

ANEXO V – PROGRAMA CLUBE ESCOLA E MOVE SEME

1. Metodologia

Os Projeto Clube Escola tem como objetivo estimular a participação e a contribuição no desenvolvimento educacional dos moradores da cidade, em especial das crianças e dos jovens em idade escolar, que são os principais beneficiários e frequentadores das atividades técnico-pedagógicas nos espaços de esporte. Espera-se que as aulas sejam relevantes para a educação e adquira um valor estratégico para o desenvolvimento social e econômico do público-alvo, além de promover acesso e qualidade da educação em todos os níveis. Para isso, busca-se apresentar ações direcionadas ao fortalecimento e à promoção da melhoria da qualidade da prática esportiva, com foco, sobretudo, na contribuição e no desenvolvimento educacional da população da cidade de São Paulo, por meio das atividades físicas, esporte e lazer.

Seus objetivos específicos são:

- Desenvolver habilidades de aprendizagem que promovam o desenvolvimento social, afetivo, cognitivo e psicomotor, por meio de atividades da cultura corporal, artísticas, de lazer, culturais e de inclusão;
- Fomentar a prática esportiva, promovendo saúde e qualidade de vida;
- Promover ações que estimulem a participação da família e comunidade nas atividades do Programa.

A execução do objeto do contrato de gestão pela CONTRATADA será inteiramente fundamentada na utilização do esporte como fator de educação, segundo a metodologia do Clube Escola, que apresenta três princípios básicos:

- Ensinar esporte para todos: ensinar esporte com a premissa de inclusão e participação de todos, independente dos potenciais e das limitações individuais;
- Ensinar bem esporte para todos: ensinar o esporte de maneira que todos aprendam a jogá-lo com competência técnica e tática;
- Ensinar mais do que esporte para todos: ensinar o esporte de forma que os alunos se apropriem de conhecimentos nas áreas de saúde, cultura, cidadania, protagonismo e comunidade. O esporte trabalhado na dimensão educacional desenvolve valores como a solidariedade, respeito ao próximo e às regras, tolerância, sentido coletivo e cooperação. Cria oportunidades para que o aluno desenvolva estratégias para resolver problemas e enfrentar situações da vida em sociedade.

As atividades físicas, esportivas e recreativas serão prioritárias dentro do planejamento, mas deverão ser estabelecidas pela CONTRATADA também diretrizes educacionais abordando incidentalmente questões referentes à higiene pessoal, alimentação saudável, estética, prevenção do uso de drogas, sexualidade, saúde, qualidade de vida, ética, cidadania, respeito, solidariedade e cooperação, ainda que outras equipes de órgãos públicos, por dever de função e/ou por força de tratativas com a contratante, abordem esses temas diretamente em outras ações ou atividades.

Em todas as atividades desenvolvidas far-se-á possível a participação de pessoas portadoras de deficiência, muito embora não seja exigido que a CONTRATADA forme turmas exclusivas para esse público no atendimento do serviço Clube Escola. A CONTRATADA orientará todas as atividades relacionadas com o objetivo de incluir os diversos tipos de deficiências, propiciando o envolvimento de pessoas em diferentes níveis de habilidades.

Para realização das atividades e serviços constitutivos do objeto deste contrato de gestão, a CONTRATADA sistematizará e disseminará junto a todos os profissionais contratados, com o fim de desenvolvê-los, conteúdos temáticos, instrumentos de gestão pedagógica e outros materiais e procedimentos pedagógicos para introduzir nos profissionais que atuam diretamente no atendimento a melhor adequação aos objetivos do projeto e a prática adotada na ponta.

Os professores e estagiários que serão contratados para atuar nos Centros Esportivos aos quais se refere o objeto do Contrato de Gestão serão capacitados pela CONTRATADA segundo o Programa de Educação Continuada, visando garantir a aplicação adequada da metodologia de esporte educacional e de relação comunitária, segundo seus próprios princípios e valores. A sistematização dos acúmulos gerados pela troca de experiências havida nos ciclos de formação continuada deve ser dividida pela CONTRATADA com a CONTRATANTE, para legado à Administração Pública.

A capacitação será ministrada pelo Grupo Acadêmico da SEME, em datas e locais a serem estabelecidos, antes do início das atividades.

O MOVE-SEME é um programa que trata de Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida da Secretaria Municipal de Esportes e Lazer da cidade de São Paulo.

O escopo do programa é estimular a adesão de um estilo de vida fisicamente ativo com qualidade de vida, para os municípios da cidade de São Paulo.

O MOVE-SEME surgiu a partir da necessidade de se estabelecer um estilo de vida ativo na população com base em dados, onde constata-se que apenas 34% da população da cidade de São Paulo é considerada fisicamente ativa. (Ministério da Saúde, 2020).

