

JEQUIÉ



ESPORTE 2023

+ EXERCÍCIO FÍSICO



**NO SESC, TEM
PARA TODAS
AS IDADES**

Nº	MODALIDADE (Nome comercial, como: Treinamento Multifuncional, Ginástica, Natação, Esportes Kids, etc.)	FAIXA ETÁRIA	DIAS DA SEMANA	HORÁRIOS (Apenas o horário inicial ou o turno no caso do TMF)	É PCG? (SIM/NÃO)	DOCUMENTOS NECESSÁRIOS PARA INSCRIÇÃO	PERÍODO DE INSCRIÇÃO	INÍCIO DAS AULAS (DATA)
1	Treinamento Multifuncional	Acima de 15 anos	Segunda a Sexta	06h às 09h e 14h às 21h	NÃO	Credencial Sesc válida + Atestado Médico e/ou Avaliação Pré-Participação	A partir de 21/12/2022	02/01/2023
2	Natação	Acima de 15 anos	Terça e Quinta	18h10 às 19h / 19h10 às 20h	NÃO	Credencial Sesc válida + Atestado Médico e/ou Avaliação Pré-Participação	A partir de 21/12/2022	03/01/2023
3	Natação	Acima de 15 anos	Quarta e Sexta	11h10 às 12h	NÃO	Credencial Sesc válida + Atestado Médico e/ou Avaliação Pré-Participação	A partir de 21/12/2022	04/01/2023
4	Natação	Acima de 15 anos	Segunda, Quarta e Sexta	16h30 às 17h20	NÃO	Credencial Sesc válida + Atestado Médico e/ou Avaliação Pré-Participação	A partir de 21/12/2022	02/01/2023
5	Hidroginástica	Acima de 15 anos	Quarta e Sexta	10h10 às 11h	NÃO	Credencial Sesc válida + Atestado Médico e/ou Avaliação Pré-Participação	A partir de 21/12/2022	04/01/2023
6	Esporte Kids	4 a 6 anos	Segunda, Quarta e Sexta	9h10 às 10h / 14h40 a 15h30	SIM	Credencial Sesc válida + Atestado Médico e/ou Avaliação Pré-Participação	A partir de 21/12/2022	02/01/2023
7	Multiesportes	7 a 10 anos	Segunda, Quarta e Sexta	8h10 às 9h / 13h40 às 14h40	SIM	Credencial Sesc válida + Atestado Médico e/ou Avaliação Pré-Participação	A partir de 21/12/2022	02/01/2023
8	Clube do Esporte - Natação	11 a 14 anos	Segunda, Quarta e Sexta	10h10 às 11h / 15h40 às 16h30	SIM	Credencial Sesc válida + Atestado Médico e/ou Avaliação Pré-Participação	A partir de 21/12/2022	02/01/2023