



Informações Horários de Férias das Atividades

2018/2019



Índice

Valores das Atividades.....	03
Dança (Ballet, Dança Contemporânea/Ponta, Sapateado Americano e Dança Irlandesa).....	04
Dança (Dança Urbana, Jazz, Tecido Acrobático e Danças e Ritmos).....	04
A partir de 03 anos (G. Natural, Pré Esportes, Mini Tênis, G. Artística e G. Rítmica).....	05
Patinação Futebol, Badminton e Basquetebol).....	06
Karatê, Hóquei, Squash, Futevolei e Pilates.....	07
Tênis,Beach Tênis, Tênis Sat e Grupo de Corrida.....	08
Volei, Muay Thay, Musculação, Avaliação Física	09
Yoga, Natação Bebê e Infanti.....	10
Natação Adulto e Fitness Aquático.....	11
Natação Infantil, Natação Hidroginástica e Deep.....	12
Fitness.....	13 e 14
Sauna.....	15
Atividades Infantis (Berçário, Brinquedoteca e Espaço Criança KidSpace).....	16
Cultura (Aulas de Espanhol, Italiano, Coral e Biblioteca).....	17
Hipismo (Equitação, Volteio, Baby Class e Equitação Adaptada).....	18
Curso de Memória em Movimento, Atendimento da Ambulância e Veterinário.....	19
Locação (Mesão, Churrasqueira e Restaurante da Piscina).....	20e 21
Horários e Telefones dos Departamentos.....	22
Horários Bares e Restaurante>>>.....	23
Convites dia livre,almoço e jantar.....	24

Taxas vigentes de 01/04/2018 a 31/03/2019

Atividades Esportivas

(Exceto Beach Tennis, Modalidade Aquáticas, Natação Treinamento Infantil e Adulto/Pré treinamento, e Tênis)	
Avaliação Física	R\$ 77,00
1ª modalidade do título	R\$ 77,00
2ª modalidade do título	R\$ 58,00
Atividades Esportivas – Acima de 65 anos	
Acima de 65 anos – 1ª modalidade	Isenta
Acima de 65 anos – 2ª modalidade do título	R\$ 77,00
Acima de 65 anos – As demais	R\$ 58,00
Acima de 65 anos - Modalidades Aquáticas realizadas 1 x por semana	R\$ 58,00
Taxa Ballet Contemporânea /Ballet Ponta	
Ballet Contemporânea /Ballet Ponta	R\$ 58,00
Taxas das aulas de Beach tennis:	
Escolinha	R\$ 96,00
Aula Grupo (4) 1x por semana	R\$ 77,00
Aula Grupo (4) 2x por semana	R\$ 126,00

Taxas das aulas de Tênis:

Escolinha	R\$ 97,00
Pré-Treinamento – 3 x por semana 1 ½ por dia -	R\$ 157,00
Competitivo – 5 x por semana 2 ½ por dia -	R\$ 260,00
Treinamento feminino adulto – 1x por semana -	R\$ 88,00
Treinamento feminino adulto – 2x por semana -	R\$ 176,00
Aula particular Sat – individual – 1 hora -	R\$ 366,00
Aula particular Sat – individual – 1/2 hora -	R\$ 183,00
Aula particular Sat – duplas – 1 hora -	R\$ 221,00
Aula particular Sat – duplas – ½ hora -	R\$ 111,00
Aula particular Sat – duplas (03 ou 04) – 1 hora -	R\$ 130,00
Aula particular Sat – duplas (03 ou 04) – 1/2 hora -	R\$ 71,00

Taxas das aulas de Natação treinamento:

Treinamento infantil e adulto – 5x por semana	R\$ 147,00
Pré Treino Infantil – 5 x por semana	R\$ 147,00
Natação 1 x por semana – exceto bebê	R\$ 58,00

Departamento de Cultura – Aulas de Idiomas

- Aulas de Espanhol e Italiano – R\$ 77,00
- Coral – Isento

Atividades Infatis Espaço Criança

Matricula: R\$ 52,80
Mensalidade: R\$ 105,60

Vestiário da Piscina: Aluguel de toalhas: R\$ 6,30 Caso não faça a devolução: R\$ 45,15**ESCOLA: Equitação /Volteio**

Matrícula - Sócio E Convidado	R\$ 194,70
1 x por semana - sócio	R\$ 223,30
2 x por semana - sócio	R\$ 345,40
3 x por semana - sócio	R\$ 451,00
4 x por semana - sócio	R\$ 539,00
5x por semana – sócio	R\$ 627,00
6X por semana – sócio	R\$ 715,00
1 x por semana - convidado	R\$ 446,60
2 x por semana - convidado	R\$ 690,80

ESCOLA: Equitação adaptada

1 x por semana - sócio	R\$ 290,40
2 x por semana – sócio	R\$ 448,80

ESCOLA: Baby Class

1 x por semana - sócio	R\$ 223,30
2 x por semana - sócio	R\$ 345,40
1 x por semana – convidado	R\$ 446,60
2 x por semana – convidado	R\$ 690,80

Obs: familiar (mesmo título) regularmente matriculados, desconto de 10% na mensalidade das duas.