No mais, São Paulo possui 3.300 academias com 1,2 milhões de alunos, sendo que menos de 10% da população paulistana tem acesso às academias.

A redução da inatividade física é uma pauta mundial coordenada pela OMS, através do plano “Ação Global da OMS para a atividade física 2018-2030”, que envolve: ODS 3 – Boa Saúde e Bem-estar, ODS 4 – Educação de Qualidade e ODS 11 – Cidades e Comunidades Sustentáveis.

Proporcionar ações educativas de estímulo a adesão de um estilo de vida fisicamente ativo e redução do comportamento sedentário, por meio de aulas, atividades e eventos organizados pela SEME.

O Programa entende que a oferta de atividade física deve ser organizada e fundamentada nos diversos conhecimentos relacionados a estruturação e planejamento das atividades de ginástica, da fisiologia do exercício, dos métodos de treinamento, da biomecânica e da aprendizagem motora, trabalhados em duas áreas de atuação:

- a) Atividades de academia (Musculação, Circuito Funcional, Alongamento, Spinning, Step, Jump, Crossfit, corrida, caminhada...) desenvolvidos nos Centros Esportivos pelos Analistas da SEME; e
- b) Práticas Corporais e de Esportes (Yoga, Tai Chi Chuan, Lian Kun, danças, beach tennis, beach soccer...) desenvolvidos por meio de chamamentos públicos predominantemente em Centros Esportivos da SEME.

2. LOCAL DE EXECUÇÃO DO PROJETO

2.1. Núcleo Olímpico Regional Zona Oeste da Rede Olímpica – COTP

LOCAL	CLUBE	MODALIDADES CLUBE ESCOLA E MOVE SEME
NÚCLEO OESTE	CEE Geraldo José de Almeida CE PIRITUBA Av. Agenor Couto de Magalhães,32 – Pirituba, São Paulo - SP	Alongamento Ballet Clássico Ballet Pilates Caminhada Capoeira Circuito Dança Futsal Gap Ginástica Funcional Ginástica Geral Handebol Hidroginástica Judô Jump Pilates Ritmos

2.2. Núcleo Olímpico Regional Zona Sul da Rede Olímpica – COTP

LOCAL	CLUBE	MODALIDADE CLUBE ESCOLA
NÚCLEO SUL	CEE RUBENS PACCE LORDELLO	ABS
		Alongamento
	CE CAMBUCI	Arco e Flecha
		Boxe chinês
	Av. Lins de Vasconcelos, 804 – Cambuci, São Paulo - SP	Capoeira
		Circuito
		Dança do Ventre
		Dança Movimento
		Danças regionais
		Danças variadas
		Funcional
		GAP
		Ginástica Localizada
		Hidroginástica
		Jiu Jitsu
		Judô
		Karatê
		Kickboxing
		Kung-fu
		Muay Thai
		Pilates
		Ritmos
		Vôlei
		Yoga

3.Das Atividades

3.1. As atividades do Clube Escola e do MOVE SEME deverão ocorrer, inicialmente, das 08h00 às 17h00, de segunda-feira a sexta-feira, podendo este horário ser alterado, de acordo com a disponibilidade e necessidade, mediante prévia anuência da Área Gestora do Programa e especificado no Termo de Referência do Edital.

3.2. As aulas ocorrerão duas vezes por semana, com 1h (uma hora) de duração, devendo acontecer, obrigatoriamente, em dias alternados.

3.3. A grade horária proposta deve buscar a manutenção da grade atualmente existente no clube e poderá ser alterada pela CONTRATADA, em comum acordo com a CONTRATANTE, ao longo de todo o contrato, quando assim requerer o interesse público, sempre objetivando o melhor atendimento à comunidade, consoante com as diretrizes, princípios e objetivos estratégicos que orientam os termos deste contrato.

3.4. As aulas terão início em 90 dias do início da vigência do Contrato de Gestão.

3.5. Durante os meses de Janeiro e Julho, poderão ser programadas aos alunos atividades diferenciadas com o objetivo de promover ações no período de férias escolares, podendo, inclusive, ser prevista a participação de alunos por período superior ao normal. Vale ressaltar que essa programação diferenciada deverá constar de forma detalhada no plano de trabalho. Caso as atividades de férias não estejam previstas no plano de trabalho, a Organização deverá manter a grade regular de atividades.

3.6. As atividades do Programa Clube Escola serão suspensas no período de 23/dez a 01/jan, bem como em feriados e pontos facultativos, sem prejuízo do repasse financeiro mensal à Organização.

3.7. A Área Gestora do Programa, em conjunto com a OS, poderá redefinir as atividades, podendo incluir ou retirar modalidades, em função da demanda imposta pelo local.

