

SESC CEILÂNDIA - BARTOLOMEU GONÇALVES MARTINS

ATIVIDADES FITNESS

SERVIÇO	HORÁRIO	DIAS	INSTRUTOR	TRAB. CBST	CONVENIO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL
BEACH TENNIS 2X	20:00 ÀS 20:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	LUAN	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
BEACH TENNIS 3X	18:00 ÀS 18:50 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	LUAN	R\$ 114,00	R\$ 126,00	R\$ 161,00	R\$ 229,00
FUTEVÔLEI 2X	21:00 ÀS 21:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	LUAN	R\$ 61,00	R\$ 68,00	R\$ 87,00	R\$ 121,00
FUTEVÔLEI 3X	20:00 ÀS 20:50 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	LUAN	R\$ 81,00	R\$ 88,00	R\$ 121,00	R\$ 161,00
FUTSAL	15:00 ÀS 15:50 08 A 10 ANOS	4ª E 6ª	ANDRÉ BARROS	R\$ 61,00	R\$ 68,00	R\$ 87,00	R\$ 121,00
FUTEBOL SOCIETY	16:00 ÀS 16:50 11 A 13 ANOS	4ª E 6ª	ANDERSON TIMBÓ	R\$ 61,00	R\$ 68,00	R\$ 87,00	R\$ 121,00
FUTSAL	17:00 ÀS 17:50 04 A 05 ANOS	4ª E 6ª	ANDERSON TIMBÓ	R\$ 61,00	R\$ 68,00	R\$ 87,00	R\$ 121,00
FUTSAL TREINAMENTO	18:00 ÀS 18:50 07 A 09 ANOS	4ª E 6ª	ANDERSON TIMBÓ	R\$ 61,00	R\$ 68,00	R\$ 87,00	R\$ 121,00
FUTSAL	19:00 ÀS 19:50 06 A 08 ANOS	4ª E 6ª	ANDERSON TIMBÓ	R\$ 61,00	R\$ 68,00	R\$ 87,00	R\$ 121,00
FUTEBOL SOCIETY	20:00 ÀS 20:50 09 A 12 ANOS	4ª E 6ª	ANDERSON TIMBÓ	R\$ 61,00	R\$ 68,00	R\$ 87,00	R\$ 121,00
FUTSAL	08:00 ÀS 08:50 08 A 11 ANOS	3ª E 5ª	ANDRÉ LUIZ	R\$ 61,00	R\$ 68,00	R\$ 87,00	R\$ 121,00
FUTSAL	09:00 ÀS 09:50 05 A 07 ANOS	3ª E 5ª	ANDRÉ LUIZ	R\$ 61,00	R\$ 68,00	R\$ 87,00	R\$ 121,00
FUTSAL	14:00 ÀS 14:50 05 A 07 ANOS	3ª E 5ª	ANDERSON TIMBÓ	R\$ 61,00	R\$ 68,00	R\$ 87,00	R\$ 121,00
FUTSAL	15:00 ÀS 15:50 13 A 15 ANOS	3ª E 5ª	ANDERSON TIMBÓ	R\$ 61,00	R\$ 68,00	R\$ 87,00	R\$ 121,00
FUTSAL	16:00 ÀS 16:50 08 A 12 ANOS	3ª E 5ª	ANDRÉ BARROS	R\$ 61,00	R\$ 68,00	R\$ 87,00	R\$ 121,00
FUTSAL	19:10 ÀS 20:00 06 A 08 ANOS	3ª E 5ª	LUAN	R\$ 61,00	R\$ 68,00	R\$ 87,00	R\$ 121,00
FUTSAL	20:00 ÀS 20:50 09 A 13 ANOS	3ª E 5ª	ANDRÉ BARROS	R\$ 61,00	R\$ 68,00	R\$ 87,00	R\$ 121,00
FUTSAL TREINAMENTO	20:00 ÀS 20:50 09 A 13 ANOS	3ª E 5ª	ANDERSON TIMBÓ	R\$ 61,00	R\$ 68,00	R\$ 87,00	R\$ 121,00
FUTSAL 3x	08:00 ÀS 08:50 08 A 11 ANOS	2ª 4ª 6ª	ALEX / ANDRÉ L.	R\$ 81,00	R\$ 88,00	R\$ 121,00	R\$ 161,00
FUTSAL 3x	09:00 ÀS 09:50 12 A 15 ANOS	2ª 4ª 6ª	ALEX / ANDRÉ L.	R\$ 81,00	R\$ 88,00	R\$ 121,00	R\$ 161,00
FUTSAL 3x	16:00 ÀS 16:50 12 A 15 ANOS	2ª 4ª 6ª	ANDRÉ BARROS	R\$ 81,00	R\$ 88,00	R\$ 121,00	R\$ 161,00
GINÁSTICA LOCALIZADA	20:00 ÀS 20:50 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	DOUGLAS	R\$ 94,00	R\$ 104,00	R\$ 134,00	R\$ 188,00
HIIT	17:00 ÀS 17:50 15 ANOS ACIMA	3ª e 5ª	ANDRÉ DIENER	R\$ 81,00	R\$ 88,00	R\$ 121,00	R\$ 161,00
JIU JITSU	19:00 ÀS 19:50 12 A 59 ANOS	3ª e 5ª	SOBRINHO	R\$ 61,00	R\$ 68,00	R\$ 87,00	R\$ 121,00
KARATÊ INICIAÇÃO	16:00 ÀS 16:50 04 A 09 ANOS	3ª e 5ª	SOBRINHO	R\$ 61,00	R\$ 68,00	R\$ 87,00	R\$ 121,00
KARATÊ INICIAÇÃO	18:00 ÀS 18:50 10 ANOS ACIMA	3ª e 5ª	SOBRINHO	R\$ 61,00	R\$ 68,00	R\$ 87,00	R\$ 121,00
KICKBOXING	17:00 ÀS 17:50 10 ANOS ACIMA	3ª e 5ª	SOBRINHO	R\$ 61,00	R\$ 68,00	R\$ 87,00	R\$ 121,00