Ballet**Horário Normal – Até o dia 30/11/2018****Horário de Férias – De 03 a 13/12/2018****Férias – De 17/12/2018 a 01/02/2019****Retorno das aulas – Dia 04/02/2019**

Dia	Categoria	Tema	Material Necessário
03/12	Iniciação	Chá das Princesas	Fantasia de Princesa
04/12	03 a 07 anos	Quarto Mágico	Pijama e travesseiro (almofada)
05/12		Fundo do Mar	Maiô ou biquíni, chapéu, acessórios de praia
06/12	Das 16h00 as 17h00	Circo	Fantasia livre
10/12		Circuito Maluco	Uniforme de ballet ou roupa confortável
11/12	Local: Sala 04 e 05	Camarim das Bailarinas	Uniforme de Ballet
12/12		Cine Dance	Uniforme de Ballet
13/12		Encanto de Natal	Roupas nas cores do Natal (vermelho,dourado, branco etc...) toquinha de Papai Noel

Dia	Categoria	Grupo 1 (de 8 a 11 anos)	Grupo 2 (a partir de 12 anos)
03/12	Grupo 1 De 8 a 11 anos	Ballet Clássico	Street Dance
04/12		Jazz Musical	Contemporâneo
05/12	Grupo 2 A partir de 12 anos)	Street Dance	Ballet Clássico
06/12		Aprendendo Contemporâneo	Jazz Musical
10/12	Das 17h00 às 18h00	Batalha das Modalidades	Batalha das Modalidades
11/12		Criação Musical	Criação Musical
12/12		Introdução à dança Irlandesa	Introdução à dança Irlandesa
13/12	Local: Salas 04 e 05	Ballet na Piscina	Ballet na Piscina

Data	Categoria	Aula	Professor
03/12	Adulto	Ballet	Ana Luiza, A. Teresa,ou Felipe
04/12		Jazz	Alessandra
05/12	Das 19h00 às 20h00	Ballet de Solo	Nina
06/12		Musical	Alessandra
10/12	Local: Sala 04	Street Dance	Kico
11/12		Contemporâneo	Alessandra ou Nina
12/12		Dança Irlandesa	Priscila
13/12		Ballet	Felipe ou Nina

Tecido Acrobático**Horário Normal – Até o dia 14/12/2018****Férias – De 18/12/2018 a 01/02/2019****Retorno das aulas – Dia 05/02/2019**

Categoria	Horário	Dia/Local	Professor
Infanto-Juvenil* – 10 a 15 anos	18:15 às 19:45	3ª e 5ª / Ginásio	Rafaela
Juvenil – Adulto** – a partir de 16 anos	19:45 às 21:15	3ª e 5ª / Ginásio	Rafaela
Iniciante I – a partir de 10 anos	18:30 às 20:00	6ª / Ginásio	Rafaela

Dança e Ritmos**Horário Normal – Até o dia 21/12/2018****Recesso – Dia 28/12/2018****Retorno das aulas – Dia 04/01/2019**

Idade	Horários	Dia	Professor
A partir de 13 anos	10:00 as 12:00	6ª /Sala 03 – Prédio da Sauna	Rodrigo

Ginástica Natural**Horário Normal – Até o dia 09/12/2018****Horário de Férias – De 10 a 13/12/2018****Férias – De 14/12/2018 a 01/02/2019****Retorno das aulas – Dia 04/02/2019**

Categoria	2ª e 4ª	3ª e 5ª
De 03 a 05 anos Isabel/Renato Ginásio I	16h30* às 17h30	09h00* às 10h00

Pré-Esportes**Horário Normal – Até o dia 13/12/2018****Férias – De 18/12/2018 a 01/02/2019****Retorno das aulas – Dia 04/02/2019**

Categoria	2ª e 4ª	3ª e 5ª
03 e 04 anos	15:00 às 16:00 Ricardo Sala 03 – Prédio da Sauna	10:00 às 11:00 Adriana Em frente ao Kid Space
05 e 06 anos	16:00 às 17:00 Ricardo Prédio da Sauna Sala 03	09:00 às 10:00 Adriana Em frente ao Kid Space

Tênis – Mini Tênis**Horário Normal – Até o dia 05/12/2018****Horário de Férias – De 10 a 21/12/2018****Férias – De 26/12/2018 a 01/02/2019****Retorno das aulas – Dia 04/02/2019**

Categoria	2ª e 4ª	Local	Professor
04 a 06 anos	16:30 às 17:20	Quadra 05	Elisa
06 e 07 anos	15:30* às 16:20**	Quadra 05	

Ginástica Artística**Horário Normal – Até o dia 09/12/2018****Horário de Férias – De 10 a 13/12/2018****Férias – De 14/12/2018 a 01/02/2019****Retorno das aulas – Dia 04/02/2019**

Categoria	3ª e 5ª
Escolinha Mista	10h00 às 11h00 Isabel/Renato
De 05 a 13 anos - Ginásio I	14h30 às 15h30 Isabel/Renato
Treinamento** Acima de 05 anos - Ginásio I	15h30 às 17h30 Isabel/Renato

Ginástica Rítmica - Ginásio I**Horário Normal – Até o dia 13/12/2018****Férias – De 14/12/2018 a 01/02/2019****Retorno das aulas – Dia 04/02/2019**

Categoria	Horário	Dia	Professor
Escolinha I – De 05 a 08 anos	15h30 às 16h30	2ª e 4ª /	Adriana/ Silvia /Thais
	10h00 às 11h00	4ª e 6ª	
Escolinha II – De 08 a 10 anos	16h30 às 17h30	2ª e 4ª	
	09h00 às 10h00	4ª e 6ª	
Escolinha III – A partir de 10 anos	17h00 às 18h00	3ª e 5ª	
	09h00 às 10h00	4ª e 6ª	
Equipe Infante-Juvenil – A partir de 10 anos**	14h30 às 16h30	3ª e 5ª	
Grupo Intermediário – A partir de 09 anos**	14h30 às 15h30	2ª e 4ª	
	08h00 às 10h00	6ª	
Grupo de Mães***	08h00 às 09h00	4ª e 6ª	
Atividades Especiais	11h00 às 11h50	6ª	

* Lista de espera; ** Mediante teste ; *** Necessário a filha estar matriculada na G. Rítmica.

