

Planilha de Aulas

ADULTO

CRIANÇA

*** Os interessados devem comparecer no local e horário da aula e conversar diretamente com o professor sobre a vaga.**

AULA FUNCIONAL

2023

Acima de 16 anos

MASCULINO E FEMININO

BAIRRO	LOCAL	IDADE/HORÁRIO	DIAS
Loanda Av. Horácio Netto, 1061	Ginásio Elefantinho	7h às 8h	TERÇA E QUINTA
		17h às 18h	

a partir de 70 anos

CARTEIRINHA PARA ATIVIDADE FÍSICA:

- x ATESTADO MÉDICO (apto a prática de esporte)
- x RG E COMPROVANTE DE RESIDÊNCIA

ATLETISMO

2022

6 a 13 anos

MASCULINO E FEMININO

Alvinópolis Praça Brasília, s/nº	Estádio Municipal	6 a 13 anos 17h às 18h	SEGUNDA E QUINTA
		14 a 21 anos 17h30 às 20h	SEGUNDA, QUARTA E SEXTA

BALLET FEM.

2023

3 a 16 anos

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Atibaia Jardim Av. Dr. Joviano Alvim, s/nº	Sala Multiuso	9h às 10h 3 a 7 anos	SEGUNDA
		10h às 11h A partir dos 8 anos	
		13h às 14h 3 a 7 anos	
		14h às 15h A partir dos 8 anos	

BASQUETE

2023

MASCULINO E FEMININO

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Loanda Av. Horácio Netto, 1061	Ginásio Elefantinho	6 a 15 anos 8h30 às 10h	SEGUNDA E QUARTA
		INICIAÇÃO - 6 a 9 anos 14h às 15h	
		INICIAÇÃO - 10 a 13 anos 15h às 16h30	
		TREINAMENTO - 14 a 18 anos 16h30 às 18h	
		INICIAÇÃO – Acima de 14 anos 18h às 19h30	TERÇA E QUINTA

BEISEBOL

2023

MASCULINO E FEMININO

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Usina Rod. Dom Pedro I (Retorno B. Pires)	Park Nipo	6 a 16 anos 8h às 13h	Sábado Domingo
Loanda Av. Horácio Netto, 1061	Centro de Treinamento	13 a 16 anos 16h às 18h	TERÇA E QUINTA
		6 a 12 anos 16h às 18h	QUARTA E SEXTA

Acima de 17 anos - entrar em contato com Marcio - 95606-8187

BOXE

2023

11 a 65 anos

MASCULINO E FEMININO

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Atibaia Jardim Av. Dr. Joviano Alvim, s/nº	SALA MULTIUSO Ginásio de Esportes	18h às 19h20	TERÇA E QUINTA

a partir de 70 anos

CARTEIRINHA PARA ATIVIDADE FÍSICA:

- x ATESTADO MÉDICO (apto a prática de esporte)
- x RG E COMPROVANTE DE RESIDÊNCIA

VENHA PARA NOSSA AULA DE CICLISMO

FEMININO E MASCULINO
7 A 18 ANOS



CICLISMO

2023

TERÇA E QUINTA

08:30 às 11:30 - 13:30 às 16:30

Balneário Municipal da Estância de Atibaia

QUARTA E SEXTA

08:30 às 11:30 - 13:30 às 16:30

Conjunto Esportivo

IR COM SUA BICICLETA E CAPACETE!

FUTEBOL MASCULINO

2023

Atibaia Jardim Av. Dr. Joviano Alvim	Campo Futebol	8h às 9h30 – 7 a 10 anos	QUARTA E SEXTA
		9h30 às 11h – 11 a 17 anos	
		14h às 15h30 – 16 e 17 anos	
		15h30 às 17h – 14 e 15 anos	
		17h às 18h – 10 a 13 anos	
		14h às 15h50 – 5 a 9 anos	TERÇA E QUINTA