3.8. Ao longo do primeiro trimestre de contrato, deverão ser mantidas as atividades atualmente existentes no equipamento, listadas neste anexo.

3.9. A ORGANIZAÇÃO SOCIAL poderá fazer uso de serviço voluntário, conforme disposições do Decreto Municipal Nº 57.839/2017 e Portaria Nº 011/SEME-G/2021.

4. PÚBLICO ALVO E FAIXA ETÁRIA

4.1. O Público-alvo a que se destinam as atividades do Clube Escola são crianças e adolescentes.

4.2. O Público-alvo do MOVE SEME são adultos e idosos.

5. FORMA DE PARTICIPAÇÃO

5.1. Por meio de inscrições, em período a ser determinado pela OS, por ordem de chegada e conforme seleção, até o limite máximo da turma.

5.2. As inscrições serão realizadas pela equipe da proponente.

5.3. Controle de Frequência – o aluno deverá ter no mínimo 75% de frequência mensal. Aquele que não atingir, mediante justificativa por escrito, deverá perder o direito de continuar frequentando as aulas e ficará impedido por no mínimo 1 mês e até 2 (dois) meses.

6. PREVISÃO DE ATENDIMENTOS

6.1. A OS deverá apresentar o total geral de participantes no Programa Clube Escola, conforme Quadro de Indicadores.

7. VÍNCULO DOS ALUNOS DO CLUBE ESCOLA

7.1. A OS poderá participar de campeonatos/festivais com seus alunos e equipes, desde que de forma amadora, sendo obrigatório o uso do uniforme com logo da Prefeitura e do Programa Clube Escola.

8. INSUMOS PARA OS PROGRAMAS CLUBE ESCOLA e MOVE SEME

8.1. RECURSOS HUMANOS

8.1.1. Pirituba

A proposta deverá prever a contratação de no mínimo 5 professores, 40 horas cada, ou equivalente para as atividades do Clube Escola. Para completar as grades de atividades, a OS deverá lançar mão de parcerias e programas de voluntários, conforme atualmente existente no Centro Esportivo.

8.1.2. Cambuci

A proposta deverá prever a contratação de no mínimo 5 professores, 40 horas cada ou equivalente para as atividades do Clube Escola. Para completar as grades de atividades, a OS deverá lançar mão de parcerias e programas de voluntários, conforme atualmente existente no Centro Esportivo.

8.3. A CONTRATADA deverá contratar profissionais de Educação Física registrados no CREF, nas modalidades em que houver essa exigência, bem como apresentar comprovações, como certificados, para as modalidades que não exigem registro no CREF.

9. RECURSOS MATERIAIS

9.1. A CONTRATADA deverá apresentar o plano de compras referentes às modalidades.

9.2. Serão disponibilizados à OS os seguintes materiais e equipamentos: ANEXO XI

9.2.1. A tabela é referencial para os materiais a serem adquiridos.

CAMBUCI

Item	Material	Quantidade
1	Anel tonificador: O anel tonificador é um aro flexível geralmente feito de metal ou plástico resistente, com alças em ambos os lados. Diâmetro: Aproximadamente 40cm. Sem cor específica.	10
2	Meia bola suíça com base: Meio bola com base de plástico. Dimensões: aproximadamente 63.5 C x 63.51 X 21,6 cm. Material da bola: Borracha. Material da base: Plástico, sem cor específica.	2
3	Mini Band ultra leve Produzida em látex proporcionando durabilidade e resistência. Dimensões Aproximadas: 30cm X5 Cm Técnica: Material: Látex Comprimento: 30cm Circunferência: 60cm Largura: 5cm Espessura e resistência aproximada: - Ultraleve: (0,35mm) 5-10 lbs	3
4	BOLA OVERBALL Estilo: Overall - Construção: PVC - Material: Cloreto de polivinila (PVC) Material externo: Borracha Dimensões do produto: 18 x 10 x 25 cm- Peso: 110	40
5	DISCO DE EQUILÍBRIO Composição do material: PVC- Material: Cloreto de polivinila (PVC) RS Clube Escola/ Não há DUARTE ESPORTIVO Saúde Quick Shop Componentes inclusos: Bomba - Medidas: 33 x 33 x 5,5 cm; 1 quilograma	40
6	ALMOFADA COLCHONETE ABDOMINAL Tipo de material: Couro sintético	40
7	BLOCO DE APOIO PILATES/YOGA Cor: Sem cor específica - Tamanho: Único	40
8	Colchonete- Densidade G80Peso: Aproximadamente 470g Cor Preto; Azul Medidas (120	40
9	Bolas de Borracha de Iniciação N.10: Bola Esférica, Matrizada, confeccionada com Borra	10
10	Halter 1kg: Halter de ferro, formato arredondado, totalmente emborrachado ou não.	40
11	Halter 4kg: Halter de ferro, formato arredondado, totalmente emborrachado. Sem cor específica.	10

