM.				
15h00	SEMENTINHAS DO ESPORTE MASC./FEM.		SEMENTINHAS DO ESPORTE MASC./FEM.				
16h00	SEMENTINHAS DO ESPORTE MASC./FEM.		SEMENTINHAS DO ESPORTE MASC./FEM.				
17h00	SEMENTINHAS DO ESPORTE MASC./FEM.		SEMENTINHAS DO ESPORTE MASC./FEM.				
18h00							
19h00							
20h00							
21h00							
22h00							



## HORÁRIO DO GINÁSIO CEU

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
08h00		GINÁSTICA MASC./FEM.		GINÁSTICA MASC./FEM.			Atualizado em 23.05
09h00		ALONGAMENTO MASC./FEM.	ZUMBA MASC. / FEM.	ALONGAMENTO MASC./FEM.			
10h00							
11h00							
12h00							
13h00							
13h30							
14h30							
15h00							
16h00							
17h00							
18h00							
19h00							
20h00							
21h00							
22h00							

## GINÁSIO SANTA MÔNICA

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
08h00		ESPORTE DE BASE VOLEIBOL MASC./FEM.		ESPORTE DE BASE VOLEIBOL MASC./FEM.			Atualizado em 12.06
09h00		ESPORTE DE BASE FUTSAL MASC./FEM.		ESPORTE DE BASE FUTSAL MASC./FEM.			
10h00		ESPORTE DE BASE FUTSAL MASC./FEM.		ESPORTE DE BASE FUTSAL MASC./FEM.			
11h00							
13h00			ESPORTE DE BASE VOLEIBOL MASC./FEM.		ESPORTE DE BASE VOLEIBOL MASC./FEM.		
14h00			ESPORTE DE BASE FUTSAL MASC./FEM.		ESPORTE DE BASE FUTSAL MASC./FEM.		
15h00			ESPORTE DE BASE FUTSAL MASC./FEM.		ESPORTE DE BASE FUTSAL MASC./FEM.		
16h00							
17h00							
18h00							

### GINÁSIO PQ. NOSSA SENHORA DAS GRAÇAS

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
08h00							ATUALIZADO EM 08.07
09h30		ESPORTE DE BASE FUTSAL MASCULINO 10 a 12 ANOS		ESPORTE DE BASE HANDEBOL FEMININO 10 a 12 ANOS			
10h00							
11h00							
13h00							
14h00	MBM PONTA GROSSA FUTSAL FEMININO	ESPORTE DE BASE FUTSAL MASC./FEM. 10 a 12 ANOS			ESPORTE DE BASE FUTSAL MASC./FEM. 10 a 12 ANOS		
15h00	MBM PONTA GROSSA FUTSAL FEMININO	ESPORTE DE BASE FUTSAL MASC./FEM. 12 a 14 ANOS			ESPORTE DE BASE FUTSAL MASC./FEM. 12 a 14 ANOS		
16h00		ESPORTE DE BASE HANDEBOL MASC./FEM. 10 a 12 ANOS			ESPORTE DE BASE HANDEBOL MASC./FEM. 10 a 12 ANOS		
17h00		ESPORTE DE BASE HANDEBOL MASC./FEM. 12 a 14 ANOS			ESPORTE DE BASE HANDEBOL MASC./FEM. 12 a 14 ANOS		
18h00							
19h00							

## GINÁSIO SANTA MARTA

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
08h00			ESP. DE BASE / FUTSAL 11 a 13 ANOS		ESP. DE BASE / FUTSAL 11 a 13 ANOS		Atualizado em 08.07
09h00			ESP. DE BASE / FUTSAL 11 a 13 ANOS		ESP. DE BASE / FUTSAL 11 a 13 ANOS		
10h00							
11h00							
13h30	VIVA VÔLEI / 7 a 14 ANOS	VIVA VÔLEI / 7 a 14 ANOS	VIVA VÔLEI / 7 a 14 ANOS	VIVA VÔLEI / 7 a 14 ANOS			
14h00	VIVA VÔLEI / 7 a 14 ANOS	VIVA VÔLEI / 7 a 14 ANOS	VIVA VÔLEI / 7 a 14 ANOS	VIVA VÔLEI / 7 a 14 ANOS	ESPORTE DE BASE / FUTSAL 9a 12 ANOS		
15h15	VIVA VÔLEI / 7 a 14 ANOS	VIVA VÔLEI / 7 a 14 ANOS	VIVA VÔLEI / 7 a 14 ANOS	VIVA VÔLEI / 7 a 14 ANOS	ESPORTE DE BASE / FUTSAL 9 a 12 ANOS		
16h00 16h45	VIVA VÔLEI / 7 a 14 ANOS	VIVA VÔLEI / 7 a 14 ANOS	VIVA VÔLEI / 7 a 14 ANOS	VIVA VÔLEI / 7 a 14 ANOS			
17h00							
18h00							
19h00							