FUTEBOL AMERICANO

2023

15 a 50 anos

MASCULINO E FEMININO

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Loanda Av. Horácio Netto, 1061	Campo do Conjunto Esportivo	14h às 18h	SÁBADO
Recreio Estoril	Espaço anexo a Escola Serafina Cherfem	18h às 22h	TERÇA E QUINTA

FUTSAL

2023

MASCULINO E FEMININO

Bairro	Local	Idade	Horário	
Jardim Cerejeiras Av. Pref. Antonio Julio T. Garcia Lopes	Centro de Esportes Omar Zigaib	6 a 10 anos	8h às 9h30	SEGUNDA, QUARTA E SEXTA
		11 a 15 anos	9h30 às 11h15	
		14h às 15h30	14 a 17 anos	SEGUNDA E SEXTA
		15h30 às 17h	11 a 15 anos	
		17h às 18h30	Treinamento 11 a 15 anos	
		18h30 às 20h	Treinamento 8 a 10 anos	

GINÁSTICA ARTÍSTICA FEM.

2023

BAIRRO	LOCAL	IDADE	HORÁRIOS	DIAS	
Terceiro Centenário Rua José Carlos Tamassia, s/nº	CIEM I	Baby - 4 a 6 anos	16h às 16h50	SEGUNDA E QUARTA	
		Iniciante – 7 a 16 anos	17h às 17h50		
		Baby - 4 a 6 anos	18h às 18h45		
		Baby - 4 a 6 anos		18h às 18h45	QUARTA E SEXTA
		Iniciante – 7 a 16 anos		17h às 17h50	TERÇA E QUINTA
		Iniciante – 7 a 16 anos		18h às 18h45	
		Aperfeiçoamento		18h30 às 20h	
Jardim Imperial Rua Pacaembu, 65 Jardim Imperial	Centro Comunitário	Iniciante – 7 a 16 anos	9h 9h50	SEGUNDA E QUARTA	
		Baby - 4 a 6 anos	9h50 10h40		

GINÁSTICA RÍTMICA FEM.

2023

TERÇAS E QUINTAS

Loanda Av. Horácio Netto, 1061	Ginásio Elefantinho	Iniciação I - 5 a 7 anos	9h às 9h45
		Iniciação II - 8 a 12 anos	10h às 10h45
		Aperfeiçoamento / Treinamento	9h às 11h30
		Iniciação I - 5 a 7 anos	13h45 às 14h30
		Iniciação II - 8 a 12 anos	14h30 às 15h20
		Aperfeiçoamento / Treinamento	14h30 às 16h

QUARTA

Atibaia Jardim Praça Papa João Paulo II	Ginásio Rolando Rolli	Iniciação II - 8 a 14 anos	8h30 às 9h30
		Iniciação I - 4 a 7 anos	9h30 às 10h30
		Iniciação I - 4 a 7 anos	14h às 15h
		Iniciação II - 8 a 14 anos	14h às 16h

HANDEBOL MASC.

2023

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	
Atibaia Jardim Av. Dr. Joviano Alvim, s/nº	Ginásio de Esportes Dr. José Ap. Ferreira Franco	18h30 às 19h30 6 a 10 anos	TERÇA E QUINTA
		19h30 às 20h30 11 a 16 anos	
		20h30 às 22h acima de 18 anos	
		9h às 10h30 Mirim	SÁBADO

HANDEBOL FEM

2023

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Atibaia Jardim Av. Dr. Joviano Alvim, s/nº	Ginásio de Esportes Dr. José Ap. Ferreira Franco	6 a 10 anos 17h às 18h Iniciação	SEGUNDA, QUARTA E SEXTA
		11 e 12 anos 18h às 19h15	
		Acima de 13 anos 19h15 às 20h30 Aperfeiçoamento	
		10h30 às 12h Mirim	SÁBADO

HANDEBOL MISTO

2023

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Jardim Cerejeiras Av. Pref. Antonio Julio Toledo G. Lopes, s/nº	Ginásio de Esportes Omar Zigaib	8 a 12 anos 17h às 19h	TERÇA E QUINTA