Patinação - Quadra de Hóquei
Horário Normal – Até o dia 13/12/2018
Férias – De 17/12/2018 a 31/01/2019
Retorno das aulas – Dia 04/02/2019

Categoria	2ª e 4ª	Professor
Acima de 05 anos	10h00 às 11h30	Luis (Fifo)
	16h00 às 17h30	
	17h30 às 19h00	

Futebol - Campos 03 e 04
Horário Normal – Até o dia 13/12/2018
Horário de Férias – Dias 18 e 20/12/2018
Férias – De 24/12/2018 a 01/02/2019
Retorno das aulas – Dia 04/02/2019

Categoria	3ª e 5ª
SUB-07 – 2012/2011 – Turma Mista SUB-09 – 2010/2009 – Turma Mista	08:30 às 09:30 Ricardo (Kaka)/Caio
SUB-11 – 2008/2007 – Turma Mista SUB-13 – 2006/2005 – Turma Mista Feminino - A partir de 9 anos	09:30 às 10:30 Ricardo (Kaka)/Caio
SUB-15 – 2004/2003 SUB-17 – 2002/2001/2000	10:30 às 11:30 Ricardo (Kaka)/Caio
Rachão – a partir de 16 anos Obs: Nos períodos de Campeonato Interno de Março a Junho e de Agosto a Novembro não terá rachão	3ª, 4ª e 5ª - 19:00 às 21:00 / Campos 01 e 02 Sábado - 10:00 – sorteio seq.jogo / Campos 01 e 02 Domingo 08:30 – sorteio seq.jogo / Campos 01 e 02

Badminton
Horário Normal – Até o dia 15/12/2018
Férias – 17/12 a 01/02/2019
Retorno das aulas – Dia 04/02/2019

Categoria	Horário	Dia/Local	Professor
Escolinha – a partir de 07 anos	16:30 às 17:30	3ª e 5ª – Ginásio II	Gabriel e Luis
Intermediário* – a partir de 07 anos	17:30 às 18:30	3ª e 5ª – Ginásio II	Gabriel e Luís
Treinamento Jovens* – a partir 07 anos	09:00 às 11:00	3ª,5ª,6ª – Ginásio II	Luís
	20:00 às 22:00	2ª e 4ª – Ginásio II	Luís
	18:30 às 20:00	3ª – Ginásio II	Luís e Gabriel
	20:00 às 22:00	5ª – Ginásio II	Luis
	16:30 às 18:30	6ª – Ginásio II	Luis
Iniciação Seniors – a partir de 25 anos	20:00 às 22:00	2ª e 5ª – Ginásio I	Gabriel e Luís
Rachão – a partir de 07 anos	20:00 as 22:00	2ª e 5ª – Ginásio I	
	16:00 às 20:00	Sábado	

Basquetebol
Horário Normal – Até o dia 14/12/2018
Férias – De 17/12/2018 a 01/02/2019
Retorno das aulas – Dia 04/02/2019

Categoria	Horário	Dia/Local	Professor
Iniciação I e II – 2008/2009/2010/2011	18:30 às 20:00	3ª e 5ª / Ginásio I / Turma mista	Ariane/Pisergio
Iniciação – 2007 – 2011*	17:30 às 18:30	3ª e 5ª / Ginásio I / Q. Ext.turma mista	Ariane
Sub-12 – 2006/2007	18:30 às 20:00	2ª, 4ª e 6ª /Ginásio II	Ariane
	17:00 às 18:30	3ª /Q. Externa	
Sub-13 – 2005	18:30 às 20:00	2ª, 4ª e 6ª /Ginásio II	Ariane
	17:00 às 18:30	3ª e 5ª /Q. Externa	
Sub-14 – 2004	17:00 às 18:30	2ª,4ª,5ª e 6ª / Ginásio II / Q. Externa	Ariane
	18:30 às 20:00	3ª / Q. Externa	
Sub-15 – 2003	17:00 às 18:30	2ª,4ª e 6ª/ Ginásio I / Q. Externa	Marcos
	18:30 às 20:00	3ª e 5ª / Q.externa	
Sub-16/17 – 2002/2001	18:30 às 20:00	2ª, 4ª e 6ª / Ginásio I / Q. Externa	Marcos
Sub-19/CBC - 1999	18:30 às 20:00	2ª, 4ª e 6ª/ Ginásio I / Q. Externa	Pisergio
Feminino – De 09 a 15 anos	18:30 às 20:00	3ª e 5ª / Ginásio I / Q. Externa	Ariane/Pisergio
Rachão – a partir de 18 anos	20:00 às 22:00	3ª e 5ª / Ginásio II	
	16:30 às 18:00	Sábado / Ginásio II	
	9:30 às 11:30	Domingo / Quadra Externa	

Karatê**Horário Normal – Até o dia 06/12/2018****Férias – De 11/12/2018 a 31/01/2019****Retorno das aulas – Dia 05/02/2019**

Categoria	Horário	Dia/Local	Professor
07 a 14 anos	09:00 às 10:30	3ª e 5ª / Sala 03 – Prédio da Sauna	Rafael
	14:30 às 15:30	3ª e 5ª / Sala 03 – Prédio da Sauna	
	15:30 às 16:30	3ª e 5ª / Sala 03 – Prédio da Sauna	