12	Halter 5kg: Halter de ferro, formato arredondado, totalmente emborrachado ou não. Sem cor específica.	10
13	Halter 6kg: Halter de ferro, formato arredondado, totalmente emborrachado ou não. Sem cor específica.	10
14	CORDA NAVAL 32 mm- Cor: Preto - Tamanho: 7 MTS- Material: Poliéster. Componentes inclusos: Corda Naval 32 mm-7 M. Dimensões do produto: 700 x 3,2 x 2 cm; 3,86 quilogramas	2
15	ORDA NAVAL CORDA NAVAL 25 mm Cor: Preto-Tamanho: 10 MTS- Material: Poliéster	2
16	KETTLEBELL 6 KG-Cor: Sem cor específica - Material: Ferro Material: Superfície em vinil impermeável com pegada Dimensões da embalagem: 15 x 15 x 10 cm; 6,1 quilogramas	10
17	KETTLEBELL 4 KG-Cor: Sem cor específica- Material: Ferro Material: Revestimento em PVC, superfície em vinil impermeável com pegada Dimensões da embalagem: 15 x 15 x 10 cm; 4,1 quilogramas	10
18	KETTLEBELL 8 KG- Cor: Sem cor específica - Material: Ferro Material: Superfície em vinil impermeável com pegada Dimensões da embalagem: 15x 15 x10 cm; 8,1 quilogramas	5
19	BARRA COM PRESILHA -Peso: 1 kg - Material: Aço carbono Dimensões do produto: 2 x 2 x 120 cm; 1,84 quilogramas	4
20	BARRA COM PRESILHA 5KG Modelo: Barra Reta Maciça 1,20M -Peso da barra: 5 kg -Diâmetro da manga: 2,5 cm Comorimento:1.2 m-Diâmetro do punho: 25 mm- Material: Aço Maciço Comprimento: 1,2 m- Diâmetro do 25 mm - Material: Aço Maciço Acessórios incluídos: Presilha para barra	4
21	ANILHA CROSSFIT 5 KG peso total: 5 kg- Cor: Preto - Materiais do disco externo: Borracha Diâmetro interno: 5,08cm- cm - Diâmetro externo: 45 cm- - Grossura: 3 cm material do centro: Aço	16

PIRITUBA

Item	Material	Quantidade
------	----------	------------

1	Mini Band - Medidas: 30cm X 5 Cm- LEVE Técnica: Material: Látex Comprimento: 30cm Circunferência: 60cm Largura: 5cm Espessura e resistência aproximada: Leve: (0,50mm) 10-15 lb	5
2	Mini Band -Medidas: 30cm X5 Cm MÉDIO Técnica: Material: Látex Comprimento: 30cm Circunferência:60cm Largura: 5cm. Espessura e resistência aproximada: Forte: (0,90mm) 25-30 lbs-	10
3	Mini Band -Medidas: 30cm X 5 Cm ULTRA FORTE X5 Técnica: Material: Látex Comprimento: 30cm Circunferência: 60cm Largura: 5cm e Sorta Bratot 1m) • Espessura e resistência aproximada: Ultra Forte: Preto (1,1mm) ~30-40 lb	5
4	Pulseira de peso: superfície da pulseira é revestida por silicone, constituído em aço impermeável. Peso:0,5kg-6 pares Cor: Indiferente para utilização do material.	6
5	Pulseira de peso: superfície da pulseira é revestia por silicone, constituído em aço impermeável. Peso: 1kg -12 pares Cor Indiferente para utilização do material	12
6	Pulseira de peso: superfície da pulseira é revestia por silicone, constituído em aço impermeável. Peso: 2kg - 12 pares Cor Indiferente para utilização do material	12

7	Bola de Pilates Yoga com sua composição em PCV-OVER BALL e Hidroginastica Peso suportado: mínimo 200kg- Diâmetro: 25 cm Peso suportado: mínimo 200kg - Diâmetro: 25 cm' Cor: Indiferente para utilização do material Possuir sistema Anti Burst (anti estoura). Quantidade necessária: 20 unidades	20
8	Bola de borracha Vulcanizada - TAMANHO 14 e Câmara da bola está composta por Miolo, válvula e Cápsula SIS Peso :300-370g - Diâmetro 19cm; Circunferência: 60-65cm Quantidade necessária: 20 unidades Quantidade necessária: 20 unidades	20
9	Anel em polipropileno revestido em borracha e espuma com pegadores ergonômicos Circunferência 39cm	10
10	Rolo em PVC e espuma, com revestimento em EVA e capa de couro sintético	5
11	Kettlebell -Bola de ferro fundido com alça, emborrachado Cor: indiferente -Tamanho/peso: 2kg	6
12	Kettlebell- Bola de ferro fundido com alça, emborrachado Cor indiferente Tamanho/Peso: 4kg Cor: indiferente Tamanho/peso: 4k	6
13	Kettlebell- Bola de ferro fundido com alça, emborrachado Pilates, Cor: indiferente Tamanho/peso: 6kg,	4