MUAY THAI	09:00 ÀS 09:50 12 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	LEANDRO MARINHO	R\$ 81,00	R\$ 88,00	R\$ 121,00	R\$ 161,00
MUAY THAI	15:00 ÀS 15:50 12 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	LEANDRO MARINHO	R\$ 81,00	R\$ 88,00	R\$ 121,00	R\$ 161,00
MUAY THAI	20:00 ÀS 20:50 16 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	LEANDRO MARINHO	R\$ 81,00	R\$ 88,00	R\$ 121,00	R\$ 161,00
JUDÔ	09:00 ÀS 09:50 03 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	CHARLES	R\$ 81,00	R\$ 88,00	R\$ 121,00	R\$ 161,00
JUDÔ	16:00 ÀS 16:50 03 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	CHARLES	R\$ 81,00	R\$ 88,00	R\$ 121,00	R\$ 161,00
MUSCULAÇÃO	06:00 ÀS 22:00 15 ANOS ACIMA	2ª A DOM	POR ESCALA	R\$ 74,00	R\$ 81,00	R\$ 108,00	R\$ 148,00
PACOTE FITNESS (MUSC., HIIT, TREIN. FUNCIONAL, GIN. LOCALIZADA E CICLISMO INDOOR)	06:00 ÀS 21:00 15 ANOS ACIMA	2ª A DOM	ALEX / ANDRÉ / DOUGLAS / JANNE	R\$ 114,00	R\$ 126,00	R\$ 161,00	R\$ 229,00
PILATES 2X	07:00 ÀS 07:50 15 ANOS ACIMA	3ª e 5ª	VERÔNICA	R\$ 81,00	R\$ 88,00	R\$ 121,00	R\$ 161,00
PILATES 2X	08:00 ÀS 08:50 15 ANOS ACIMA	3ª e 5ª	LUCIANO	R\$ 81,00	R\$ 88,00	R\$ 121,00	R\$ 161,00
PILATES 2X	11:00 ÀS 11:50 15 ANOS ACIMA	3ª e 5ª	LUCIANO	R\$ 81,00	R\$ 88,00	R\$ 121,00	R\$ 161,00
PILATES 2X	16:00 ÀS 16:50 15 ANOS ACIMA	3ª e 5ª	ANDRÉ DIENER	R\$ 81,00	R\$ 88,00	R\$ 121,00	R\$ 161,00
PILATES 2X	19:10 ÀS 20:00 15 ANOS ACIMA	3ª e 5ª	JANNE	R\$ 81,00	R\$ 88,00	R\$ 121,00	R\$ 161,00
PILATES 2X	20:00 ÀS 20:50 15 ANOS ACIMA	3ª e 5ª	JONATHAN	R\$ 81,00	R\$ 88,00	R\$ 121,00	R\$ 161,00
PILATES 3X	07:00 ÀS 07:50 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	ALESSANDRA	R\$ 94,00	R\$ 104,00	R\$ 134,00	R\$ 188,00
PILATES 3X	08:00 ÀS 08:50 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	ALESSANDRA	R\$ 94,00	R\$ 104,00	R\$ 134,00	R\$ 188,00
PILATES 3X	09:00 ÀS 09:50 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	HELLANY	R\$ 94,00	R\$ 104,00	R\$ 134,00	R\$ 188,00
PILATES 3X	10:10 ÀS 11:00 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	ALESSANDRA	R\$ 94,00	R\$ 104,00	R\$ 134,00	R\$ 188,00
PILATES 3X	11:00 ÀS 11:50 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	VERÔNICA	R\$ 94,00	R\$ 104,00	R\$ 134,00	R\$ 188,00
PILATES 3X	15:00 ÀS 15:50 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	JONATHAN	R\$ 94,00	R\$ 104,00	R\$ 134,00	R\$ 188,00
PILATES 3X	16:00 ÀS 16:50 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	JANNE	R\$ 94,00	R\$ 104,00	R\$ 134,00	R\$ 188,00
PILATES 3X	18:10 ÀS 19:00 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	JANNE	R\$ 94,00	R\$ 104,00	R\$ 134,00	R\$ 188,00
PILATES 3X	19:00 ÀS 19:50 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	ANDRÉ DIENER	R\$ 94,00	R\$ 104,00	R\$ 134,00	R\$ 188,00
RUNNING CLASS 2X	08:00 ÀS 08H30 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	HELLANY	R\$ 81,00	R\$ 88,00	R\$ 121,00	R\$ 161,00
RUNNING CLASS 2X	10:00 ÀS 10H30 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	RICARDO	R\$ 81,00	R\$ 88,00	R\$ 121,00	R\$ 161,00
RUNNING CLASS 2X	15:00 ÀS 15H30 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	DOUGLAS	R\$ 81,00	R\$ 88,00	R\$ 121,00	R\$ 161,00
RUNNING CLASS 2X	20:00 ÀS 20H30 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	DOUGLAS	R\$ 81,00	R\$ 88,00	R\$ 121,00	R\$ 161,00
RUNNING CLASS 3X	08:00 ÀS 08H30 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	RICARDO	R\$ 94,00	R\$ 104,00	R\$ 134,00	R\$ 188,00
RUNNING CLASS 3X	10:00 ÀS 10H30 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	HELLANY	R\$ 94,00	R\$ 104,00	R\$ 134,00	R\$ 188,00
RUNNING CLASS 3X	21:00 ÀS 21H30 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	OBERDAN	R\$ 94,00	R\$ 104,00	R\$ 134,00	R\$ 188,00
SESC OLÍMPICO - FUTSAL MASC.	18:00 ÀS 21:00 13 A 17 ANOS	2ª 4ª 6ª	ANDRÉ BARROS	ISENTO	ISENTO	ISENTO	ISENTO
SESC OLÍMPICO - HANDEBOL FEM.	16:00 ÀS 17:30 12 A 17 ANOS	2ª 3ª 5ª	ANDERSON TIMBÓ	ISENTO	ISENTO	ISENTO	ISENTO