Hóquei**Horário Normal – Até o dia 13/12/2018****Férias – De 17/12/2018 a 31/01/2019****Retorno das aulas – Dia 04/02/2019**

Categoria	Horário	Dia/Local	Professor
07 a 14 anos - Misto	17h00 às 18h30	3ª e 5ª / Quadra de Hóquei	Luis Fifo)
Iniciantes – A partir de 05 anos	19h00 às 20h30	2ª e 4ª / Quadra de Hóquei	Luis (Fifo)
Patinação/Hóquei - Treinamento – Acima de 15 anos	18h30 às 22h00	3ª e 5ª / Quadra de Hóquei	Alexandre Capelle

Squash**Horário Normal – Até o dia 28/12/2018****Férias – De 02/01 a 01/02/2019****Retorno das aulas – Dia 04/02/2019**

Categoria	Horário	Dia/Local	Professor
Escolinha/Adulto A partir de 07 anos	15:00 às 16:00	2ª e 4ª / Ginásio II	Edros Quadras livres: 2ª – 19hs as 21h30 3ª e 5ª – 12hs as 21h30 6ª – 7hs as 21h30 Sábado – 7hs as 19h30 Domingo e Feriado – 07hs as 14h30
	16:00 às 17:00	2ª e 4ª / Ginásio II	
	17:00 às 18:00	2ª e 4ª / Ginásio II	
	07:00 às 08:00	3ª e 5ª / Ginásio II	
	08:00 às 09:00	3ª e 5ª / Ginásio II	
	09:00 às 10:00	3ª e 5ª / Ginásio II	
Adulto A partir de 18 anos	18:00 às 18:30	3ª ou 4ª/Ginásio II	Edros
	18:30 às 19:00	3ª ou 4ª/Ginásio II	
	19:00 às 19:30	3ª ou 4ª/Ginásio II	
	19:30 às 20:00	3ª ou 4ª/Ginásio II	

Pilates**Horário Normal – Até o dia 15/12/2018****Horário de férias – De 17/12/2018 a 02/02/2019 - Horários reduzidos na semana do ano novo – Dias 02 e 03/01/2019 – 08h00/10h00/17h00 e 19h00 - Prédio Sauna.****Dia 05/01/2019 – Não haverá aula****Recesso – De 24/12/2018 a 01/01/2019****Retorno das aulas – Dia 04/02/2019****Obs: Os alunos poderão fazer aula em qualquer horário respeitando as 2x semanais.**

Horário	2ª e 4ª Prédio da Sauna	Horário	3ª e 5ª Prédio da Piscina	Horário	Sábado Prédio da Piscina
07h30		07h00		09h00 às 10h30	Pilates
09h30		09h00			
10h30		10h30			
16h00		16h00			
18h00		17h30			
19h00		19h30			

Futevôlei**Horário Normal – Até o dia 19/12/2018 - Férias – De 20/12/2018 a 01/02/2019 -****Retorno das aulas – Dia 04/02/2019**

Categoria	Horário	Dia/Local	Professor
Iniciantes Misto – a partir de 14 anos	19:00 às 20:30	2ª e 4ª / Quadra de Futevôlei	Gustavo
Treinamento* – Misto – a partir de 14 anos	19:00 as 20:30	3ª e 5ª / Quadra de Futevôlei	Gustavo

Tênis**Horário Normal – Até o dia 07/12/2018****Horário de Férias – De 10 a 21/12/2018****Férias – De 24/12/2018 a 01/02/2019****Retorno das aulas – Dia 04/02/2019**

Categoria	Horário	Dia/Local	Professor
Escolinha Iniciante – De 07 a 15 anos Bolas laranja, verde e amarela	15h30 às 16h30	2ª a 6ª / Quadras 09 e 10	Elisa/Ramon/ Luciano
Escolinha/Intermediário/Avançado De 07 a 15 anos – Bola vermelha	16h30 às 17h30	2ª a 6ª / Quadras 09 e 10	
Escolinha Aperfeiçoamento De 12 a 18 anos	15h30 às 16h30	2ª a 5ª / Quadras 01 e 02	Marcos

Tênis**Horário Normal – Até o dia 30/11/2018****Horário de Férias – De 03 a 21/12/2018****Férias – De 24/12/2018 a 01/02/2019****Retorno das aulas – Dia 04/02/2019**

Categoria	Horário	Dia/Local	Professor
Competitivo – De 08 a 10 anos – TRE 10 – Kid's bola laranja e verde Competitivo – De 11 e 12 anos – TRE 12 – Kid's bola verde e amarela Treinamento Nacional – De 11 a 18 anos – bola amarela	16h00 às 18h30	2ª a 6ª / Quadras do C.T.	Gil
Treinamento Fem. Adulto – A partir 18 anos	**19h00 às 20h30	2ª ou 4ª /Quadras do C.T.	Gil

Tênis Sat – Individual/Dupla**Aulas Normais**

Categoria	Horário	Dia/Local	Professor
A partir de 12 anos - Manhã	06:30 às 11:00	2ª a 6ª feira – Quadras C.T./Quadra 1	Guilherme/Luciano/Marcos/ Mauro
A partir de 12 anos - Tarde	14:00 às 17:00	2ª a 6ª feira – Quadras C.T./Quadra 1	Gustavo/Guilherme/Marcos
A partir de 18 anos - Noite	18:00 às 20:00	2ª a 6ª feira – Quadras C.T./Quadra 1	Gustavo/Guilherme/Marcos