14	Kettlebell- Bola de ferro fundido com alça, emborrachado Pilates, Cor: indiferente Tamanho/peso: 8kg	4
14	Bloco em EVA para Pilates/Yoga Peso: mínimo 500g -gramatura densa e extremidades chanfradas medidas: 22 cm x 12cm x 8cm medidas: 22 cm' x 12cm x 8c	20
15	Colchonete - Densidade G80-reforçado Peso: Aproximadamente 470g - Cor Preto Clube Escola Medidas (120m x 60cm x 4cmou 5cm	26
16	Thera band tem sua composição de borracha natural látex Nível de tensão: forte Dimensão aproximada: 1,5m*15cm* 0,45mm/	20
17	Thera band tem sua composição de borracha natural látex - Nível de tensão: extraforte. Dimensão aproximada: 1,5m*15cm* 0,55mm	5
18	Bola Feijão de Pilates Peso suportado: mínimo 200kg - Comprimento: 90cm - Largura: 45cm Cor: Indiferente para utilização Possuir sistema Anti Burst (anti estouro) e frisos antiderrapantes	8
19	Super Band - borracha de alta resistência, Extensor Leve Band da Yangfit: Super band verde (Leve). 208 cm comprimento x 1,3 cm largura x 0,5 cm espessura/ Resistência: 4,5 a 16KG (10 a 35LB).	10
20	Super Band- borracha de alta resistência. Extensor Médio Super Band Amarelo (Médio): 208 cm comprimento x 2,3 cm largura x 0,5 cm espessura/ Resistência: 14 a 27KG (30 a 60LB)	10

21	Super Band- borracha de alta resistência. Extensor Forte Super Band Preto (Forte): 208 cm comprimento x 3,3cm largura x 0,5 cm espessura/ Resistência: 18 a 36KG (40 a 80LB)	5
22	Super Band - borracha de alta resistência. Extensor Extra Forte Super Band Azul (Extra Forte): 208 cm comprimento x 4,5cm largura x 0,5 cm espessura/ Resistência: 23 aa 57KG (50 a a 125LB)	5
23	Halteres para hidroginástica (par) Medidas típicas do halter remo são aproximadamente 41 cm de comprimento, com formatos que facilitam a pegada, como barras cena formatos que facilitam a pegada, como barras centrais e extremidades para manter o exercício com resistência adequada dentro da água. Medidas-41cm Medidas -41cm x 30cm x 3,5cm	30
24	Bola de Pilates 65cm Clube Escola/ Material PVC - Diâmetro 65 cm. Inclui inflador -Tipo de bola Fitball. Anti estouro e reforçada - Peso máximo suportado 300 k	6
25	Mini Band -ultra leve Produzida em látex proporcionando durabilidade e resistência. Dimensões Aproximadas: 30cm X 5 Cm Técnica: Material: Látex Comprimento: 30cm Circunferência: 60cm Largura: 5cm técnica: Material: Látex comprimento: circunferência: •Espessura e resistência aproximada: - Ultraleve: (0,35mm) 1~5-10 l	5

26	Mini Band - leve Produzida em látex proporcionando durabilidade e resistência. Dimensões Aproximadas: 30cm X 5 Cm. Técnica: Material: Látex Comprimento: 30cm Circunferência: 60cm Largura: 5	5
27	Mini Band- médio Produzida em látex proporcionando durabilidade e resistência. Dimensões Aproximadas: 30cm X 5 cm Técnica: Material: Látex Comprimento: 30cm. Circunferência: 60cm Largura: 5cm Espessura e resistência aproximada: Médio: (0,70mm) ~15-20 lbs	5
28	Mini Band- forte Produzida em látex proporcionando durabilidade e resistência. Dimensões Aproximadas: 30cm x 5 cm Técnica: Material: Látex Comprimento: 30cm Circunferência: 60cm Largura: 5cm • Espessura e resistência aproximada: Forte: (0,90mm) ~25-30 lb	5
29	Mini Band - ultra band. Produzida em látex proporcionando durabilidade e resistência Dimensões Aproximadas: 30cm X 5 Cm Técnica: Material: Látex Comprimento: 30cm Circunferência: 60cm Largura: 5cm • Espessura e resistência aproximada: Ultra Forte: Preto (1,1mm) ~30-40 lb	5
30	Thera band tem sua composição de borracha natural látex Nível de tensão: forte nível de tensão da 1ª Dimensão aproximada: 1,5m*15cm* 0,45mm	10