SESC OLÍMPICO - HANDEBOL MASC.	17:30 ÀS 19:00 12 A 17 ANOS	2ª 3ª 5ª	ANDERSON TIMBÓ	ISENTO	ISENTO	ISENTO	ISENTO
SESC OLÍMPICO - VOLEIBOL	17:00 ÀS 19:00 12 A 17 ANOS	2ª 4ª 6ª	OBERDAN	ISENTO	ISENTO	ISENTO	ISENTO
PROJETO - VÔLEI DE PRAIA	15:30 ÀS 17:00 14 A 15 ANOS	3ª e 5ª	PAULO	ISENTO	ISENTO	ISENTO	ISENTO
TREINAMENTO FUNCIONAL 2X	07:00 ÀS 07:50 15 ANOS ACIMA	3ª e 5ª	ALEX	R\$ 81,00	R\$ 88,00	R\$ 121,00	R\$ 161,00
TREINAMENTO FUNCIONAL 3X	19:00 ÀS 19:50 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	LUAN	R\$ 94,00	R\$ 104,00	R\$ 134,00	R\$ 188,00
VOLEIBOL MASC./FEM.	17:00 ÀS 17:50 11 A 17 ANOS	3ª e 5ª	OBERDAN	R\$ 61,00	R\$ 68,00	R\$ 87,00	R\$ 121,00
VOLEIBOL MASC./FEM.	18:00 ÀS 18:50 11 A 17 ANOS	3ª e 5ª	OBERDAN	R\$ 61,00	R\$ 68,00	R\$ 87,00	R\$ 121,00
VOLEIBOL MASC./FEM.	21:00 ÀS 21:50 17 ANOS ACIMA	3ª e 5ª	OBERDAN	R\$ 61,00	R\$ 68,00	R\$ 87,00	R\$ 121,00
VOLEIBOL MASC./FEM. 3X	10:10 ÀS 11:00 11 A 17 ANOS	2ª 4ª 6ª	LUCIANO	R\$ 81,00	R\$ 88,00	R\$ 121,00	R\$ 161,00
SESC CLUBE DE CORRIDA	07:00 ÀS 07:50 16 ANOS ACIMA	4ª e 6ª	RICARDO	R\$ 53,00	R\$ 60,00	R\$ 81,00	R\$ 108,00
SESC CLUBE DE CORRIDA + MUSCULAÇÃO	07:00 ÀS 07:50 16 ANOS ACIMA	4ª e 6ª	RICARDO	R\$ 101,00	R\$ 111,00	R\$ 149,00	R\$ 202,00
CLUBE DA CAMINHADA	08:00 ÀS 08:50 60 ANOS ACIMA	3ª e 5ª	VERÔNICA	R\$ 27,00	R\$ 29,00	R\$ 40,00	R\$ 53,00

