



Programa Viva Lucas

Horário das aulas de Ginástica e Funcional nas Praças

PRAÇA BANDEIRANTES

LOCAL: praça bairro;

DIAS: Segundas, Quartas e Sextas-Feiras;

HORÁRIO: Funcional: 18:15 – 19:00

Ginástica: 19:00 – 20:00

INÍCIO: 12/07/2021.

Professor: Leuri Junior / Sandra Meire

PRAÇA PRIMAVERAS

LOCAL: praça bairro;

DIAS: Terças e Quintas-Feiras;

HORÁRIO: Funcional: 18:15 – 19:00

Ginástica: 19:00 – 20:00

INÍCIO: 13/07/2021

Professor: Leuri Junior / Sandra Meire



Programa Viva Lucas - Horário de Hidroginástica

HIDROGINÁSTICA, ESCOLA VINÍCIUS DE MOARES

LOCAL: Escola Vinícius de Moares

Segunda-Feira 17:30 as 18:30 - 1ª Turma de Hidroginástica

18:30 as 19:30 - 2ª Turma de Hidroginástica

19:30 as 20:30 - 3ª Turma de Hidroginástica

Terça-Feira 17:30 as 18:30 - 1ª Turma de Hidroginástica

18:30 as 19:30 - 2ª Turma de Hidroginástica

19:30 as 20:30 - 3ª Turma de Hidroginástica

Quarta-Feira 17:30 as 18:30 - 1ª Turma de Hidroginástica

18:30 as 19:30 - 2ª Turma de Hidroginástica

19:30 as 20:30 - 3ª Turma de Hidroginástica

Quinta-Feira 17:30 as 18:30 - 1ª Turma de Hidroginástica

18:30 as 19:30 - 2ª Turma de Hidroginástica

19:30 as 20:30 - 3ª Turma de Hidroginástica

INÍCIO: 05/07/2021

Professora: Josiane Orlandi



Programa Viva Lucas – Horário das aulas Hidroginástica e Natação

HIDROGINÁSTICA, NATAÇÃO, ESCOLA CECÍLIA MEIRELES

LOCAL: Escola Cecília Meireles - Bairro Tessele Júnior

Segunda-Feira 17:30 as 18:30 - 1ª Turma de Hidroginástica
18:30 as 19:30 - 2ª Turma de Hidroginástica
19:30 as 20:30 - **Natação para Adultos**

Terça-Feira 17:30 as 18:30 - **Natação para Adultos**
18:30 as 19:30 - 1ª Turma de Hidroginástica
19:30 as 20:30 - 2ª Turma de Hidroginástica

Quarta-Feira 17:30 as 18:30 - 1ª Turma de Hidroginástica
18:30 as 19:30 - 2ª Turma de Hidroginástica
19:30 as 20:30 - **Natação para Adultos**

Quinta-Feira 17:30 as 18:30 - **Natação para Adultos**
18:30 as 19:30 - 1ª Turma de Hidroginástica
19:30 as 20:30 - 2ª Turma de Hidroginástica

Sexta-Feira 17:30 as 18:30 - 1ª Turma de Hidroginástica
18:30 as 19:30 - 2ª Turma de Hidroginástica
19:30 as 20:30 - **Natação para Adultos**

INÍCIO: 12/07/2021

Professora: Keyla Almeida



Programa Viva Lucas – Horário das aulas Natação Adulto

NATAÇÃO

ESCOLA OLAVO BILAC - Bairro Jardim das Palmeiras

DIAS: Segunda à Quinta-feira

HORÁRIO: 18 h as 20 h

INÍCIO: 12/07/2021

Professor: Áureo Michels

ORIENTAÇÃO ATIVIDADE FÍSICA EM PSF - SAÚDE

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Quinta	Sexta-Feira
07 h as 08 h	PSF XIII – Caminhada e alongamento Parque das Américas	PSF XV – Caminhada e alongamento Bairro Jaime Fujii	PSF V – Caminhada e alongamento Bairro Pioneiros	PSF VIII – Caminhada e alongamento Bairro Bandeirantes	PSF XVII – Caminhada e alongamento Bairro Vida Nova
08 h as 10 h	Atendimento Caps		Atendimento Caps		Atendimento Caps
16 h as 17:30 h			Caps		

INÍCIO: 19/07/2021

Professor: Áureo Michels