



teens

11 A 14 ANOS
PAULISTA

	MANHÃ			TARDE				
2ª e 4ª		10:00 - 10:45 Natação	10:45 - 11:30 Natação	15:15 - 16:00 Natação	16:00 - 16:45 Natação	16:45 - 17:30 Natação	17:30 - 18:15 Taekwondo Tatame	18:15 - 19:00 Taekwondo Tatame
		10:45 - 11:30 Futebol Society			16:00 - 16:45 Mini Sports* Quadra	16:45 - 17:30 Jazz Sala 1	17:30 - 18:30 Futebol Society	18:00 - 19:00 Vôlei** Quadra
3ª e 5ª	09:00 - 09:45 Taekwondo Tatame	10:00 - 10:45 Natação	10:45 - 11:45 NBA Basketball School	15:15 - 16:00 Natação	16:00 - 16:45 Natação	16:45 - 17:30 Natação	18:15 - 19:00 Natação	17:30 - 18:30 Futebol Society
		09:45 - 10:45 Gin. Artística Quadra Badminton		16:00 - 16:45 Handebol Quadra	16:45 - 17:30 Air Yoga Sala 1	17:30 - 18:15 G. Artística Quadra Badminton	18:15 - 19:00 Comp Adv. Sala 4	18:15 - 18:55 Judô Tatame
6ª		10:00 - 10:45 Natação	10:45 - 11:30 Natação	15:15 - 16:00 Natação	16:00 - 16:45 Natação	16:45 - 17:30 Natação		18:15 - 19:00 NBA Basketball School
				15:00 - 16:00 Fut. Feminino Society	16:00 - 17:00 Futebol Society	17:00 - 17:45 Treino de Goleiro Society	17:00 - 18:00 NBA Basketball School	
Sáb	10:00 - 10:45 Natação	10:30 - 12:15 Futebol Society						
		11:30 - 12:30 NBA Basketball School						

Legenda:

Lutas	Esportivas	Aquáticas	Danças	Ar Livre
-------	------------	-----------	--------	----------

*Até 12 anos

**A partir 13 anos

As aulas podem ser alteradas sem aviso prévio.