Beach Tennis - Aulas nas Quadras ao lado da Secretaria de Esportes.**Horário Normal – Até o dia 18/12/2018****Horário de Férias – De 19/12/2018 a 18/01/2018****Retorno das aulas – Dia 21/01/2019**

Categoria	Horário	Dia/Local	Professor
Aulas abertas a todos os alunos inscritos no Beach Tennis	08:00* às 09:00	2ª	Jhannes
	09:00* às 10:00	2ª e 6ª	
	10:00* às 11:00	2ª e 6ª	
	11:00* às 12:00	2ª e 6ª	
	15:00* às 16:00	3ª	
	16:00* às 17:00	3ª	
	17:00* às 18:00	3ª	

Grupo de Corrida**Horário Normal – Até o dia 14/12/2018****Férias – De 17/12/2018 a 06/01/2019****Horário de férias – De 07/01 a 03/02/2019 - Retorno das aulas – Dia 04/02/2019**

Categoria	Horário	Dia/Local	Professor
Adulto	07:00 às 08:30	3ª e 5ª Pista de Cooper	Paulo As aulas de 07, 09, 14 e 16/01/19 terão início na Sala de Pilates da Sauna as 18:00 ou as 19:00
	18:30 às 20:00	2ª e 4ª Pista de Cooper	

Vôlei**Horário Normal – Até o dia 14/12/2018****Férias – De 17/12/2018 a 01/02/2019****Retorno das aulas – Dia 04/02/2019**

Categoria	Horário	Dia/Local	Professor
Escolinha Mista – (2010, 2009, 2008, 2007e 2006)	14:30 às 16:30	3ª e 5ª – Ginásio II	Fábio
Sub. 13 – (2006)	14:30 às 16:30	3ª e 5ª – Ginásio II	Fábio
Sub. 14 e Sub. 15 – (2005 e 2004)	14:30 às 16:30	2ª, 4ª e 6ª – Ginásio II	Fábio
Sub. 17 e Sub. 19 – (2003, 2002, 2001 e 2000)	16:30 às 18:30	2ª e 4ª – Ginásio II	Lucas
	15:00 às 17:00	6ª – Ginásio I	Lucas
Master Feminino – A partir de 30 anos	20:00 às 22:00	2ª e 4ª – Ginásio II	Lucas
Rachão Recreativo Misto – A partir de 18 anos	20:00 às 22:00	4ª – Ginásio II	
	14:00 às 16:00	Sábado – Ginásio II	

Muay Thai**Aulas Normais**

Categoria	Horário	Dia/Local	Professor
Acima de 10 anos	20h45* às 22h00	2ª e 4ª / Sala 03 – Prédio da Sauna	André/Mario Sérgio
	07h30* às 09h00	3ª e 5ª / Sala 03 – Prédio da Sauna	
	16h30* às 17h40	3ª e 5ª / Sala 03 – Prédio da Sauna	
	17h40* às 18h50	3ª e 5ª / Sala 03 – Prédio da Sauna	
	18h50* às 20h00	3ª e 5ª / Sala 03 – Prédio da Sauna	
	20h00* às 21h30	3ª e 5ª / Sala 03 – Prédio da Sauna	
	09h00 às 11h00**	Sábado / Sala 03 – Prédio da Sauna	

Musculação**Aulas Normais**

Categoria	Horário	Dia/Local	Professor
Acima de 14 anos Obs: Para referência: nascidos até 2004	06:00 às 22:00	2ª a 6ª	Manhã: Marcelo/Guilherme/Mauro/Caio/Rafael/Luana Estag. Rodrigo/Inaene Tarde: Fernanda Noite: Gabriela/Diego/Marina/Keryma/Rodrigo Estag. Alex/Fábio/Daniela
	08:00 às 19:00	Sábado	
	08:00 às 14:00	Domingo e Feriado	

Musculação/Aula de Treinamento em Circuito (Dinâmico/Motivacional/Eficiente)

Categoria	Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Acima de 14 anos Obs: Para referência: nascidos até 2004	07h00	Circuit Training	Circuit Training	Circuit Training	Circuit Training	Circuit Training
	09h00	Alongamento	Core Training	Circuit Training	Core Training	Alongamento
	17h30	Circuit Training	Circuit Training	Core Training	Circuit Training	Circuit Training
Local Parte externa academia	18h00	Circuit Training	Circuit Training	Core Training	Circuit Training	Circuit Training
	18h30	Circuit Training	Circuit Training	Core Training	Circuit Training	Circuit Training
	19h00	Circuit Training	Circuit Training	Core Training	Circuit Training	Circuit Training
		Manhã: Thais/Guilherme/Mauro/ Caio/ Rafael/Luana Estag. Ana Carolina		Tarde: Marcelo/Fernanda Estag. Talita/Rodrigo Haruo		Noite: Gabriela/Diego/Marina/ Keryma/Rodrigo Estag. Alex/Fábio

Avaliação Física agendamento na recepção da academia

Categoria	Horário	Dia/Local	Professor
Acima de 14 anos	08:00/09:00/10:00/11:00	6ª / Academia	Guilherme
Acima de 14 anos	16:00/17:00/18:00/19:00/20:00	6ª / Academia	Gabriela

Yoga**Horário Normal – Até o dia 19/12/2018**

Férias – De 24/12/2018 a 05/02/2019 no mês de Janeiro os alunos de Yoga além das aulas de Alongamento (no prédio da Sauna) poderão fazer também aulas de Pilates em qualquer horário.

