

Planilha de Aulas

ADULTO

CRIANÇA

ATLETISMO

2022

6 a 10 anos

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Jardim Alvinópolis Rua Santo Rosa, 96	PIBA Primeira Igreja Batista	17h às 18h	2ª

Alto Rendimento
A partir de 14 anos

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Jardim Cerejeiras Av. Antonio Julio Toledo Garcia Lopes	Praça Guanabara	18h às 20h30	2ª, 4ª e 5ª

*** conversar com o professor**

AULA FUNCIONAL

2022

A partir de 16 anos

BAIRRO	LOCAL	IDADE/HORÁRIO	DIAS
LOANDA Av. Horácio Netto, 1061	GINÁSIO ELEFANTINHO	7h30 às 8h30	2 ^a e 4 ^a
		18h às 19h	3 ^a e 5 ^a
PROFESSOR OTÁVIO			

a partir de 70 anos

CARTEIRINHA PARA ATIVIDADE FÍSICA:

- x ATESTADO MÉDICO (apto a prática de esporte)
- x RG E COMPROVANTE DE RESIDÊNCIA

BALLET

2022

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Atibaia Jardim Av. Dr. Joviano Alvim, s/nº	Sala Multiuso	3 a 7 anos 9h às 10h	2ª
		10h às 11h A partir dos 8 anos	
		14h às 15h 3 a 7 anos	
		15h às 16h A partir dos 8 anos	
		16h às 17h 3 a 7 anos	

BASQUETE

2022

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS	
Loanda Av. Horácio Netto, 1061	Ginásio Elefantinho	A partir de 7 anos 8h30 às 10h	2ª e 4ª	Masculino Feminino
		6 a 9 anos 14h às 15h		
		10 a 13 anos 15h às 16h		
		A partir 14 anos 16h às 17h30		

BEISEBOL e SOFTBOL

2022

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS	SEXO
Usina Rod. Dom Pedro I (Retorno B. Pires)	Park Nipo	6 a 16 anos 8h às 13h	Sábado Domingo	Masculino Feminino

Loanda Av. Horácio Netto, 1061	Centro de Treinamento	13 a 16 anos 16h às 18h	3ª e 5ª	Masculino Feminino
		6 a 12 anos 16h às 18h	4ª e 6ª	

Beisebol acima de 17 anos - entrar em contato com Marcio - 95606-8187

Usina Rod. Dom Pedro I (Retorno B. Pires)	Park Nipo	5 a 15 anos 8h30 às 12h30	Sábado	Feminino
		5 a 19 anos 8h30 às 12h30	Domingo	

Loanda Av. Horácio Netto, 1061	Centro de Treinamento	6 a 18 anos 18h às 20h	4ª e 6ª	Feminino
--------------------------------------	--------------------------	---------------------------	---------	----------

Softbol Informações – Chie - 94316-7199

BOXE

2022

A partir de 11 anos

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Atibaia Jardim Av. Dr. Joviano Alvim, s/nº	SALA MULTIUSO GINÁSIO de ESPORTES "DR. JOSE AP. FERREIRA FRANCO"	17h30 às 19h30	3ª e 5ª

a partir de 70 anos

CARTEIRINHA PARA ATIVIDADE FÍSICA:

- x ATESTADO MÉDICO (apto a prática de esporte)
- x RG E COMPROVANTE DE RESIDÊNCIA

CAPOEIRA

2022

FEMININO E MASCULINO

De 6 a 8 anos

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Caetetuba Praça Papa João Paulo II, s/nº	Residencial Jerônimo III	19h30 às 20h30	Quinta

De 6 a 20 anos

Vitório Régia	Centro Comunitário	10h30 às 12h	Sábado
---------------	--------------------	--------------	--------

]FUTEBOL MASCULINO

Atibaia Jardim Av. Dr. Joviano Alvim	Campo Futebol	8h às 9h30 – 8 a 11 anos	4ª e 6ª
		8h às 11h – 12 a 17 anos	
		14h às 15h30 – 14 a 17 anos	
		15h30 às 17h – 10 a 13 anos	
		17h às 18h – 5 a 9 anos	
Flamenguinho Av. Benedito de Moura Toledo, 260	Campo Futebol Society	8h às 9h30 - 13 a 16 anos	2ª e 5ª
		9h30 às 11h - 7 a 12 anos	
		14h às 15h30 - 13 a 16 anos	2ª e 4ª
		15h30 às 17h - 9 a 12 anos	
		17h às 18h – 5 a 8 anos	
Parque das Nações Av. Brasília	Areninha Campo Futebol	14h às 15h30 – 14 a 17 anos	3ª e 5ª
		15h30 às 17h – 14 a 17 anos	
Caetetuba Av. Jerônimo de Camargo, 7649	Campo SPR	8h30 às 9h30 – 7 a 12 anos	Sábado
		9h30 às 11h – 13 a 17 anos	

