

PG + ATIVA – Secretaria de Esportes em Movimento

Data: 15/06 – sábado

Local: Arena Multiuso

CRONOGRAMA MANHÃ		
Horário	Modalidade	Espaço
10:00 às 10:45	Hidroginástica (Cirlene, Elaine, Ariane)	Piscina
	Ginástica aeróbica (Patrícia)	Quadra
11:00 às 11:45	Hidroginástica (Cirlene, Elaine, Ariane)	Piscina
	Ritmos (Jonas)	Quadra

CRONOGRAMA TARDE		
Horário	Modalidade	Espaço
13:30 às 14:15	Pilates (Alex)	Quadra
	Balé FIT (Jonas)	Mezanino
	Yoga (Carla)	Sala de vidro
14:30 às 15:15	Ritmos (Jonas)	Quadra
	Oficina de defesa pessoal (Alanis)	Mezanino
	Yoga (Vivian)	Sala de vidro
15:30 às 16:15	Zumba (Kelly)	Quadra
	Ritbox (Bianca)	Mezanino
	Tai Chi Chuan (Valdisnei)	Sala de vidro