31	Colete de carga com cinta de resistência puxar peso Material Poliéster Peso máximo suportado 100 kg	2
32	Cone de Marcação de Plástico-24cm-Kit.com - Kit com 24-Colorido. Cor Azul/Amarelo/Vermelho/Verde. Material Polietileno, Plástico Altura 24 cm - não flexível - não ranhuras	24
33	Faixa várias cores Tamanho: 2m a 3 m -Tamanho: 2 m a 3 m Costuras: 6 Indicado para: Treino e Competição Material: Brim 100% algodão	130
34	Conjunto de Agasalho Feminino e Masculino - Composto por alça e jaqueta com zipper personalizado- em tecido microtel (Poliéster) com forro. Tamanhos P ao GG. (podendo sofrer alterações Cor/Modelo/Tamanho).	50
35	Camiseta tecido 67% algodão e 33% Viscose. Modelo Tradicional. Silk na frente e nas costas. Tamanhos: P ao GG - Modalidade Futebol (podendo sofrer alterações Cor/Modelo/Tamanho Coc/Modelo/Tamanho)	30

10. GRADE HORÁRIA ATUAL

10.1 PIRITUBA

5.2 - GRADE HORÁRIA CLUBE ESCOLA					
Clube Escola	Futsal	19h00 - 20h00	7 a 13 anos	2ª/4ª	Masc.
Clube Escola	Caminhada	7h - 8h	16 anos +	2ª/4ª/6ª	Misto
Clube Escola	Circuito	10h - 11h	16 anos +	2ª/4ª/6ª	Misto
Clube Escola	Gap	11h - 12h	16 anos +	3ª/5ª	Misto

Clube Escola	Ginástica 1	8h - 9h	16 anos +	2ª/4ª/6ª	Misto
Clube Escola	Ginástica 2	9h-10h	16 anos +	2ª/4ª/6ª	Misto
Clube Escola	Hidro	8h - 9h	16 anos +	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Hidro	9h - 10h	16 anos +	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Pilates 1	11h-12h	16 anos +	2ª/4ª/6ª	Misto
Clube Escola	Pilates 2	13h-14h	16 anos +	2ª/4ª/6ª	Misto
Clube Escola	Pilates 3	7h - 8h	16 anos +	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Pilates 4	10h- 11h	16 anos +	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Pilates 5	13h - 14h	16 anos +	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Ballet Clássico	10h-11h	18 anos +	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Ballet Clássico	13h-14h	7- 10 anos	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Ballet Clássico	14h-15h	11-18 anos	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Ballet Clássico	15h-16h	3-7 anos	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Ballet Clássico	16h-17h	7 - 10 anos	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Ballet Pilates	9h - 10h	15 anos +	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Ballet Pilates	11h - 12h	15 anos +	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Ritmos	8h - 9h	15 anos +	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Ballet Clássico	14h - 15h	18 anos +	2ª/4ª	Misto
Clube Escola	Ballet Clássico	15h - 16h	7- 10 anos	2ª/4ª	Misto
Clube Escola	Ritmos	17h - 18h	11-18 anos	2ª/4ª	Misto
Clube Escola	Ritmos	18h - 19h	3-7 anos	2ª/4ª	Misto
Clube Escola	Dança	19h - 20h	7 - 10 anos	2ª/4ª	Misto
Clube Escola	Capoeira	19h – 20h30	8 anos +	2ª/4ª/6ª	Misto
Clube Escola	Capoeira	20h30 - 22h	8 anos +	2ª/4ª/6ª	Misto
Clube Escola	Capoeira Kids	11h - 12h	4 anos + 6 anos	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Capoeira Kids	14h - 15h	4 anos + 6 anos	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Capoeira Kids	15h - 16h	4 anos + 6 anos	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Judô	08h30 - 09h30	8 a 12 anos	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Judô	09h30 - 10h30	5 a 7 anos	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Judô	18h30 -19h30	5 a 12 anos	2ª/4ª/6ª	Misto
Clube Escola	Judô	19h30 - 21h30	12 anos +	2ª/4ª/6ª	Misto
Clube Escola	Handebol	18h30 - 19h30	18 anos +	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Funcional	8h - 9h	16 anos +	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Pilates	9h - 10h	17 anos +	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Hidro	10h - 11h	18 anos +	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Gap	11h - 12h	18 anos +	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Hidro	8h - 9h	18 anos +	4ª/6ª	Misto
Clube Escola	Hidro	9h - 10h	18 anos +	4ª/6ª	Misto
Clube Escola	Hidro	10h - 11h	18 anos +	4ª/6ª	Misto
Clube Escola	Funcional	11h - 12h	18 anos +	4ª/6ª	Misto
Clube Escola	Jump	17h - 18h	18 anos +	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Funcional	18h - 19h	18 anos +	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Gap	19h - 20h	18 anos +	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Jump	20h - 21h	18 anos +	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Funcional	17h30 - 18h30	18 anos +	2ª/4ª	Misto