ATIVIDADES AQUÁTICAS

SERVIÇO	HORÁRIO	DIAS	INSTRUTOR	TRAB. CBST	CONVENIO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL
HIDROGINÁSTICA PROMO 4X	11:00 ÀS 11:50 15 ANOS ACIMA	3ª A 6ª	ALEX/ NAYARA	R\$ 131,00	R\$ 146,00	R\$ 192,00	R\$ 261,00
HIDROGINÁSTICA PROMO 4X	12:00 ÀS 12:50 15 ANOS ACIMA	3ª A 6ª	HELLANY/ RICARDO	R\$ 131,00	R\$ 146,00	R\$ 192,00	R\$ 261,00
HIDROGINÁSTICA PROMO 4X	13:00 ÀS 13:50 15 ANOS ACIMA	3ª A 6ª	TIMBÓ / ANDRÉ LUIZ	R\$ 131,00	R\$ 146,00	R\$ 192,00	R\$ 261,00
HIDROGINÁSTICA PROMO 4X	20:00 ÀS 20:50 15 ANOS ACIMA	3ª A 6ª	ANDRÉ D. / JONATHAN	R\$ 131,00	R\$ 146,00	R\$ 192,00	R\$ 261,00
HIDROGINÁSTICA 2X	08:00 ÀS 08:50 15 ANOS ACIMA	4ª E 6ª	LUCIANO	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
HIDROGINÁSTICA 2X	10:10 ÀS 11:00 15 ANOS ACIMA	4ª E 6ª	ANDRE LUIZ	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
HIDROGINÁSTICA 2X	11:00 ÀS 11:50 15 ANOS ACIMA	4ª E 6ª	NAYARA	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
HIDROGINÁSTICA 2X	12:00 ÀS 12:50 15 ANOS ACIMA	4ª E 6ª	HELLANY	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
HIDROGINÁSTICA 2X	13:00 ÀS 13:50 15 ANOS ACIMA	4ª E 6ª	ANDRÉ L.	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
HIDROGINÁSTICA 2X	15:00 ÀS 15:50 15 ANOS ACIMA	4ª E 6ª	DOUGLAS	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
HIDROGINÁSTICA 2X	16:00 ÀS 16:50 15 ANOS ACIMA	4ª E 6ª	ANDRÉ DIENER	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
HIDROGINÁSTICA 2X	20:00 ÀS 20:50 15 ANOS ACIMA	4ª E 6ª	JONATHAN	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
HIDROGINÁSTICA 2X	07:00 ÀS 07:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	HELLANY	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
HIDROGINÁSTICA 2X	08:00 ÀS 08:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	NAYARA	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
HIDROGINÁSTICA 2X	09:00 ÀS 09:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	ALESSANDRA	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
HIDROGINÁSTICA 2X	11:00 ÀS 11:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	ALEX	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
HIDROGINÁSTICA 2X	12:00 ÀS 12:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	RICARDO	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
HIDROGINÁSTICA 2X	13:00 ÀS 13:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	TIMBÓ	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
HIDROGINÁSTICA 2X	16:00 ÀS 16:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	DOUGLAS	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00

