

esportes 2024 + exercício físico



Sesc Fecomércio
Senac

Santo Antônio de Jesus

Nº	MODALIDADE	FAIXA ETÁRIA	DIAS DA SEMANA	HORÁRIOS	É PCG?	DOCUMENTOS NECESSÁRIOS PARA INSCRIÇÃO	PERÍODO DE INSCRIÇÃO	INÍCIO DAS AULAS
1	Treinamento Multifuncional (Musculação)	Acima de 15 anos	Segunda a Sexta	06h às 08h e 16:30 às 21h	NÃO	Credencial Sesc válida + Atestado Médico e/ou Avaliação Pré-Participação	02/01/2024 a 30/12/2024	03/01/2024
2	Clube Esporte Futsal	11 a 14 anos	Terça e Quinta	08:10 às 09:00	SIM	Credencial Sesc válida + Atestado Médico e/ou Avaliação Pré-Participação	02/01/2024 a 30/12/2024	29/01/2024
3	Clube Esporte Futsal	11 a 14 anos	Segunda e Quarta	15:20 às 16:10	SIM	Credencial Sesc válida + Atestado Médico e/ou Avaliação Pré-Participação	02/01/2024 a 30/12/2024	29/01/2024
4	Esportes Kids	04 a 06 anos	Terça e Quinta	09:10 às 10:00 e 15:40 às 16:30	SIM	Credencial Sesc válida + Atestado Médico e/ou Avaliação Pré-Participação	02/01/2024 a 30/12/2024	29/01/2024
5	Multiesportes	07 a 10 anos	Quarta e Sexta	08:10 às 09:00	SIM	Credencial Sesc válida + Atestado Médico e/ou Avaliação Pré-Participação	02/01/2024 a 30/12/2024	29/01/2024
6	Multiesportes	7 a 10 anos	Segunda e Quarta	16:40 às 17:30	SIM	Credencial Sesc válida + Atestado Médico e/ou Avaliação Pré-Participação	02/01/2024 a 30/12/2024	29/01/2024
7	Clube Esporte Natação	11 a 14 anos	Quarta e Sexta	09:10 às 10:00	SIM	Credencial Sesc válida + Atestado Médico e/ou Avaliação Pré-Participação	02/01/2024 a 30/12/2024	29/01/2024
8	Clube Esporte Natação	11 a 14 anos	Terça e Quinta	16:40 às 17:30	SIM	Credencial Sesc válida + Atestado Médico e/ou Avaliação Pré-Participação	02/01/2024 a 30/12/2024	29/01/2024
9	Clube de Voleibol	11 a 14 anos	Segunda e Quarta	17:40 às 18:30	SIM	Credencial Sesc válida + Atestado Médico e/ou Avaliação Pré-Participação	02/01/2024 a 30/12/2024	29/01/2024
10	Hidroginástica	Acima de 15 anos	Terça e Quinta	17:40 às 18:30	NÃO	Credencial Sesc válida + Atestado Médico e/ou Avaliação Pré-Participação	02/01/2024 a 30/12/2024	02/01/2024
11	Natação	Acima de 15 anos	Terça e Quinta	18:40 às 19:30 e 19:40 às 20:30	NÃO	Credencial Sesc válida + Atestado Médico e/ou Avaliação Pré-Participação	02/01/2024 a 30/12/2024	02/01/2024
12	Voleibol	Acima de 15 anos	Segunda e Quarta	19:00 às 19:50	NÃO	Credencial Sesc válida + Atestado Médico e/ou Avaliação Pré-Participação	02/01/2024 a 30/12/2024	02/01/2024

13	Futsal	Acima de 15 anos	Segunda e Quarta	20:00 às 20:50	NÃO	<i>Credencial Sesc válida + Atestado Médico e/ou Avaliação Pré-Participação</i>	02/01/2024 a 30/12/2024	02/01/2024
----	--------	------------------	------------------	----------------	-----	---	-------------------------	------------