

Informações no Dptº CAIA / 3294-9300

www.tijucatenis.com.br (Serviços CAIA)

| CURSOS | IDADE | HORÁRIOS | FREQ. | MENS. SÓCIO | MENS. N/SÓC. | LOCAL | PROFº. |
|------------------------------------|----------|-------------|----------|-------------|--------------|----------------------|-----------------------|
| JIU JITSU | 04 a 06 | 17:00/18:00 | 3ª/5ª | R\$109,00 | R\$ 130,00 | Sobreloja do Ginásio | Marcos Augusto |
| | 04 a 07 | 08:30/09:30 | 4ª/6ª | | | | |
| | 07 a 12 | 09:30/10:30 | 2ª/4ª | | | | |
| | Adulto | 16:00/17:00 | 2ª/4ª | | | | |
| | 07 a 12 | 17:30/18:30 | 2ª/4ª | | | | |
| | 07 a 12 | 18:00/19:00 | 3ª/5ª | | | | |
| | Adulto | 07:00/08:00 | 2ª a 5ª | | | | |
| | Adulto | 10:00/11:00 | 4ª/6ª | | | | |
| | Adulto | 19:30/21:30 | 2ª a 5ª | | | | Lucas |
| WUSHU KUNG FU MODERNO SANDA | Ap. 08 | 19:00/20:00 | 2ª/4ª/6ª | R\$ 134,00 | R\$ 197,00 | TAG 6º Andar | Fernando Lion |
| MUAY THAY | Anos | 18:00/19:00 | | | | | |
| MUAY THAY KIDS | 04 a 08 | 17:00/18:00 | 2ª e 4ª | | | | |
| M M A | adulto | 20:00/21:00 | | | | | |
| JUDÔ | 04 a 09 | 09:30/10:30 | 3ª/5ª | R\$ 76,00 | R\$ 123,00 | Ed. Leonardo | Lara |
| | 04 a 09 | 17:30/18:30 | 4ª/6ª | | | | |
| | 10 a 14 | 19:00/20:00 | 3ª/5ª | R\$ 92,00 | | | |
| | 10 a 14 | 19:00/20:00 | 2ª/4ª/6ª | | | | |
| | ap.15 | 20:00/21:00 | 2ª a 6ª | | | | |
| BOXE | adulto | 08:30/11:30 | 2ª a 5ª | R\$ 109,00 | R\$ 130,00 | Sobreloja Ginásio | Ronaldo |
| | ap.12 | 18:30/19:30 | 2ª/4ª | | | | |
| KARATÊ | 03 a 09 | 17:30/18:30 | 2ª/4ª | R\$ 109,00 | R\$ 130,00 | Espaço Livre Ginásio | Josimar |
| | mista | 08:30/09:30 | 2ª/4ª | | | | |
| | ac.10 | 18:30/19:30 | 2ª/4ª | | | | |
| | ac.10 | 19:30/20:30 | 2ª/4ª | | | | |
| | ap.12 | 18:30/19:30 | 2ª/4ª | | | | |
| TAI CHI CHUAN | | 13:30/14:30 | 2ª | R\$ 66,00 | R\$ 123,00 | 3ª ANDAR Ed.SEDE | Heloisa Helena Avelar |
| | | 13:30/14:30 | 5ª | | | | |
| | | 08:00/09:00 | 6ª | | | | |
| | | 09:00/10:00 | 6ª | | | | |
| | | 13:30/14:30 | 2ª/5ª | | | | |
| CAPOEIRA | Ap.12 | 09:30/10:30 | 2ª/4ª | R\$ 109,00 | R\$ 130,00 | Qd.atrás da Piscina | Ronaldo |
| | Infantil | 19:00/19:45 | 2ª a 5ª | R\$ 109,00 | R\$ 130,00 | Qd.atrás da Piscina | Aritana |
| | Adulto | 19:30/21:00 | 2ª a 5ª | R\$ 109,00 | R\$ 130,00 | Qd.atrás da Piscina | Aritana |

OBSERVAÇÕES

JUDÔ: Os alunos a partir de 15 anos poderão frequentar as aulas de segunda à sexta devendo respeitar os horários.

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

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

CRIANÇAS ATÉ 14 ANOS DE IDADE TÊM DIREITO A UM ACOMPANHANTE

Informações no Dptº CAIA / 3294-9300

www.tijucatenis.com.br (Serviços CAIA)

Sócios

Pilates

| FREQUENCIA | HORÁRIOS | VALORES |
|-------------------|-----------------|-----------------|
| 2ª | 07:00/09:00 | 1 x p/sem. |
| 2ª | 14:00/17:00 | R\$ 145,00 |
| 3ª | 10:00/13:00 | 2 x p/sem. |
| 3ª | 14:00/18:00 | R\$ 244,00 |
| 3ª | 19:00/21:00 | |
| 4ª | 07:00/09:00 | 3 x p/sem. |
| 4ª | 14:00/17:00 | R\$ 340,00 |
| 5ª | 10:00/13:00 | |
| 5ª | 14:00/18:00 | aula avulsa |
| 5ª | 19:00/21:00 | R\$ 43,00 |
| 6ª | 07:00/10:00 | |
| 6ª | 14:00/16:00 | tx.de avaliação |
| 6ª | 18:00/21:00 | R\$ 41,00 |

- Antes da inscrição será necessário fazer a avaliação com as fisioterapeutas.
- Aulas avulsas: serão pagas diretamente no caixa do Clube.
- Tempo de aula: 1 hora.
- Local da aula e maiores informações no Departamento médico.