HIDROGINÁSTICA 2X	17:00 ÀS 17:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	LUAN	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
HIDROGINÁSTICA 2X	18:10 ÀS 19:00 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	JANNE	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
HIDROGINÁSTICA 2X	19:00 ÀS 19:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	DOUGLAS	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
HIDROGINÁSTICA 2X	20:00 ÀS 20:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	ANDRÉ D.	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
HIDROGINÁSTICA 3X	09:00 ÀS 09:50 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	VERÔNICA	R\$ 108,00	R\$ 119,00	R\$ 161,00	R\$ 215,00
HIDROGINÁSTICA 3X	16:00 ÀS 16:50 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	ANDRÉ DIENER	R\$ 108,00	R\$ 119,00	R\$ 161,00	R\$ 215,00
HIDROGINÁSTICA 3X	17:00 ÀS 17:50 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	LUAN	R\$ 108,00	R\$ 119,00	R\$ 161,00	R\$ 215,00
HIDROGINÁSTICA 3X	19:00 ÀS 19:50 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	OBERDAN	R\$ 108,00	R\$ 119,00	R\$ 161,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO INIC/INTERM 2X	06:00 ÀS 06:50 15 ANOS ACIMA	4ª E 6ª	RICARDO	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC/INTERM. 2X	07:00 ÀS 07:50 15 ANOS ACIMA	4ª E 6ª	VERÔNICA	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INTERME./AVANÇADO 2X	08:00 ÀS 08:50 15 ANOS ACIMA	4ª E 6ª	ALEX	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC/INTERM 2X	09:00 ÀS 09:50 15 ANOS ACIMA	4ª E 6ª	LUCIANO	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO ADAP. I 2X	09:00 ÀS 09:50 04 A 05 ANOS	4ª E 6ª	NAYARA	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO ADAP. II 2X	09:00 ÀS 09:50 06 A 08 ANOS	4ª E 6ª	ALEX	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO TREINAMENTO INFANTIL 2X	10:10 ÀS 11:00 09 A 14 ANOS	4ª E 6ª	NAYARA	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC/INTERM INFANTIL 2X	11:10 ÀS 12:00 09 A 14 ANOS	4ª E 6ª	LUCIANO	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC/INTERM 2X	11:00 ÀS 11:50 15 ANOS ACIMA	4ª E 6ª	ALEX	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC/INTERM 2X	12:00 ÀS 12:50 15 ANOS ACIMA	4ª E 6ª	RICARDO	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC/INTERM 2X	13:00 ÀS 13:50 15 ANOS ACIMA	4ª E 6ª	RICARDO	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO ADAP. I 2X	14:00 ÀS 14:50 04 A 05 ANOS	4ª E 6ª	BRUNA	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO ADAP. II 2X	14:00 ÀS 14:50 06 A 08 ANOS	4ª E 6ª	RICARDO	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INICIAÇÃO INFANTIL 2X	14:00 ÀS 14:50 09 A 14 ANOS	4ª E 6ª	JONATHAN	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO ADAP. I 2X	15:00 ÀS 15:50 04 A 05 ANOS	4ª E 6ª	LUAN	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO ADAP. II 2X	15:00 ÀS 15:50 06 A 08 ANOS	4ª E 6ª	BRUNA	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INICIAÇÃO INFANTIL 2X	15:00 ÀS 15:50 09 A 14 ANOS	4ª E 6ª	OBERDAN	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INICIAÇÃO INFANTIL 2X	18:10 ÀS 19:00 09 A 14 ANOS	4ª E 6ª	ANDRÉ BARROS	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC/INTERM 2X	06:00 ÀS 06:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	ALEX	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC/INTERM 2X	07:00 ÀS 07:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	NAYARA	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC. ADULTO 2X	08:00 ÀS 08:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	ALEX	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO ADAP. I 2X	09:00 ÀS 09:50 04 A 05 ANOS	3ª E 5ª	LUCIANO	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO ADAP. II 2X	09:00 ÀS 09:50 06 A 08 ANOS	3ª E 5ª	NAYARA	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC/INTERM ADULTO 2X	09:00 ÀS 09:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	ALEX	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC/INTERM INFANTIL 2X	10:10 ÀS 11:00 09 A 14 ANOS	3ª E 5ª	ALESSANDRA	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00