Clube Escola	Gap	18h30 - 19h30	18 anos +	2ª/4ª	Misto
Clube Escola	Alongamento	19h30 - 20h30	18 anos +	2ª/4ª	Misto
Clube Escola	Mobilidade Articular	8h - 9h	18 anos +	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Mobilidade Articular	9h - 10h	18 anos +	3ª/5ª	Misto
Clube Escola	Dança De Salão	14h - 15h	7 anos +	2ª	Misto
Clube Escola	Ballet	8h-10h30	7 a 17 anos	SABÁDO	Misto
Clube Escola	Ballet	10H30 -12H	7 a 17 anos	SÁBADO	Misto
Clube Escola	Ballet	12h30-13h30	6 anos +	SABÁDO	Misto
Clube Escola	Futebol	19H00 – 20h00	18 anos +	2ª/4ª/6ª	Fem.
Clube Escola	Dança Do Ventre	10h - 11h	Livre	2ª	Misto
Clube Escola	Kung Fu	9h - 10h	7 anos +	SAB/DOM	Misto
Clube Escola	Sambô	10h00 - 12h00	14 anos +	DOMINGO	Misto
Clube Escola	Escoteiros	14h30 - 17h30	6 anos +	sábado	Misto
Clube Escola	Tai Chi Chuan	9h - 10h	12 anos +	2ª/4ª	Misto
Clube Escola	Recreação Com Bola	19h30 - 21h30	18 anos +	5ª	Misto
Clube Escola	Futebol	07h30 – 9h	6 a 9 anos	2ª/4ª	Masc.
Clube Escola	Futebol	7h30 - 11h	10 a 12 anos	6ª	Masc.
Clube Escola	Futebol	8h - 9h10	5 a 8 anos	3ª/5ª	Masc.
Clube Escola	Futebol	9h10-10h20	9 a 13 anos	3ª/5ª	Masc.
Clube Escola	Futebol	10h20-11h30	14 a 17 anos	3ª/5ª	Masc.
Clube Escola	Futebol	14h - 16h	14 a 17 anos	3ª/5ª	Masc.
Clube Escola	Futebol	16h - 17h	9 a 13 anos	3ª/5ª	Masc.
Clube Escola	Futebol	17h - 18h	5 a 8 anos	3ª/5ª	Masc.
Clube Escola	Basquete	18h30-19h30/18h-19h	17 a 18 anos	6ª/Sábado	Masc.
Clube Escola	Basquete	19h30-20h30/19h-20h	19 a 20 anos	6ª/Sábado	Masc.
Clube Escola	Voleibol	9h-10h	sub-14/13/12/11	2º/4º	Fem.
Clube Escola	Voleibol	13h-14h	sub-14/13/12/11	2º/4º	Masc.
Clube Escola	Voleibol	8h-9h	sub-18/17/16/15	2º/6º	Masc.
Clube Escola	Voleibol	8h-9h	sub-10/09/08/07	2º/6º	Masc.
Clube Escola	Voleibol	13h-14h	sub-14/13/12/11	2º/6º	Masc.
Clube Escola	Voleibol	11h - 12h	sub-10/09/08/07	2º/6º	Fem.
Clube Escola	Voleibol	11h - 12h	sub-14/13/12/11	2º/6º	Fem.
Clube Escola	Voleibol	13h – 14h	sub-18/17/16/15	2º/6º	Misto

10.2 CAMBUCI

5.2- GRADE HORÁRIA CLUBE ESCOLA						
Clube Escola	ABS	7h - 8h	18 anos +	3ª / 5ª	MISTO	SALA 1
Clube Escola	Alongamento	13h - 14h	18 anos +	2ª / 4ª	MISTO	Galpão