FUTEBOL AMERICANO

2022

Felipe Militão

Acima de 16 anos

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS		DIAS
Loanda Av. Horácio Netto, 1061	Campo do Conjunto Esportivo	14 h às 18 h	FEM. e MASC.	Sábado

FUTSAL

2022

BAIRRO	LOCAL		IDADE	HORÁRIO	
Jardim Cerejeiras Av. Pref. Antonio Julio T. Garcia Lopes	Centro de Esportes Omar Zigaib	MISTO	6 a 14 anos 11 a 17 anos	8h às 11h 13h às 18h	4ª e 6ª
Atibaia Jardim Av. Dr. Joviano Alvim, s/nº	Ginásio de Esportes	FEMININO	TREINAMENTO	19h30 às 21h30	2ª e 6ª
JD IMPERIAL R. Pacaembu, 185	ESCOLA WALDEMAR BASTOS	MISTO	6 a 17 anos	12h às 19h	Sábado

GINÁSTICA ARTÍSTICA FEM.

2022

BAIRRO	LOCAL	IDADE	HORÁRIOS	DIAS
Terceiro Centenário Rua José Carlos Tamassia, s/nº	CIEM I	Baby - 4 a 6 anos	16h às 16h50	2ª e 4ª
		Iniciante – 7 a 16 anos	17h às 17h50	
		Baby - 4 a 6 anos	18h às 18h50	
		Iniciante – 7 a 16 anos	18h30 às 19h20	3ª e 6ª
		Iniciante – 7 a 16 anos	17h às 17h50	3ª e 5ª
		Aperfeiçoamento 6 a 14 anos	19h30 às 21h	
		Adulto – a partir 16 anos	18h30 às 19h30	5ª

GINÁSTICA RÍTMICA FEM.

2022

TERÇAS E QUINTAS

<p>Loanda Ginásio Elefantinho Av. Horácio Netto, 1061</p>	<p>Iniciação I e II 4 a 12 anos</p>	<p>9h às 9h45</p>
	<p>Aperfeiçoamento Treinamento</p>	<p>9h45 às 11h</p>
	<p>Iniciação I e II 4 a 12 anos</p>	<p>14h às 14h45</p>
	<p>Aperfeiçoamento Treinamento</p>	<p>14h45 às 18h</p>

HANDEBOL MASC.

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	
<p>Atibaia Jardim Av. Dr. Joviano Alvim, s/nº</p>	<p>Ginásio de Esportes Dr. José Ap. Ferreira Franco</p>	<p>16h às 18h 15 a 18 anos</p>	<p>3ª e 5ª</p>
		<p>18h às 19h15 11 e 12 anos</p>	
		<p>19h15 às 20h30 13 e 14 anos</p>	
		<p>20h30 às 22h acima de 19 anos</p>	
		<p>9h30 às 11h30 11 e 12 anos</p>	<p>Sábado</p>
		<p>11h30 às 13h30 13 e 14 anos</p>	
		<p>13h30 às 15h30 15 a 18 anos</p>	
		<p>15h30 às 17h30 acima 19 anos</p>	

HANDEBOL FEM

2022

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
<p>Atibaia Jardim Av. Dr. Joviano Alvim, s/nº</p>	<p>Ginásio de Esportes Dr. José Ap. Ferreira Franco</p>	<p>A partir de 5 anos TREINO DE GOLEIRAS 16h30 às 18h</p>	<p>2ª, 4ª e 6ª</p>
		<p>5 a 12 anos 18h às 19h</p>	
		<p>Acima 13 anos 19h às 20h30</p>	

HANDEBOL MISTO

2022

5 a 12 anos

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Jardim Cerejeiras Av. Pref. Antonio Julio Toledo G. Lopes, s/nº	Ginásio de Esportes Omar Zigaib	9h às 11h	3ª e 5ª
		17h às 19h	