NATAÇÃO INIC. ADULTO 2X	10:10 ÀS 11:00 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	ALEX	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO ADAP. II 2X	10:10 ÀS 11:00 06 A 08 ANOS	3ª E 5ª	LUCIANO	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC/INTERM INFANTIL 2X	11:00 ÀS 11:50 09 A 14 ANOS	3ª E 5ª	ALESSANDRA	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC/INTERM 2X	11:00 ÀS 11:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	VERÔNICA	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC/INTERM 2X	12:00 ÀS 12:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	ALESSANDRA	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC/INTERM 2X	13:00 ÀS 13:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	RICARDO	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO TREINAM. INFANTIL 2X	14:00 ÀS 14:50 09 A 14 ANOS	3ª E 5ª	ANDRÉ LUIZ	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO ADAP. I 2X	14:00 ÀS 14:50 04 A 05 ANOS	3ª E 5ª	RICARDO	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO ADAP. II 2X	14:00 ÀS 14:50 06 A 08 ANOS	3ª E 5ª	OBERDAN	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO ADAP. I 2X	15:00 ÀS 15:50 04 A 05 ANOS	3ª E 5ª	BRUNA	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO ADAP. II 2X	15:00 ÀS 15:50 06 A 08 ANOS	3ª E 5ª	ANDRÉ LUIZ	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC/INTERM INFANTIL 2X	15:00 ÀS 15:50 09 A 14 ANOS	3ª E 5ª	LUAN	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC/INTERM INFANTIL 2X	16:00 ÀS 16:50 09 A 14 ANOS	3ª E 5ª	ANDRÉ LUIZ	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC. ADULTO 2X	16:00 ÀS 16:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	JANNE	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO ADAP. II 2X	16:00 ÀS 16:50 06 A 08 ANOS	3ª E 5ª	JONATHAN	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO ADAP. I 2X	17:00 ÀS 17:50 04 A 05 ANOS	3ª E 5ª	JONATHAN	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC. ADULTO 2X	17:00 ÀS 17:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	JANNE	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC. INFANTIL 2X	17:00 ÀS 17:50 09 A 14 ANOS	3ª E 5ª	BRUNA	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC. INFANTIL 2X	18:10 ÀS 19:00 09 A 14 ANOS	3ª E 5ª	LUAN	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC/INTERM. ADULTO 2X	18:10 ÀS 19:00 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	JONATHAN	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO ADAP. II 2X	18:10 ÀS 19:00 06 A 08 ANOS	3ª E 5ª	BRUNA	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC/INTER. ADULTO 2X	19:00 ÀS 19:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	JONATHAN	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC/INTERM INFANTIL 2X	19:00 ÀS 19:50 09 A 14 ANOS	3ª E 5ª	ANDRE DIENER	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INTERM. ADULTO 2X	20:00 ÀS 20:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	BRUNA	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC/INTER. ADULTO 2X	21:00 ÀS 21:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	JONATHAN	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO INIC/INTERM. ADULTO 3X	10:00 ÀS 10:50 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	ALEX	R\$ 108,00	R\$ 119,00	R\$ 161,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO INIC/INTERM ADULTO 3X	16:00 ÀS 16:50 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	DOUGLAS	R\$ 108,00	R\$ 119,00	R\$ 161,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO INTERM. INFANTIL 3X	16:00 ÀS 16:50 09 A 14 ANOS	2ª 4ª 6ª	LUAN	R\$ 108,00	R\$ 119,00	R\$ 161,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO INIC/INTERM INFANTIL 3X	17:00 ÀS 17:50 09 A 14 ANOS	2ª 4ª 6ª	JANNE	R\$ 108,00	R\$ 119,00	R\$ 161,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO ADAP. II 3X	17:00 ÀS 17:50 06 A 08 ANOS	2ª 4ª 6ª	DOUGLAS	R\$ 108,00	R\$ 119,00	R\$ 161,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO INIC/INTERM. ADULTO 3X	17:00 ÀS 17:50 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	ANDRÉ DIENER	R\$ 108,00	R\$ 119,00	R\$ 161,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO INIC/INTERM ADULTO 3X	18:10 ÀS 19:00 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	DOUGLAS	R\$ 108,00	R\$ 119,00	R\$ 161,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO INIC/INTERM ADULTO 3X	19:00 ÀS 19:50 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	DOUGLAS	R\$ 108,00	R\$ 119,00	R\$ 161,00	R\$ 215,00