Retorno das aulas – Dia 06/02/2019

Categoria	Horário	Dia/Local	Professor
A partir de 16 anos * Lista de espera	08:30* às 10:00	4ª / Prédio da Piscina	Rafael
	08:30* às 10:00	6ª / Prédio da Piscina	Rafael
	10:15* às 11:45	4ª / Prédio da Piscina	Rafael
	10:30* às 11:45	5ª / Prédio da Sauna – Sala 04	Rafael
	10:30* às 12:00	6ª / Prédio da Sauna	Rafael
	15:30* às 17:00	6ª / Prédio da Piscina	Rafael
	17:30* às 19:00	4ª / Prédio da Piscina	Rafael
	19:00* às 20:30	4ª / Prédio da Piscina	Rafael

Departamento de Natação - Centro de Hidroginástica**Horário Normal – Até o dia 01/12/2018****Horário de férias – De 03 a 22/12/2018****Férias – De 24/12/2018 a 03/02/2019****Retorno das aulas – Dia 04/02/2019**

Obs: Neste período, não será necessário justificar as faltas

NATAÇÃO INFANTIL**2ª e 4ª**

Horário	Turma
8h30	N III
9h15	N II
10h00	N I A
10h45	N I B
10h15	N III / IV
14h00	Bebê 2ª II
14h00	Bebê 4ª I
14h00	N II / III
14h30	N I B
15h00	N I A / N II
15h45	N I A
16h00	N III / IV
17h15	Bebê 2ª I

3ª e 5ª

Horário	Turma
8h30	N III / IV
9h30	N I A / II
10h15	N I B
11h00	Bebê 3ª I
11h00	Bebê 5ª II
14h00	3ª Bebê II
14h00	N II
14h30	N I B
15h00	N III / IV
15h00	N I A / II
15h45	N I A / II
17h15	N III / IV
18h00	Bebê 3ª II
18h00	N I B 5ª

6ª

Horário	Turma
08h45	N II / IA
9h30	N I B
10h00	Bebê I e II
10h15	N III / IV
14h30	Bebê I e II
15h00	N I B
15h30	N I A / N II
15h30	N III / IV
16h15	N II
16h30	N III / N IV
18h00	N II / III

Sábado

Horário	Turma
9h30	N I B
10h00	Bebê II
10h30	N I B
11h00	Bebê I
11h30	Bebê II
09h15	III
10h45	N II
11h30	N I A



Horário Normal – Até o dia 01/12/2018

Horário de férias – De 03/12 a 22/12 e 02/01/2019 a 01/02/2019

Férias – De 24/12/2018 a 01/01/2019

Retorno das aulas – Dia 04/02/2019

Obs: Neste período, não será necessário justificar as faltas

NATAÇÃO ADULTO

2ª e 4ª

Horário	Turma
6h15	Nat. Ad
7h00	Nat. Ad
7h45	Nat. Ad
11h30	Nat. Ad
12h15	Nat. Ad
13h15	Nat. Ad
15h00	Nat. Ad
18h00	Nat. Ad
18h45	Nat. Ad
19h30	Iniciação Ad.
20h15	Nat. Ad

3ª e 5ª

Horário	Turma
6h15	Nat. Ad
7h00	Nat. Ad
7h45	Iniciação Ad.
11h30	Nat. Ad
12h15	Iniciação Ad.
13h15	Nat. Ad
18h45	Iniciação Ad.
19h30	Nat. Ad
20h15	Nat. Ad

6º

Horário	Turma
6h15	Nat. Ad
7h00	Nat. Ad
8h00	Nat. Ad
11h00	Nat. Ad
17h15	Nat. Ad
18h45	Nat. Ad
19h30	Nat. Ad

Fitness Aquático

2ª e 4ª

Horário	Turma
6h15	Bike
7h00	Hidro P.
7h45	Hidro B. Viver
8h30	Hidro
9h30	Deep
12h15	Bike
13h15	Bike
17h15	Hidro
18h00	Bike
18h45	Hidro P.
19h30	Deep
20h15	Bike

3ª e 5ª

Horário	Turma
7h00	Bike
7h45	Deep
8h30	Hidro P.
9h30	Hidro
10h30	Hidro
11h30	Hidro B.V
12h15	Deep
13h15	Hidro B.V
16h30	Hidro
17h15	Hidro P.
18h30	Deep
19h30	Bike

6ª

Horário	Turma
7h00	Bike
8h00	Hidro B. Viver
9h00	Hidro/Deep
18h45	Hidro P.
19h30	Bike



Departamento de Natação – Piscina Semi-Olimpica
 Horário Normal – Até o dia 01/12/2018
 Horário de férias – De 03 a 22/12/2018
 Férias – De 24/12/2018 a 03/02/2019
 Retorno das aulas – Dia 04/02/2019
 Obs: Neste período, não será necessário justificar as faltas

NATAÇÃO INFANTIL

2ª a 5ª

Horário	Turma
16h30	Aperf.
18h00	Aperf.