JUDÔ

2022

de 6 a 15 anos

Nº	BAIRRO	LOCAL	DIAS	HORÁRIOS
1	CAETETUBA	AABB	TERÇAS E QUINTAS	9H AS 11H E DAS 14H AS 16H
2	IMPERIAL	CENTRO COMUNITARIO DO IMPERIAL	TERÇAS E QUINTAS	9H AS 11H E DAS 14H AS 16H
3	ALVINOPOLIS	APAJA - AV. CLÓVIS SOARES,Nº625	SEGUNDAS E QUARTAS	9H AS 11H
			SEGUNDAS E QUARTAS	14H AS 16H
4	ESMERALDA	ESPAÇO CRESCER	TERÇAS E QUINTAS	08:30H AS 9:30H / 09:30H AS 10:30H 13H AS 14H / 14H AS 15H
5	TANQUE	EMEF. GILBERTO SANTANA	SEGUNDAS E QUARTAS	17H AS 20H
6	MARACANÃ	CENTRO COMUNITÁRIO DO MARACANÃ	SEGUNDAS/TERÇAS/ QUARTAS E QUINTAS	18H AS 19:30H
7	3º CENTENÁRIO	CIEM	QUARTAS E SEXTAS	11:30H AS 13H
8	PORTÃO	EMEF. NELSON PEDROSO	TERÇAS E QUINTAS	18:30H AS 20:30H
9	IARA	CENTRO COMUNITÁRIO DO IARA	SEGUNDAS E QUARTAS	16H AS 17H
10	CHACARAS BRASIL	EMEF. PEDRO DE ALCÂNTARA	SEGUNDAS E QUARTAS	12:30H AS 14:30H
11	RIO ACIMA	EMEF.IGNACIO BORGES	SEGUNDAS E QUARTAS	9H AS 11H E DAS 13H AS 15H

JIU JITSU

2022

5 a 12 anos

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIO	DIAS
Atibaia Jardim Av. Dr. Joviano Alvim, s/nº	Sala Multiuso	18h30 às 19h30	2ª , 4ª e 6ª

KUNG FU

2022

de 7 a 20 anos

MASCULINO E FEMININO

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Caetetuba Rua Newman, 206	COMPLEXO SANTA CLARA	19h30 às 21h	6ª
	Jerônimo 4 Salão de Festas	19h às 21h	3ª
	Jerônimo 5 Quadra	19h às 21h	2ª
	Jerônimo 3 Salão de Festas	19h às 21h	5ª

MUAY THAI

2022

BAIRRO	LOCAL	IDADE/HORÁRIO	DIAS
JARDIM CEREJEIRAS Av. Pref. Antonio Julio Toledo G. Lopes	Ginásio Omar Zigaib	8 a 16 anos 16h às 17h	3ª e 5ª
At. Jardim Av. Dr. Joviano Alvim, s/nº	Sala Multiuso	8 a 16 anos 14h30 às 15h30	3ª e 5ª
		Acima 16 anos 19h30 às 21h	2ª
Caetetuba Rua Newman, 206	COMPLEXO SANTA CLARA	8 a 16 anos 9h às 10h	3ª
		15h às 16h	2ª e 4ª

MUSCULAÇÃO

2022

A partir de 16 anos

BAIRRO	LOCAL	SEXO	HORÁRIOS	DIAS
Loanda Av. Horácio Netto, 1061	Academia Elefantão	Masculino Feminino	6h30 às 17h30	2 ^a a 6 ^a

a partir de 70 anos

CARTEIRINHA PARA ATIVIDADE FÍSICA:

- x ATESTADO MÉDICO (apto a prática de esporte)
- x RG E COMPROVANTE DE RESIDÊNCIA

NATAÇÃO A3

2022

MASCULINO FEMININO

6 a 18 anos

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Terceiro Centenário Rua da Imprensa, 165	CIEM	10h às 11h 13h15 às 14h30 16h às 19h30	2ª a 5ª

Este projeto atende crianças e adolescentes que dominam técnicas de nado e participam de competições estaduais – organizadas pela FAP (Federação) e nacionais - organizadas pela |CBDA (Confederação)

97137-6800 – Newton

PILATES

2022

A partir de 16 anos

Loanda (Av. Horácio Netto, 1061)	Ginásio de Esportes Elefantão	8h às 9h	3ª e 5ª
At. Jardim (Av. Dr. Joviano Alvim, snº)	Ginásio de Esportes Atibaia Jardim	7h às 8h	2ª e 6ª
Caetetuba Rua Newman, 206	Complexo Santa Clara	17h30 às 18h30	2ª e 5ª
Atibaia Jardim Praça papa João Paulo II, s/nº	Centro Esportivo e Cultural Rolando Rolli	7h às 8h	3ª e 5ª

a partir de 70 anos

CARTEIRINHA PARA ATIVIDADE FÍSICA:

- x ATESTADO MÉDICO (apto a prática de esporte)
- x RG E COMPROVANTE DE RESIDÊNCIA

RUGBY

2022

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS		DIAS	PROFESSOR
Loanda	Campo do Conjunto Esportivo	Acima de 16 anos 9h às 11h30	FEM. e MASC.	Domingo	André

SKATE

2022

6 a 17 anos

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Jd. Cerejeiras (Rua Buenos Aires)	Centro Esportivo "Reinaldo Vasconcelos Veiga" - Ao lado do Lobinho -	8h às 10h	Sábados
Caetetuba (Rua Newman, 206)	COMPLEXO SANTA CLARA	18h às 20h	2ª a 5ª

