

PRÁTICAS DESPORTIVAS 1º/2016 (19 Turmas)

Horários	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex
07:45 - 08:35					
08:35 - 09:25		Musculação F (Josiane)		Musculação F (Josiane)	
09:45 - 10:35		Musculação G (Josiane)		Musculação G (Josiane)	
10:35 - 11:25					
11:25 - 12:15		Alongamento A (Josiane)	Ginástica (Daiane)	Alongamento A (Josiane)	Ginástica (Daiane)
13:30 - 14:20					
14:20 - 15:10					
15:10 - 16:00					
16:20 - 17:10		Musculação A (Alan)		Musculação A (Alan)	
17:10 - 18:00	Futsal A (Luis) Aeroritmos A (Rodrigo) Musculação E (Josiane) Danças (Leila)	Voleibol (Méri) Musculação B (Alan) Esgrima (Daiane)	Basquete (Daiane) Musculação E (Josiane)	Musculação B (Alan) Handebol (Josiane) Esgrima (Daiane)	Futsal A (Luis) Aeroritmos A (Rodrigo) Danças (Leila)
18:00 - 18:50	Futsal B (Luis) Musculação D (Josiane) Dança de Salão (Leila)	Voleibol (Méri) Musculação C (Daiane) Alongamento B (Josiane)	Musculação D (Josiane) Basquete (Daiane)	Musculação C (Daiane) Handebol (Josiane)	Alongamento B (Josiane) Futsal B (Luis) Dança de Salão (Leila)