3ª e 5ª

Horário	Turma
15h00	N III
15h45	N IV

2ª a 6ª

Horário	Turma
16h00	Treino Infantil



Horário Normal – Até o dia 01/12/2018
 Horário de férias – De 03/12 a 22/12 e 02/01/2019 a 01/02/2019
 Férias – De 24/12/2018 a 01/01/2019
 Retorno das aulas – Dia 04/02/2019
 Obs: Neste período, não será necessário justificar as faltas

NATAÇÃO ADULTO

2ª a 5ª

Horário	Turma
6h00	Treinamento
6h15	Nat. Ad
7h00	Nat. Ad
8h00	Nat. Ad
11h00	Nat. Ad
12h00	Nat. Ad
12h00	Treinamento
18h00	Treinamento
19h15	Nat. Ad

6ª

Horário	Turma
6h00	Treinamento
7h00	Nat. Ad
12h00	Treinamento
17h30	Nat. Ad
18h00	Treino

Sábado

Horário	Turma
7h00	Treinamento

HIDROGINÁSTICA E DEEP

2ª e 4ª

Horário	Turma
8h30	Hidro
9h30	Deep

3ª e 5ª

Horário	Turma
9h30	Deep
12h15	Deep
18h30	Deep

Sábado

Horário	Turma
8h45	Deep
9h30	Hidro



Horários de Férias – 17/12/2018 a 02/02/2019 e Semana especial de janeiro 02/01 a 05/01 /2019**Recesso - 24/12 á 01/01/2019****Fitness – Prédio da Piscina - Academia**

HOR	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
7:00	ALONGAMENTO	FUNCIONAL FIGHT	ALONGAMENTO	FUNCIONAL FIGHT		
8:00	TREINAMENTO FUNCIONAL	TREINAMENTO FUNCIONAL (INICIANTE)	TREINAMENTO FUNCIONAL	TREINAMENTO FUNCIONAL (INICIANTE)	CONDICIONAMENTO (GINÁSIO)	
9:00	DANCE HITS	LOCAL FUNCIONAL	DANCE HITS	LOCAL FUNCIONAL	DANCE HITS	
9:10	ALONGAMENTO (P. Sauna)		ALONGAMENTO (P. Sauna)		MOBILITY CLASS (P. Sauna)	
10:00	BODYWEIGHT 30' (BT) HIIT 30'	ALONGAMENTO	BODYWEIGHT 30' (BT) HIIT 30'	ALONGAMENTO	TREINAMENTO FUNCIONAL	DANCE HITS 90'

HOR.	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
16:00	BIKE 30' + ABDÔMEN	DANCE HITS		DANCE HITS	
17:00	TREINAMENTO FUNCIONAL		TREINAMENTO FUNCIONAL		
17:30					HIIT 30' FABIANA
18:00	DANCE HITS	DANCE HITS	DANCE HITS	DANCE HITS	
19:00	LOCAL FUNCIONAL	LOCAL FUNCIONAL	LOCAL FUNCIONAL	LOCAL FUNCIONAL	
20:00	POSTURAL 45'	ALONGAMENTO 45'	CORE TRAINING 45'		

Bike

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
07:00	BIKE		BIKE		BIKE	
08:00		BIKE		BIKE		
09:00	BIKE		BIKE		BIKE	
10:00		BIKE		BIKE		BIKE 90' RODÍZIO
16:00	BIKE 30' + ABDÔMEN		BIKE			
18:00	BIKE	BIKE 45'	BIKE	BIKE 45'	BIKE 45'	
19:00		BIKE		BIKE		

Fitness Bem Viver prédio da sauna

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
08:00	ALONGAMENTO		ALONGAMENTO		

Semana especial de janeiro 02/01 a 05/01 /2019**QUARTA 02/01****FABIANA**

8hs- Treinam. Funcional

9hs- Bike

10hs- Alongamento

FABIANA

18hs- bike

19hs- local Funcional

QUINTA 03/01**DÉBORA**

8hs- Bike

9hs- Local Funcional

10hs – Alongamento

THALYTA

18hs- Dance hits

19hs- Local Funcional

SEXTA 04/01**DÉBORA**

8hs- Condicionamento Físico

9hs- bike

10hs- Treinam. Funcional

FABIANA

16hs- bike + abdômen

18hs- bike

SÁBADO 05/01

10hs- Bike (Débora/Fabiana/Andrea)

10hs- Dance hits (Thalyta)

Sauna	3ª e 5ª	Sábado
Feminino	15h30/21h30	09h00/14h00
Massagista	15h30/21h00	09h00/13h30

Massagista - Ela é fisioterapeuta, com experiência em Spa e trabalhará com em estética corporal, estética facial e massagens terapêuticas. As sessões podem ocorrer durante o horário de funcionamento do espaço e duram em média, 20 minutos.

Sauna	2ª	4ª e 6ª	Sábado	Domingo
Masculino	17h00/22h00	17h00/22h00	16h00/22h00	16h00 /21h00
Massagista	17h30/20h30	17h30/20h30	17h30/20h30	Não tem

Valores Taxas vigentes de 01/04/2018 a 31/03/2019	Entrada: Sócio por dia R\$ 11,55 - Convidado - R\$ 45,15 Pacote da Sauna Mensal – 112,35 Massagem (Meia Hora): Sócio R\$ 32,00 – Convidado R\$ 37,50 (Marcar no horário de sauna por ordem de chegada)
---	---

Espaço Criança - de 3 a 09 anos -

Recesso entre os dias 21/12/2018 a 14/01/2019.

Retornaremos com as aulas normalmente em **15/01/19 - Terça Feira.**

3ª feira e 5ª feira 9h00 às 10hs 10h00 às 11h00 15h00 às 16h00 16h00 as 17h00 17h30 às 18h30 * lista de interesse	Às terças-feiras o veterinário Diogo Siqueira vai explorar o meio ambiente e trabalhar conceitos práticos e a vivência ambiental em diversas vertentes, como reciclagem, água, energia, fauna e flora. Os alunos terão contato com os animais e as plantas, além de realizar atividades semeadoras para a conscientização dos demais associados e colaboradores do clube.	Espaço Criança: Valores: Matrícula: R\$ 52,80 Mensalidade: R\$ 105,60
Sugestão: 15h00 – 7 a 09 anos 16h00 – 3 a 06 anos	Às quintas-feiras as aulas são com o músico e professor Ale Carmani, que trabalhará com pinturas, argila, desenho, bola, músicas e divertidas brincadeiras com vivências artísticas. A proposta é desenvolver, ao longo do ano, o trabalho em equipe, o respeito, a confiança e a motivação.	