TAEKWONDO

2022

de 7 a 10 anos

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS	PROFESSOR
Alvinópolis R. Emídio Fazzio, 75	Escola Guilherme Contesini	19h às 20h	6ª	White Wagner

acima de 6 anos

Jd. Cerejeiras Av. Pref. Antonio Julio Toledo G. Lopes	Ginásio Omar Zigaib	19h às 20h30	3ª e 5ª	White Wagner
Atibaia Jardim Praça Papa João Paulo II	Rolando Rolli	19h às 20h30	2ª e 4ª	White Wagner

TAI CHI CHUAN

2022

A partir de 16 anos

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS	PROFESSOR
Atibaia Jardim (Av. Dr. Joviano Alvim, snº)	Ginásio de Esportes	8h às 9h	2ª e 4ª	Théo
Jardim das Cerejeiras Rua Viriato Corrêa, 36	Santuário Nossa Senhora dos Povos	8h às 9h	3ª	Théo
Alvinópolis Praça Santo Antonio, 79	CCTI	9h45 às 11h	3ª	Théo

Tai Chi Chuan é uma arte marcial chinesa interna, que combina exercícios corporais milenares que envolvem a respiração, a concentração e os preceitos da Medicina Tradicional Chinesa.

10 Benefícios do Tai Chi Chuan para a saúde e como praticar

- Aumentar a vitalidade, com mais disposição e energia para o dia a dia;
- Fortalecer os músculos;
- Melhorar o equilíbrio

Aumentar a concentração;
Diminuir a tensão muscular;
Melhorar a flexibilidade das articulações;
Aliviar o estresse e combater a depressão;

TÊNIS DE MESA

2022

A partir de 8 anos

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Atibaia Jardim Av. Dr. Joviano Alvim	Sala Multiuso	19h30 às 20h30 acima de 18 anos	3ª
		20h30 às 21h30 de 8 a 21 anos	
		19h30 às 20h30 de 8 a 21 anos	5ª
		20h30 às 21h30 Treinamento	
		8h às 9h30 8 a 21 anos	Sábado
9h30 às 10h30 21 a 75 anos			

TÊNIS E BEACH TÊNIS

2022

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS	
Jd. Cerejeiras Altura nº 2500 da Av. Pref. Antonio Julio T.G.Lopes Nova Atibaia	AECA	7 a 17 anos	4 ^a , 5 ^a e 6 ^a	MASCULINO FEMININO
		14h30 às 17h		

VOLEIBOL

2022

BAIRRO	LOCAL	SEXO	IDADE/HORÁRIOS	DIAS
--------	-------	------	----------------	------

TREINAMENTO - 13 a 15 anos

Loanda Av. Horácio Netto, 1061	Elefantão	Masculino	13h30 às 15h	2ª, 4ª e 6ª
		Feminino	15h às 16h30	

INICIAÇÃO - 11 a 15 anos

Loanda Av. Horácio Netto, 1061	Elefantão	Masculino	13h30 às 15h	3ª a 5ª
		Feminino	15h às 16h30	

JUVENIL - 16 a 20 anos

Loanda Av. Horácio Netto, 1061	Elefantão	Masculino	16h às 17h30	2ª, 3ª, 5ª e 6ª
--------------------------------------	-----------	-----------	--------------	-----------------

Loanda Av. Horácio Netto, 1061	Elefantão	Masculino	Alto Rendimento 11h às 12h30 17h às 20h30	2ª a 6ª
--------------------------------------	-----------	-----------	---	---------

VOLEIBOL ADAPTADO

FEMININO

2022

Acima 50 anos

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Loanda Av. Horácio Netto, 1061	Elefantão	9h às 11h	2ª e 6ª

VOLEIBOL ADAPTADO

MASCULINO

2022

Acima 50 anos

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Atibaia Jardim (Av. Dr. Joviano Alvim, s/nº)	Ginásio de Esportes	9h às 12h	2ª, 4ª e 6ª

PARACANOAGEM

Associação Paradesportistas de Atibaia 2022

De 10 a 60 anos

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Usina Represa da Estrada Hisaichi Takebayashi, 7564	Restaurante Fogo de Chão	14h30 às 16h30	3 ^a e 5 ^a

Responsáveis: Maurício – 99833-5136
Edson - 99843-3890

NATAÇÃO PCD

Associação Paradesportistas de Atibaia 2022

De 10 a 60 anos

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Terceiro Centenário Rua da Imprensa, 165	CIEM I	10h às 12h	2 ^a a 5 ^a

Responsáveis: Maurício – 99833-5136
Edson - 99843-3890

ATLETISMO PCD

Associação Paradesportistas de Atibaia 2022

De 10 a 60 anos

BAIRRO	LOCAL	HORÁRIOS	DIAS
Jardim Cerejeiras Rua Buenos Aires, s/nº	Centro Esportivo	10h às 12h	2ª a 6ª

Responsáveis: Maurício – 99833-5136
Edson - 99843-3890