HORÁRIOS JUDO GRATUITO EM ATIBAIA

PARA ALUNOS DE ESCOLAS PÚBLICAS



DE 05 À 17
ANOS



JUDÔ

2023

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS
CAETETUBA	AABB	TERÇA E QUINTA 9H AS 10H E DAS 10H AS 11H 14H AS 15H E DAS 15H AS 16H
IMPERIAL	CENTRO COMUNITARIO DO IMPERIAL	TERÇA E QUINTA 9H AS 10H E DAS 10H AS 11H 14H AS 15H E DAS 15H AS 16H
ALVINÓPOLIS	APAJA - AV. CLÓVIS SOARES, Nº 625	SEGUNDA E QUARTA 9H AS 10H E DAS 10H AS 11H 14H AS 15H E DAS 15H AS 16H
ESMERALDA	ESPAÇO CRESCER	TERÇA E QUINTA 9H AS 10H, 10H AS 11H E DAS 11H AS 12H 13H AS 14H E DAS 14H AS 15H
TANQUE	EMEF. GILBERTO SANTANA	TERÇA E QUINTA 17H AS 18H E 18H AS 19H
MARACANÃ	CENTRO COMUNITÁRIO DO MARACANÃ	TERÇA E QUINTA 18H AS 19H E 19H AS 20H
3º CENTENÁRIO	CIEM 1	TERÇA E QUINTA 12H AS 13H
PORTÃO	EMEF. NELSON PEDROSO	SEGUNDA E QUARTA 18H AS 19H E 19H AS 20H
IARA	CENTRO COMUNITÁRIO DO IARA	SEGUNDA E QUARTA 16H AS 17H
CHÁCARAS BRASIL	EMEF. PEDRO DE ALCÂNTARA	SEGUNDA E QUARTA 12:30H ÀS 14:30H
RIO ACIMA	EMEF. IGNACIO BORGES	SEGUNDA E QUARTA 9H AS 10H E DAS 10H AS 11H 13H AS 14H E DAS 14H AS 15H

**INSCRIÇÕES NOS LOCAIS E HORÁRIOS DA
PLANILHA DIRETO COM OS PROFESSORES**

INFORMAÇÕES:

(11) 94542-6805

(11) 95305-4985

(11) 98553-2201



PREFEITURA DA ESTÂNCIA DE

Atibaia

UMA CIDADE MELHOR PRA VOCÊ

A PREFEITURA DA ESTÂNCIA DE ATIBAIA
ACREDITA E INVESTE NESSA INICIATIVA.

JIU JITSU

2023

7 a 16 anos

MASCULINO E FEMININO

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIO	DIAS
Atibaia Jardim Av. Dr. Joviano Alvim, s/nº	Sala Multiuso	18h30 às 19h30	SEGUNDA, QUARTA E SEXTA

KUNG FU

2023

7 a 20 anos

MASCULINO E FEMININO

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Caetetuba Rua Newman, 206	Complexo Santa Clara	19h às 21h	SEGUNDA E QUARTA
Caetetuba Estrada Municipal Nossa Senhora das Brotas, 1555 Bairro das Brotas	Jerônimo 4 Salão de Festas	19h às 21h	TERÇA
	Jerônimo 3 Salão de Festas	19h às 21h	QUINTA

MUAY THAI

2023

MASCULINO E FEMININO

BAIRRO	LOCAL	IDADE/HORÁRIO	DIAS
Jardim Cerejeiras Av. Pref. Antonio Julio Toledo G. Lopes	Ginásio Omar Zigaib	8 a 16 anos 16h às 17h	TERÇA E QUINTA
At. Jardim Av. Dr. Joviano Alvim, s/nº	Sala Multiuso	Acima 16 anos 19h30 às 20h30	SEGUNDA E QUARTA
Caetetuba Rua Newman, 206	Complexo Santa Clara	8 a 16 anos 9h às 10h	TERÇA
		8 a 16 anos 15h às 16h	SEGUNDA E QUARTA
Maracanã R. João Neto, 405	Centro Comunitário	8 a 16 anos 17h às 18h	SEXTA

