

ATIVIDADE	DIAS / HORÁRIOS	OBSERVAÇÃO
Sala de Musculação	Segunda a Sexta das 07h às 11h e das 16h às 20h; Sábado e domingo das 07h às 15h	Horário ajustado para 08 horas de atendimento diário; Alterar agendamento.
Boxe	Segunda a Sexta das 07h às 11h e das 16h às 20h; Sábado das 07h às 15h	
Treinamento Funcional	Segunda a Sexta das 07h às 11h e das 16h às 20h.	Horário ajustado para 08 horas de atendimento. Iniciamos os contatos com alunos para ocupar as vagas
Condicionamento Físico Personalizado	Segunda a Sexta das 07h às 11h e das 16h às 20h.	
Pilates	Segunda a Sexta das 07h às 12h e das 18h às 21h; Sábado das 07h às 12h	
Ginástica Fast	Segunda a sexta das 07h00 às 11h e das 17h às 20h; Sábado das 09h às 11h	Atividade Aberta, realizada no hall do Sociocultural
Ginástica Masculina	Terça e quinta das 20h às 21h;	Atividade de aulas, para alunos matriculados.
CrossLPO e LPO	Segunda a sexta das 07h às 10h e das 17h às 20h; Sábado das 07h às 11h	Atividade por agendamento, mantido no horário habitual, respeitando o distanciamento. Atividade por agendamento pago.
SCORP	Segunda, Terça e Quinta das 07h às 10h30; Terça e Quinta das 17h às 20h; Sábado das 07h às 11h.	Retorno das aulas em 24/08. Iniciamos os contatos com alunos inscritos para ocupar as vagas.

ATIVIDADE	DIAS / HORÁRIOS	OBSERVAÇÃO
Piscina Olímpica	Segunda a Sexta das 07h às 11h e das 16h às 20h; Sábado das 07h às 15h	Mantida 08 horas de atendimento diário, com 19 raia.
Piscina Social	Segunda a sexta das 10h às 15h; Sábado das 07h às 15h	Horário ajustado para 08 horas de atendimento. Iniciar com os agendamentos com 19 raia.
Biribol	Segunda a Sexta das 15h às 21h; Sábado e domingo das 07h às 15h.	Início a partir de 22/08/20
Hidroginástica	Segunda a sexta-feira das 10h às 12h.	Atividade Aberta, realizada na Piscina Social, parte rasa.

ATIVIDADE	DIAS / HORÁRIOS	OBSERVAÇÃO
Tênis	Segunda a sexta-feira das 10h às 18h	Horário ajustado para 08 horas de atendimento. Iniciamos os contatos com alunos para ocupar as vagas
Squash	Terça, quarta e quinta das 15h às 17h	Atividade de aulas, para alunos matriculados.