

## Informações no Dptº CAIA

### AQUÁTICO

www.tijucatenis.com.br

CURSOS	IDADE	HORÁRIOS	FREQ.	PROF.	LOCAL	MENS SÓCIO	MENS. N/SÓC.
Hidroginástica	Adulto	07:00/08:00	3ª / 5ª	Cristiane	Piscina feijão	2xsem R\$ 110,00	2xsem R\$ 177,00
		08:00/09:00	3ª / 5ª	Cristiane			
		08:00/09:00	4ª / 6ª	Cristiane			
		09:00/10:00	3ª / 5ª	Cristiane			
		09:00/10:00	4ª / 6ª	Cristiane			
		10:00/11:00	2ª / 4ª	Cristiane			
		11:00/12:00	2ª / 4ª	Cristiane			
		10:00/11:00	2ª/4ª/6ª	Cristiane		R\$ 131,00	R\$ 205,00
10:30/11:30	3ª / 5ª	Vera	R\$ 110,00	R\$ 177,00			
11:30/12:30	3ª / 5ª	Vera					
Hidroginástica Especial	Adulto	10:00/11:00	2ª/4ª/6ª	Kátia	Piscina	R\$ 166,00	R\$ 255,00
		10:00/11:00	3ª/5ª	Kátia	Olímpica	R\$ 110,00	R\$ 177,00
Nado Sincronizado		Iniciação	08:00/09:00	2ª a 6ª	Ana Carol.	R\$ 69,00	R\$ 138,00
		Aperfeiçoamento	09:00/11:00	2ª a 6ª	Ana Carol.		
		Iniciação	14:00/15:00	2ª a 6ª	Ana Carol.		
		Aperfeiçoamento	15:00/17:00	2ª a 6ª	Ana Carol.		
Pólo Aquático	Até 14	18:00/19:00	2ª à 6ª	Leonardo	Piscina Olímpica	R\$ 65,00	R\$ 135,00
	Ap.15	19:00/20:00	2ª à 6ª	Leonardo			
	Ap.17/ad.	19:30/21:30	2ª à 6ª	Leonardo			
Natação Adaptada	P/pessoas	11: 00 às 13:00 tratar c/prof.	2ª/4ª/6ª	Menescal	Piscina Olímpica	R\$ 206,00	R\$ 253,00
	c/defic.		3ª/5ª			Ind.	Ind.
	física		2ª/4ª/6ª			R\$ 131,00	R\$ 149,00
			3ª/5ª			R\$ 105,00	R\$ 131,00
Hidrocinésioterapia		10:30/13:30	2ª/4ª/6ª	Menescal	Piscina Olímpica	R\$ 315,00	R\$ 422,00
		tratar com professor	3ª/5ª			R\$ 256,00	R\$ 355,00

**PARA TODAS AS ATIVIDADES SERÁ NECESSÁRIO ENTRAR EM CONTATO COM O PROFESSOR ANTES DA MATRÍCULA.**

**VALOR DO EXAME MÉDICO NÃO SÓCIO: R\$ 29,00**

**VALOR DE CARTEIRA DE NÃO SÓCIO E ACOMPANHANTE: R\$ 24,00**

**CRIANÇAS ATÉ 14 ANOS DE IDADE TÊM DIREITO A UM ACOMPANHANTE.**

### **PROCEDIMENTOS PARA MATRÍCULA NA HIDROGINÁSTICA:**

1. Teste de Esforço Físico (Teste Ergométrico).
2. Atestado médico informando se o aluno está apto à atividade.
3. No período de até 30 dias após a inscrição, o aluno poderá frequentar as aulas de Hidroginástica, sendo que, os exercícios serão mais suaves.
4. A não apresentação do Teste de Esforço Físico no prazo determinado, o aluno será desligado do curso, não cabendo a devolução do pagamento efetuado.
5. A apresentação do atestado médico bem como o Teste de Esforço que impossibilite a realização da hidroginástica em um prazo de até 30 dias, terá o valor da mensalidade devolvido.
6. Anualmente será exigido o Teste de Esforço Físico e atestado médico.
7. Será solicitada pelo professor uma Avaliação Antropométrica.

**AQUÁTICO**

IDADES	HORÁRIOS
2 e 3	09:20/09:50 10:00/10:30 16:30/17:00
4 e 5	08:00/08:30 08:40/09:10 09:20/09:50 14:30/15:00 15:10/15:40 15:50/16:20
5 a 8	09:00/09:45 14:45/15:30
9 a 12	08:15/09:00 15:30/16:15
13 a 16	09:45/10:30 16:15/17:00
A D U L T O	06:00/06:45 06:00/07:00 06:45/07:30 07:00/07:45 07:00/08:00 07:30/08:15 08:15/09:00 09:00/09:45 09:45/10:30 11:00/11:45 11:45/12:30 12:30/13:15 14:00/14:45 17:00/17:45 17:45/18:30 19:30/20:15 20:15/21:00

**ESCOLINHA DE ESPORTES AQUÁTICOS**

**AVALIAÇÃO E MATRÍCULA - COORDENADOR: Luiz Claudio Lessa**

>> **NATAÇÃO INFANTIL - 2ª A 6ª DE 06:00 às 12:00 e de 14:00 às 16:45**

>> **NATAÇÃO ADULTO - Não tem avaliação, pegar cod.turma c/coord.**

>> **POLO AQUÁTICO - 2ª A 6ª DE 17:15 AS 18:15**

>> **NADO SINCRONIZADO - 2ª A 6ª DE 15:00 AS 16:30**

**OBSERVAÇÕES:**

1- Não será feita avaliação para nenhuma das modalidades acima fora dos horários determinados.

2- As avaliações são para a entrada de alunos na faixa etária de 05 a 17 anos para qualquer modalidade.

3- Os alunos de natação abaixo de 5 anos devem procurar a Coordenação para definir o horário que irão frequentar as aulas.

4- Os alunos adultos, de qualquer modalidade, devem procurar o Departamento de Esportes Aquáticos para definir o horário que irão frequentar as aulas.

**VALORES SÓCIOS:**

2 x p/semana =R\$ 79,00  
 3 x p/semana =R\$ 108,00  
 5 x p/semana =R\$ 140,00

**VALORES NÃO SÓCIOS:**

2 x p/semana =R\$120,00  
 3 x p/semana =R\$165,00  
 5 x p/semana =R\$ 210,00  
 Carteira = R\$ 24,00  
 Exame médico = R\$ 29,00

**FREQUÊNCIA**

2ª e 4ª ou 3ª e 5ª  
 2ª, 4ª e 6ª  
 2ª à 6ª

**Horário de exame médico: 2ª à domingo e feriados: 08:00 às 12:00 e 13:00 às 17:00**

**CARTEIRA DE ACOMPANHANTE: R\$ 24,00.**

**CRIANÇAS ATÉ 14 ANOS TÊM DIREITO A UM ACOMPANHANTE.**