NATAÇÃO INIC/INTERM INFANTIL 3X	20:00 ÀS 20:50 09 A 14 ANOS	2ª 4ª 6ª	JANNE	R\$ 108,00	R\$ 119,00	R\$ 161,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO INIC/INTERM. ADULTO 3X	20:00 ÀS 20:50 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	ANDRÉ DIENER	R\$ 108,00	R\$ 119,00	R\$ 161,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO INIC/INTERM. ADULTO 3X	21:00 ÀS 21:50 15 ANOS ACIMA	2ª 4ª 6ª	JONATHAN	R\$ 108,00	R\$ 119,00	R\$ 161,00	R\$ 215,00
NATAÇÃO PROM. INIC./INTERM. 4X	06:00 ÀS 06:50 15 ANOS ACIMA	3ª A 6ª	ALEX/RICARDO	R\$ 131,00	R\$ 146,00	R\$ 192,00	R\$ 261,00
NATAÇÃO PROM. INIC./INTERM. 4X	11:00 ÀS 11:50 15 ANOS ACIMA	3ª A 6ª	ALEX/ VERÔNICA	R\$ 131,00	R\$ 146,00	R\$ 192,00	R\$ 261,00
NATAÇÃO PROM. INIC./INTERM. 4X	12:00 ÀS 12:50 15 ANOS ACIMA	3ª A 6ª	HELLANY/RICARDO	R\$ 131,00	R\$ 146,00	R\$ 192,00	R\$ 261,00
NATAÇÃO PROM. INIC./INTERM. 4X	13:00 ÀS 13:50 15 ANOS ACIMA	3ª A 6ª	RICARDO/ ANDRÉ	R\$ 131,00	R\$ 146,00	R\$ 192,00	R\$ 261,00
NATAÇÃO BEBÊ I e II	10:00 ÀS 10:30 06M A 1 ANO/11M	3ª E 5ª	NAYARA	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO BEBÊ I e II	10:30 ÀS 11:00 02 ANOS 3 ANOS/11M	3ª E 5ª	NAYARA	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO BEBÊ I e II	15:00 ÀS 15:30 06M A 1 ANO/11M	3ª E 5ª	JANNE	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00
NATAÇÃO BEBÊ I e II	15:30 ÀS 16:00 02 ANOS 3 ANOS/11M	3ª E 5ª	JANNE	R\$ 87,00	R\$ 97,00	R\$ 128,00	R\$ 174,00

ATIVIDADES COMBO MODALIDADES

SERVIÇO	HORÁRIO	DIAS	INSTRUTOR	TRAB. CBST	CONVENIO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL
HIDROGINÁSTICA + MUSCULAÇÃO	08:00 ÀS 08:50 15 ANOS ACIMA	4ª E 6ª	LUCIANO	R\$ 124,00	R\$ 138,00	R\$ 182,00	R\$ 248,00
HIDROGINÁSTICA + MUSCULAÇÃO	10:10 ÀS 11:00 15 ANOS ACIMA	4ª E 6ª	ANDRÉ LUIZ	R\$ 124,00	R\$ 138,00	R\$ 182,00	R\$ 248,00
HIDROGINÁSTICA + MUSCULAÇÃO	15:00 ÀS 15:50 15 ANOS ACIMA	4ª E 6ª	DOUGLAS	R\$ 124,00	R\$ 138,00	R\$ 182,00	R\$ 248,00
HIDROGINÁSTICA + MUSCULAÇÃO	07:00 ÀS 07:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	HELLANY	R\$ 124,00	R\$ 138,00	R\$ 182,00	R\$ 248,00
HIDROGINÁSTICA + MUSCULAÇÃO	09:00 ÀS 09:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	ALESSANDRA	R\$ 124,00	R\$ 138,00	R\$ 182,00	R\$ 248,00
HIDROGINÁSTICA + MUSCULAÇÃO	16:00 ÀS 16:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	DOUGLAS	R\$ 124,00	R\$ 138,00	R\$ 182,00	R\$ 248,00
HIDROGINÁSTICA + MUSCULAÇÃO	18:10 ÀS 19:00 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	JANNE	R\$ 124,00	R\$ 138,00	R\$ 182,00	R\$ 248,00
HIDROGINÁSTICA + MUSCULAÇÃO	19:00 ÀS 19:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	DOUGLAS	R\$ 124,00	R\$ 138,00	R\$ 182,00	R\$ 248,00
NATAÇÃO + MUSCULAÇÃO	17:00 ÀS 17:50 15 ANOS ACIMA	4ª E 6ª	ANDRÉ DIENER	R\$ 124,00	R\$ 138,00	R\$ 182,00	R\$ 248,00
NATAÇÃO + MUSCULAÇÃO	20:00 ÀS 20:50 15 ANOS ACIMA	4ª E 6ª	ANDRÉ DIENER	R\$ 124,00	R\$ 138,00	R\$ 182,00	R\$ 248,00
NATAÇÃO + MUSCULAÇÃO	09:00 ÀS 09:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	ALEX	R\$ 124,00	R\$ 138,00	R\$ 182,00	R\$ 248,00
NATAÇÃO + MUSCULAÇÃO	10:10 ÀS 11:00 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	ALEX	R\$ 124,00	R\$ 138,00	R\$ 182,00	R\$ 248,00
NATAÇÃO + MUSCULAÇÃO	17:00 ÀS 17:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	JANNE	R\$ 124,00	R\$ 138,00	R\$ 182,00	R\$ 248,00
NATAÇÃO + MUSCULAÇÃO	19:00 ÀS 19:50 15 ANOS ACIMA	3ª E 5ª	JONATHAN	R\$ 124,00	R\$ 138,00	R\$ 182,00	R\$ 248,00