MUSCULAÇÃO

2023

Acima de 16 anos

MASCULINO E FEMININO

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Loanda Av. Horácio Netto, 1061	Academia do Conjunto Esportivo do Trabalhador	6h30 às 17h	SEGUNDA A SEXTA

a partir de 70 anos

CARTEIRINHA PARA ATIVIDADE FÍSICA:

- x ATESTADO MÉDICO (apto a prática de esporte)
- x RG E COMPROVANTE DE RESIDÊNCIA

NATAÇÃO/HIDROGINÁSTICA

2023

Piscina Municipal do Conjunto Esportivo do Trabalhador

Loanda - Av. Horácio Netto, 1061

HORÁRIOS	DIAS	AULA	IDADE
8h às 9h	TERÇA E QUINTA	Adulto Iniciação	A partir 15 anos
9h às 10h		Infantil Iniciação	7 a 14 anos
10h20 às 11h		Baby	6 a 7 anos
11 às 12h		Hidropilates	A partir 15 anos
12h às 13h		Hidropilates	A partir 15 anos
13h às 14h		Infantil Iniciação	7 a 14 anos
14h às 15h		Baby	6 a 7 anos
15h10 às 16h20		Treinamento/Competição	7 a 14 anos
16h às 17h		Adulto Iniciação	A partir 15 anos
17h às 18h		Adulto Iniciação	A partir 15 anos
18h30 às 19h30		Adulto Aperfeiçoamento	A partir 15 anos
19h30 às 20h30		Adulto Aperfeiçoamento	A partir 15 anos

HORÁRIOS	DIAS	AULA	IDADE
8h às 9h	QUARTA E SEXTA	Aperfeiçoamento Adulto	A partir 15 anos
9h às 10h		Aperfeiçoamento Infantil	7 a 14 anos
13h às 14h		Aperfeiçoamento Adulto	A partir 15 anos
14h às 15h		Aperfeiçoamento Infantil	7 a 14 anos

HORÁRIOS	DIAS	AULA	IDADE
16h30 às 17h30	SEGUNDA E QUARTA	Hidroginástica	A partir 15 anos
17h30 as 18h30			
18h30 às 19h30		Natação/Aperfeiçoamento	

PILATES

2023

Acima de 16 anos

MASCULINO E FEMININO

Loanda Av. Horácio Netto, 1061	Ginásio de Esportes Elefantão	8h às 9h	TERÇA E QUINTA
At. Jardim Av. Dr. Joviano Alvim, snº	Ginásio de Esportes Atibaia Jardim	7h às 8h	TERÇA E QUINTA

FEMININO

Caetetuba Rua Newman, 206	Complexo Santa Clara * somente mulheres	17h30 às 18h30	SEGUNDA E QUINTA
------------------------------	---	----------------	---------------------

a partir de 70 anos

CARTEIRINHA PARA ATIVIDADE FÍSICA:

- x ATESTADO MÉDICO (apto a prática de esporte)
- x RG E COMPROVANTE DE RESIDÊNCIA

SKATE

2023

6 a 17 anos

MASCULINO E FEMININO

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Caetetuba Rua Newman, 206	Complexo Santa Clara	18h às 20h30	SEGUNDA A QUINTA

SOFTBOL FEM.

2023

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Usina Rod. Dom Pedro I (Retorno B. Pires)	Park Nipo	5 a 15 anos 8h30 às 12h30	Sábado
		5 a 19 anos 8h30 às 12h30	Domingo
Loanda Av. Horácio Netto, 1061	Centro de Treinamento	6 a 18 anos 18h às 20h	QUARTA E SEXTA

Informações – Chie - 94316-7199

TAEKWONDO

2023

6 a 18 anos

MASCULINO E FEMININO

Jd. Cerejeiras Av. Pref. Antonio Julio Toledo G. Lopes	Ginásio Omar Zigaib	19h às 21h30	TERÇA E QUINTA
Atibaia Jardim Praça Papa João Paulo II	Rolando Rolli	19h às 20h30	SEGUNDA E QUARTA

TAI CHI CHUAN

2023

Acima de 16 anos

MASCULINO E FEMININO

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Atibaia Jardim Av. Dr. Joviano Alvim, snº	Ginásio de Esportes	8h às 9h	SEGUNDA E QUARTA
Jardim das Cerejeiras Rua Viriato Corrêa, 36	Santuário Nossa Senhora dos Povos	8h às 9h	TERÇA

Tai Chi Chuan é uma arte marcial chinesa interna, que combina exercícios corporais milenares que envolvem a respiração, a concentração e os preceitos da Medicina Tradicional Chinesa.

Benefícios do Tai Chi Chuan para a saúde:

- Aumentar a vitalidade, com mais disposição e energia para o dia a dia;
- Fortalecer os músculos;
- Melhorar o equilíbrio

Aumentar a concentração;

Diminuir a tensão muscular;

Melhorar a flexibilidade das articulações;

Aliviar o estresse e combater a depressão;

a partir de 70 anos

CARTEIRINHA PARA ATIVIDADE FÍSICA:

ATESTADO MÉDICO (apto a prática de esporte)

RG E COMPROVANTE DE RESIDÊNCIA

TÊNIS

2023

MASCULINO E FEMININO

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Jd. Cerejeiras Altura nº 2500 da Av. Pref. Antonio Julio T.G.Lopes Nova Atibaia	AECA	7 a 10 anos 15h às 16h	SEGUNDA E QUARTA
		11 a 13 anos 16h às 17h	
		14 a 17 anos 16h às 17h	QUARTA
		11 a 13 anos 15h às 16h	TERÇA E QUINTA
		7 a 10 anos 16h às 17h	

TÊNIS DE MESA

2023

Acima de 10 anos

MASCULINO E FEMININO

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Atibaia Jardim Av. Dr. Joviano Alvim	Sala Multiuso	19h30 às 21h30 A partir de 10 anos Iniciante e Avançado	TERÇA
		19h30 às 21h30 A partir de 10 anos Avançado - Treinamento	QUINTA
		8h às 9h30 10 a 18 anos Iniciante e Intermediário 9h30 às 10h30 A partir de 10 anos Avançado - Treinamento	SÁBADO

VOLEIBOL

2023

BAIRRO	LOCAL	SEXO	IDADE/HORÁRIOS	DIAS
TREINAMENTO - 13 a 15 anos				
Loanda Av. Horácio Netto, 1061	Elefantão	Masculino	13h15 às 15h	SEGUNDA, QUARTA E SEXTA
		Feminino	15h às 16h30	
INICIAÇÃO - 11 a 15 anos				
Loanda Av. Horácio Netto, 1061	Elefantão	Masculino	13h15 às 15h	TERÇA E QUINTA
		Feminino	15h às 16h30	

VOLEIBOL ADAPTADO

FEMININO

2023

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Loanda Av. Horácio Netto, 1061	Elefantão	Acima 70 anos 9h às 11h	SEGUNDA E QUARTA
		45 a 69 anos 9h às 11h	TERÇA E QUINTA
		Acima 45 anos INICIAÇÃO 9h às 11h	SEXTA

a partir de 70 anos

CARTEIRINHA PARA ATIVIDADE FÍSICA:

x ATESTADO MÉDICO (apto a prática de esporte)

x RG E COMPROVANTE DE RESIDÊNCIA

VOLEIBOL ADAPTADO

MASCULINO

2023

Acima 50 anos

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Atibaia Jardim Av. Dr. Joviano Alvim, s/nº	Ginásio de Esportes	9h às 12h	SEGUNDA A SEXTA

a partir de 70 anos

CARTEIRINHA PARA ATIVIDADE FÍSICA:

x ATESTADO MÉDICO (apto a prática de esporte)

x RG E COMPROVANTE DE RESIDÊNCIA