

idade: 7 a 10 anos

Matutino	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex
9h - 9h50	Natação (50' P)		Natação (50' P)		Natação (50' P)
9h - 9h50		Natação (50' P) Ballet (50' S2)		Natação (50' P) Ballet (50' S2)	
10h15 - 11h05	Judô (50' S2)		Judô (50' S2)		Judô (50' S2)
1010h - 11h		Capoeira (50' S7)		Capoeira (50' S7)	
11h10 - 12h	Ginást. Solo (45' S7)		Ginást. Solo (45' S7)		Ginást. Solo (45' S7)
11h 05- 11h55		Jogos e Brincadeiras (50'   S3)		Jogos e Brincadeiras (50' S3)	

Vespertino	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex
14h30 - 15h20	Judô (50' S2)		Judô (50' S2)		Judô (50' S2)
14h30 - 15h20		Capoeira (50' S7)		Capoeira (50' S7)	
15h35 - 16h20	Ginást. Solo (45' S7)		Ginást. Solo (45' S7)		Ginást. Solo (45' S7)
15h35 - 16h20		Jogos e Brincadeiras (45'   S3)		Jogos e Brincadeiras (45' S3)	
16h30 - 17h20	Natação (50' P)		Natação (50' P)		Natação (50' P)
16h30 - 17h20		Natação (50' P) Ballet (50' S2)		Natação (50' P) Ballet (50' S2)	

Legenda da Tabela (P) piscina (S) sala

**Professores**

**Ginástica de Solo:** Prof. Jaqueline (manhã) e Tiago (tarde)

**Judô:** Prof. Danilo

**Capoeira:** Prof. Maurício

**Jogos e Brincadeiras:** Prof. Luiz

**Ballet:** Prof. Katia

Obs: Após a 1ª aula, a criança terá o intervalo para descanso e lanche. Os horários podem ser alterados sem aviso. **Terça e Quinta: Natação (meninos) e Ballet (meninas).**

**monitoras**

Das 8h às 12h30 (Raquel/Valdeneide) | Das 14h às 18h30 (Rafaela/Aline)



# Recreação Infantil

[www.RESISTENCIAFISICA.com.br](http://www.RESISTENCIAFISICA.com.br)

2 x semana: R\$ 260,00 (ter/qui)  
3 x semana: R\$ 280,00 (seg/qua/sex)  
5 x semana: R\$ 300,00

SHCGN 712, Conj. A, Área Especial,  
Asa Norte, Brasília-DF  
Secretaria: 61 3447-4118

idade: 3 e 4 anos

Matutino	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex
9h - 9h45	Judô (45' S2)		Judô (45' S2)		Judô (45' S2)
9h - 9h40		Ginást. Infantil (40' S3)		Ginást. Infantil (40' S3)	
10h10 - 10h50	Ginást. Solo (40' S7)		Ginást. Solo (40' S7)		Ginást. Solo (40' S7)
10h - 10h45		Jogos e Brincadeiras (45'   S3)		Jogos e Brincadeiras (45' S3)	
11h - 11h50	Natação (50' P)		Natação (50' P)		Natação (50' P)
11h - 11h50		Natação (50' P) Ballet (50' S2)		Natação (50' P) Ballet (50' S2)	

Vespertino	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex
14h30 - 15h20	Natação (50' P)		Natação (50' P)		Natação (50' P)
14h30 - 15h20		Natação (50' P) Ballet (50' S2)		Natação (50' P) Ballet (50' S2)	
15h45 - 16h35	Judô (50' S2)		Judô (50' S2)		Judô (50' S2)
15h45 - 16h35		Ginást. Infantil (50' S3)		Ginást. Infantil (50' S3)	
16h40 - 17h25	Ginást. Solo (45' S7)		Ginást. Solo (45' S7)		Ginást. Solo (45' S7)
16h40 - 17h25		Jogos e Brincadeiras (45'   S3)		Jogos e Brincadeiras (45'   S3)	

Legenda da Tabela (P) piscina (S) sala

**Professores**

**Ginástica de Solo:** Prof. Jaqueline (manhã) e Tiago (tarde)

**Judô:** Prof. Danilo

**Ginástica Infantil:** Prof. Maurício

**Jogos e Brincadeiras:** Prof. Luiz

**Ballet:** Prof. Katia

Obs: Após a 1ª aula, a criança terá o intervalo para descanso e lanche. Os horários podem ser alterados sem aviso. **Terça e Quinta: Natação (meninos) e Ballet (meninas).**

**monitoras**

Das 8h às 12h30 (Raquel/Valdeneide) | Das 14h às 18h30 (Rafaela/Aline)

idade: 5 e 6 anos

Matutino	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex
9h - 9h35	Ginást. Solo (35' S7)		Ginást. Solo (35' S7)		Ginást. Solo (35' S7)
9h - 9h35		Jogos e Brincadeiras (35'   S3)		Jogos e Brincadeiras (35' S3)	
10h10 - 10h50	Natação (50' P)		Natação (50' P)		Natação (50' P)
10h - 10h50		Natação (50' P) Ballet (50' S2)		Natação (50' P) Ballet (50' S2)	
11h05 - 11h55	Judô (50' S2)		Judô (50' S2)		Judô (50' S2)
11h05 - 11h55		Capoeira (50' S7)		Capoeira (50' S7)	

Vespertino	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex
14h30 - 15h05	Ginást. Solo (35' S7)		Ginást. Solo (35' S7)		Ginást. Solo (35' S7)
14h30 - 15h05		Jogos e Brincadeiras (35'   S3)		Jogos e Brincadeiras (35' S3)	
15h30 - 16h20	Natação (50' P)		Natação (50' P)		Natação (50' P)
15h30 - 16h20		Natação (50' P) Ballet (50' S2)		Natação (50' P) Ballet (50' S2)	
16h35 - 17h25	Judô (50' S2)		Judô (50' S2)		Judô (50' S2)
16h35 - 17h25		Capoeira (50' S7)		Capoeira (50' S7)	

Legenda da Tabela (P) piscina (S) sala

**Professores**

**Ginástica de Solo:** Prof. Jaqueline (manhã) e Tiago (tarde)

**Judô:** Prof. Danilo

**Capoeira:** Prof. Maurício

**Jogos e Brincadeiras:** Prof. Luiz

**Ballet:** Prof. Katia

Obs: Após a 1ª aula, a criança terá o intervalo para descanso e lanche. Os horários podem ser alterados sem aviso. **Terça e Quinta: Natação (meninos) e Ballet (meninas).**

**monitoras**

Das 8h às 12h30 (Raquel/Valdeneide) | Das 14h às 18h30 (Rafaela/Aline)