PLANOS ANUAIS

SERVIÇO	HORÁRIO	DIAS	INSTRUTOR	TRAB. CBST	CONVENIO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL
Todas as turmas tem a possibilidade de aderir ao plano anual (desconto de 20% na mensalidade conforme tabela), exceto as turmas PROMO 4x							

OUTROS SERVIÇOS

SERVIÇO	HORÁRIO	DIAS	INSTRUTOR	TRAB. CBST	CONVENIO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL
---------	---------	------	-----------	------------	----------	--------------	------------

AVALIAÇÃO FÍSICA	DIVERSOS	AGENDAR	DIVERSOS	R\$ 27,00	R\$ 29,00	R\$ 40,00	R\$ 53,00
AVALIAÇÃO FÍSICA - VALOR COMBO ACADEMIA	DIVERSOS	AGENDAR	DIVERSOS	R\$ 13,00	R\$ 15,00	R\$ 21,00	R\$ 27,00
OUTROS SERVIÇOS	TRAB. CBST	CONVENIO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL			
DAY USE	R\$ 13,00	R\$ 15,00	R\$ 21,00	R\$ 27,00			
ACESSO AO CLUBE SAB/DOM E FERIADO	ISENTO	ISENTO	R\$ 7,00	R\$ 13,00			
PASSAPORTE DO LAZER(CASAL E FILHOS)	ISENTO	ISENTO	R\$ 34,00	R\$ 53,00			
SESC DANÇANTE	R\$ 21,00	R\$ 23,00	R\$ 27,00	R\$ 40,00			
A ESCOLA VEM AO SESC	R\$ 4,00(POR ESTUDANTE DA REDE PÚBLICA)						
	R\$ 7,00 (POR ESTUDANTE DE ESCOLA PARTICULAR)						

INFORMAÇÕES GERAIS SOBRE MATRÍCULA

*As matrículas serão efetuadas conforme o número de vagas. (Não será informado número de vagas por telefone).

*Documentos necessários: Carteira do Sesc (mesmo sendo usuário) e atestado médico específico, para atividades aquáticas, no ato da matrícula.

*Pagamento das mensalidades: 1º a 10 de cada mês (independente do dia que fez matrícula).

*É obrigatório o uso do UNIFORME padronizado do SESC nas modalidades aquáticas (inclusive touca de natação), Futebol, Futsal, Vôlei, Ballet, Jazz.

* Será concedido, para os serviços de esporte desconto de 5% (cinco por cento) pelo pagamento antecipado de 3 (três) ou mais parcelas, quando efetuado em espécie ou cheque e a inscrição de um mesmo participante em três ou mais atividades (exceto as terceirizadas*) ou três ou mais participantes vinculados a uma mesma matrícula terão desconto de 5% (cinco por cento) sobre o valor total a ser pago.

*Não realizamos reserva de vagas.

INFORMAÇÕES GERAIS SOBRE EXAME MÉDICO

* No ato da inscrição o aluno deverá apresentar a carteira do SESC atualizada e preencher o formulário PAR Q .

* Adultos com idade a partir de 70 anos somente farão atividades mediante apresentação de atestado médico, conforme Ordem de Serviço 119/2015 do SESC /DF.

* A validade do formulário PAR Q será de 01 ano contando a partir do seu preenchimento.

* O uso de traje de banho (sunga, biquini e suquini) para os exames médicos efetuados nas Unidades do SESC-DF é obrigatório, o procedimento não será realizado com uso de outros trajes, inclusive crianças.

HORÁRIO DE ATENDIMENTO

SÁBADO DAS 8h ÀS 12h E DE SEGUNDA A SEXTA-FEIRA DAS 8h ÀS 18h

(a entrega das senhas para atendimento até 15 MIN antes do fechamento da central)

***TURMAS E HORARIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES**