

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

2023

MASCULINO E FEMININO

| | | | |
|-------------------------------------|---|-----------------------------------|------------------------|
| Alvinópolis Praça Brasília, s/nº | Estádio Municipal "Salvador Russani" | A partir de 14 anos 17h às 19h | SEGUNDA E QUINTA |
| | | 6 a 13 anos 17h30 às 20h | SEGUNDA E SEXTA |
| | | 17h30 às 19h | QUARTA |
| | | A partir de 14 anos 7h às 9h | SEGUNDA E QUARTA |

ATLETISMO PCD

2023

10 a 60 anos

MASCULINO E FEMININO

| | | | |
|-------------------------------------|---|------------|-----------------------|
| Alvinópolis Praça Brasília, s/nº | Estádio Municipal "Salvador Russani" | 10h às 12h | SEGUNDA A SEXTA |
|-------------------------------------|---|------------|-----------------------|

Associação Paradesportistas de Atibaia

Mauricio – 99833-513

Edson – 99843-3890

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 | |

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

CAPOEIRA

2023

6 a 20 anos

MASCULINO E FEMININO

| BAIRRO | LOCAL | HORÁRIOS | DIAS |
|---|-------------------------------|-----------------|-------------|
| Vitória Régia | Centro Comunitário | 19h30 às 20h30 | SEGUNDA |
| Caetetuba Estrada Municipal Nossa Senhora das Brotas, 1555 Bairro das Brotas | Jerônimo 3 Salão de Festas | 19h30 às 20h30 | QUARTA |

VENHA PARA NOSSAS AULAS DE CICLISMO TOTALMENTE GRATUITAS

FEMININO E MASCULINO
7 A 18 ANOS



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
Complexo Omar Zigaib (Bairro Cerejeiras)
IR COM SUA BICICLETA E CAPACETE!

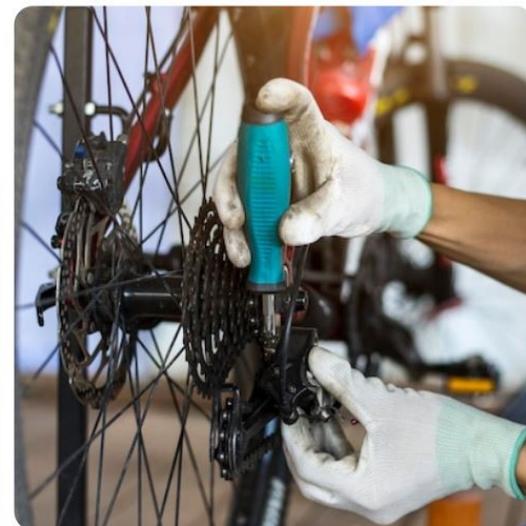
INFORMAÇÕES: (11) 99748-4332

MECÂNICA

AULA DE OFICINA MECÂNICA PARA BIKE

EM DIAS DE CHUVA REALIZAMOS
AULAS DE OFICINA MECÂNICA
PARA BICICLETA MTB E SPEED
VENHA PARA NOSSA SEDE ADESE
(DE 7 A 23 ANOS)

@ADESE.PROGRAMADECICLISMOSOCIAL



ENTRE EM CONTATO

11 99748-4332

FUTEBOL MASCULINO

2023

| | | | |
|---|-----------------------|-----------------------------------|-------------------------------|
| Atibaia Jardim Av. Dr. Joviano Alvim | Campo Futebol | 8h às 9h – 14 a 17 anos | QUARTA E SEXTA |
| | | 9h às 10h – 13 a 10 anos | |
| | | 10h às 11h – 6 a 9 anos | |
| | | 14h às 15h30 – 16 e 17 anos | |
| | | 15h30 às 17h – 14 e 15 anos | |
| | | 17h às 18h – 10 a 13 anos | |
| São Felipe Al. Barão de Limeira, s/n | Campo Areninha | 8h30 às 10h – a partir de 6 anos | SÁBADO |
| Portão Rua do Castelo, s/n | Campo Futebol | 8h às 10h - a partir de 6 anos | QUARTA |
| | | 14h30 às 16h - a partir de 6 anos | |
| Tanque Rua Koishi Nakazawa, próximo à Escola Gilberto Sant'Anna | Campo Futebol | 8h30 às 10h - a partir de 6 anos | TERÇA E QUINTA |
| Alvinópolis Praça Brasília, s/nº | Estádio | 16h40 às 18h30 - 5 a 9 anos | TERÇA E QUINTA |
| Usina Ao lado Escola Paulo Freire | Campo Futebol | 8h30 às 10h – 10 a 17 anos | SÁBADO |