Clube Escola	Alongamento	10h - 11h	18 anos +	3ª / 5ª	MISTO	SALA 2
Clube Escola	Alongamento	14h - 15h	18 anos +	3ª / 5ª	MISTO	SALA 1
Clube Escola	Alongamento	8h - 9h	18 anos +	3ª / 5ª / 6ª	MISTO	SALA 3
Clube Escola	Arco e Flecha	19h30 - 22h	16 anos +	2ª / 4ª	MISTO	Área Externa
Clube Escola	Arco e Flecha	10h - 12h	16 anos +	Sábado	MISTO	Área Externa
Clube Escola	Boxes Chinês	20h - 21h30	15 anos +	4ª	MISTO	SALA 1
Clube Escola	Capoeira	9h - 10h30	06 anos +	3ª	MISTO	SALA 1
Clube Escola	Capoeira	19h - 20h30	06 anos +	5ª	MISTO	SALA 1
Clube Escola	Capoeira	8h30 - 10h	06 anos +	Sábado	MISTO	SALA 1
Clube Escola	Circuito	9h - 10h	18 anos +	2ª / 4ª	MISTO	Meia Quadra
Clube Escola	Dança do Ventre	17h-18h	18 anos +	3ª / 5ª	MISTO	SALA 2
Clube Escola	Dança Movimento	19h - 20h30	18 anos +	2ª / 4ª	MISTO	SALA 3
Clube Escola	Danças Regionais	19h - 20h	15 anos +	6ª	MISTO	SALA 1
Clube Escola	Energia da dança	8h - 9h	30 anos+	3ª / 5ª	MISTO	Quadra
Clube Escola	Funcional	10h - 11h	18 anos +	2ª / 4ª	MISTO	Meia Quadra
Clube Escola	Funcional	8h - 9h	18 anos +	4ª / 6ª	MISTO	SALA 1
Clube Escola	Gap	9h - 10h	18 anos +	2ª / 4ª	MISTO	SALA 2
Clube Escola	Hidroginástica	10h30 - 11h30	18 anos +	3ª / 5ª	MISTO	Piscina Semiolímpica
Clube Escola	Hidroginástica	14h - 15h	18 anos +	3ª / 5ª	MISTO	Piscina Semiolímpica
Clube Escola	Hidroginástica	13h - 14h	18 anos +	3ª / 5ª	MISTO	Piscina Semiolímpica
Clube Escola	Hidroginástica (cond.físico)	9h - 10h	18 anos +	4ª / 6ª	MISTO	SALA 1

Clube Escola	Hidroginástica/ (Alongamento)	9h - 10h	18 anos +	3ª / 5ª	MISTO	SALA 2
Clube Escola	Jiu Jitsu	18h - 20h	16 anos +	4ª	Masculino	SALA 3
Clube Escola	Jiu Jitsu	18h - 19h	08 a 11 anos +	2ª	MISTO	SALA 3
Clube Escola	Judô	20h - 22h	18 anos +	2ª / 4ª	MISTO	Galpão
Clube Escola	Karatê	16h30 - 17h30	07 anos +	3ª / 5ª	MISTO	Galpão
Clube Escola	Karatê	17h30 - 18h30	07 anos +	3ª / 5ª	MISTO	Galpão
Clube Escola	Karatê	18h30 - 19h30	07 anos +	3ª / 5ª	MISTO	Galpão
Clube Escola	Karatê	19h30 - 20h30	07 anos +	3ª / 5ª	MISTO	Galpão
Clube Escola	Karatê	20h30 - 21h30	13 anos +	3ª / 5ª	MISTO	Galpão
Clube Escola	Karatê	9h - 10h	07 anos +	Sáb/Domingo	MISTO	Galpão
Clube Escola	Karatê	10h - 11h	07 anos +	Sáb/Domingo	MISTO	Galpão
Clube Escola	Kickboxing	18h30 - 20h	06 anos +	2ª / 4ª	MISTO	SALA 2
Clube Escola	Kickboxing	18h30 - 20h	06 anos +	6ª	MISTO	SALA 2
Clube Escola	Kung-fu	20h - 21h	18 anos +	2ª	MISTO	SALA 2
Clube Escola	Localizada	14h - 15h	18 anos +	2ª / 4ª	MISTO	Galpão
Clube Escola	Localizada	7h - 8h	18 anos +	3ª / 5ª	MISTO	Quadra
Clube Escola	Melhor idade	7h - 8h	30 anos +	3ª / 5ª / 6ª	MISTO	Galpão
Clube Escola	Muay-thai	16h30 - 18h	18 anos +	2ª	MISTO	SALA 3
Clube Escola	Pilates	7h - 8h	18 anos +	2ª / 4ª	MISTO	Quadra
Clube Escola	Pilates	8h - 9h	18 anos +	2ª / 4ª	MISTO	Quadra
Clube Escola	Pilates	11h - 12h	18 anos +	2ª / 4ª	MISTO	Galpão

Clube Escola	Pilates	13h - 14h	18 anos +	3ª / 5ª	MISTO	SALA 1
Clube Escola	Pilates	9h - 10h	18 anos +	3ª / 5ª / 6ª	MISTO	SALA 3
Clube Escola	Vôlei	9h - 10h	18 anos +	3ª / 5ª	MISTO	Quadra
Clube Escola	Vôlei	10h - 11h30	18 anos +	3ª / 5ª	MISTO	Quadra
Clube Escola	Yoga	7h - 8h	18 anos +	2ª / 4ª	MISTO	Meio Galpão
Clube Escola	Ritmos	18h30 - 19h30	18 anos +	2ª / 4ª	MISTO	SALA 1