FUTEBOL AMERICANO

2023

15 a 50 anos

MASCULINO E FEMININO

| BAIRRO | LOCAL | HORÁRIOS | DIAS |
|-----------------------------------|--|-----------------|----------------|
| Loanda Av. Horácio Netto, 1061 | Campo do Conjunto Esportivo | 8h às 12h | DOMINGO |
| 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 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 | |
| | | Treinamento Base | 18h30 às 20h | |
| | | Treinamento Baby | 18h30 às 21h | SEGUNDA 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 – 4 a 16 anos | 9h 10h30 | SEGUNDA E QUARTA |

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 | |
|---|---|--|-------------------------------|
| <p>Atibaia Jardim Av. Dr. Joviano Alvim, s/nº</p> | <p>Ginásio de Esportes Dr. José Ap. Ferreira Franco</p> | <p>18h às 19h 6 a 10 anos</p> | <p>TERÇA E QUINTA</p> |
| | | <p>19h às 20h 11 e 12 anos</p> | |
| | | <p>20h às 21h 13 e 16 anos</p> | |
| | | <p>21h às 22h acima de 17 anos</p> | |

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 | SEXTA |
| Caetetuba Estrada Municipal Nossa Senhora das Brotas, 1555 Bairro das Brotas | Jerônimo 4 Salão de Festas | 19h às 21h | SEGUNDA |
| | Jerônimo 3 Salão de Festas | 19h às 21h | TERÇA |
| Portão Associação Alpes Estância Santa Maria Av. Espraiada, s/nº - Portão | Associação Alpes Estância Santa Maria | 16h às 18h | SÁBADO |

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 | 7h às 9h 11h 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

| DIAS | HORÁRIOS | AULA | IDADE |
|----------------------|-----------------|------------------------|------------------|
| TERÇA E QUINTA | 8h às 9h | Adulto Iniciação | A partir 15 anos |
| | 9h às 10h | Infantil Iniciação | 7 a 14 anos |
| | 10h20 às 11h | Baby | 5 e 6 anos |
| | 11h 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 | Aperfeicoamento | 6 e 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 Aperfeicoamento | A partir 15 anos |
| | 19h30 às 20h30 | Adulto Aperfeicoamento | A partir 15 anos |

| DIAS | HORÁRIOS | AULA | IDADE |
|----------------------|-----------------|--------------------------|------------------|
| QUARTA E SEXTA | 8h às 9h | 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 |

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

Piscina do CIEM

Rua José Carlos Tamassia, s/nº - Terceiro Centenário

| HORÁRIOS | DIAS | AULA | IDADE |
|---------------------|----------------|----------------|------------------|
| TERÇA E QUINTA | 16h30 às 17h15 | Baby | 4 a 6 anos |
| | 17h15 às 18h | Baby | 4 a 6 anos |
| SEGUNDA E QUARTA | 18h30 às 19h30 | Hidroginástica | A partir 15 anos |

NATAÇÃO PCD

2023

10 a 60 anos

MASCULINO E FEMININO

| | | | |
|--|--------|------------|------------------------|
| Terceiro Centenário Rua José Carlos Tamassia, s/nº | CIEM I | 10h às 12h | SEGUNDA A QUINTA |
|--|--------|------------|------------------------|

Associação Paradesportistas de Atibaia

Mauricio – 99833-513

Edson – 99843-3890

PARACANOAGEM PCD

2023

10 a 60 anos

MASCULINO E FEMININO

| | | | |
|--|--|--------------|----------------------|
| Usina Estrada Hisaichi Takebayashi, 7564 | Restaurante Fogo de Chão Represa | 14h às 16h30 | TERÇA E QUINTA |
|--|--|--------------|----------------------|

Associação Paradesportistas de Atibaia

Mauricio – 99833-513

Edson – 99843-3890

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 | |
| JUVENIL - 15 a 18 anos | | | | |
| Loanda Av. Horácio Netto, 1061 | Elefantão | Masculino | 16h30 às 18h | SEGUNDA, TERÇA, QUINTA E SEXTA |

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, QUARTA E SEXTA |

a partir de 70 anos

CARTEIRINHA PARA ATIVIDADE FÍSICA:

x ATESTADO MÉDICO (apto a prática de esporte)

x RG E COMPROVANTE DE RESIDÊNCIA