Brinquedoteca - 3 a 10 anos de idade

Dias	Horários
2ª a 6ª	8h às 20h
Sábados e feriados	8h às 18h
Domingos	8h às 15h

Pedimos que estes horários sejam respeitados assim como nossos colaboradores.

Para a segurança de nossas crianças, a Brinquedoteca destina-se ao uso exclusivo de crianças associadas e devidamente cadastradas no SAA. Este cadastro não garante vaga na Brinquedoteca. As crianças poderão ser retiradas do espaço somente pelos responsáveis cadastrados no SAA. Este cadastro poderá ser feito somente no SAA, caso não seja feito antecipadamente, a criança não poderá frequentar o local.

No momento do cadastro, o associado receberá as regras a serem cumpridas para a utilização da Brinquedoteca. É obrigatória a leitura e assinatura de que estão cientes das mesmas e o não cumprimento destas regras sofrerá as penalidades, que serão definidas pela Diretoria de Atividades Infantis.

A Brinquedoteca só pode ser utilizada por crianças cujos Pais ou Responsáveis estejam no interior do clube. O responsável que deixar a criança na Brinquedoteca deverá assinar uma ficha de responsabilidade, informando que permanecerá nas dependências do clube enquanto do uso da mesma.

A Brinquedoteca comporta no máximo **20 (vinte) crianças**. Em caso de lotação, os Pais e/ou Responsáveis deverão aguardar o surgimento de vaga para que possam deixar seus filhos.

A permanência da criança na Brinquedoteca será limitada a **2 (duas) horas**.

Berçário - de 3 meses a 2 anos de idade

Dias	Horários
2ª à Sábado	8h às 17h
Domingo	8h às 15h
Feriado	8h às 18h

Pedimos que estes horários sejam respeitados assim como nossos colaboradores.

O Berçário é composto por quatro ambientes: Área do Sono, Copa, Fraldário e Espaço de Brincar.

Para a segurança de nossos bebês o Berçário destina-se ao uso exclusivo de bebês associados de 3 meses a 2 anos de idade, devidamente cadastrados no SAA, ressalvado o uso do Fraldário e Copa, que pode ser utilizado por bebê não cadastrado.

As crianças poderão ser retiradas do espaço somente pelos responsáveis cadastrados no SAA.

Este cadastro poderá ser feito somente no SAA, caso não seja feito antecipadamente, a criança não poderá frequentar o local. O Berçário só pode ser utilizado por crianças cujos Pais ou Responsáveis estejam no interior do clube. O responsável que deixar a criança no Berçário deverá assinar uma ficha de responsabilidade, informando que permanecerá nas dependências do clube enquanto do uso do mesmo.

O Berçário comporta no máximo **15 (quinze) bebês**. Em caso de lotação, os Pais e/ou Responsáveis deverão aguardar o surgimento de vaga para que possam deixar seus filhos.

A permanência do bebê no Berçário será limitada a **2 (duas) horas**.

Aulas de Idiomas

Espanhol:

Recesso: a partir do dia 21/12

Aula normal/aula teste: 02/01 a 04/02

Retorno: 11/03

Lista de espera Iniciantes Espanhol: normal

Espanhol	2ª	4ª	5ª
Iniciantes I			20h00 as 21h30
Básico		20h00 as 21h30	
Intermediário		18h30 as 20h00	
Avançado	18h30 as 20h00		
Conversação	20h00 as 21h30		
Aperfeiçoamento			18h30 as 20h00

Italiano Recesso: a partir do dia 21/12

Retorno: dia 04/02

Lista de espera de Iniciantes Italiano: Permanece suspensa

Italiano	2ª	3ª	4ª	5ª
Iniciante I			17h as 18h20 Patrizia Sambo	17h as 18h20 Patrizia Sambo
Basico I		20h as 21h30 Patricia Sambo		
Básico II		17h00 as 18h20 Angelo Perim		
Básico II		18h30 as 20h00 Angelo Perim		
Básico II	17h00 as 18h20 Angelo Perim			

- **Coral:** Regente - JAIRO PERIN e o Preparador vocal : CLOVIS PORTUGUES DA SILVA JUNIOR

Terça-feira - das 19h30 às 21h30 - Local: Restaurante da Piscina

Recesso: a partir do dia 21/12

Retorno: Dia 05/02

- **Biblioteca:**

Segunda a Sexta-feira : Das 08h00 às 16h00 **Sábado:** Das 08h00 às 12h00 **Domingo:** Fechado

ESCOLA DE EQUITAÇÃO HORÁRIOS 2018

A escola entra de recesso dia 21/12/2018 e retorna 21/01/2019.

Equitação	3ª e 5ª	4ª e 6ª	Sábado
Iniciantes	09:00 11:00 14:00	08:00 10:00 14:00	09:00
Intermediário	08:00 10:00 15:00 16:00	09:00 11:00 15:00 16:00	08:00 e 10:00
Avançado	17:00 18:00 19:00	17:00 18:00 19:00	11:00
A partir de 7 anos - Instrutores: (Camila Braga, Damon Pítias e Paulo Vieira)			

Volteio	3ª	4ª	5ª	6ª	Sábado
Iniciantes	9:00 e 16:00	9:00 e 16:00	9:00 e 16:00	9:00 e 16:00	9:00 e 10:00
Intermediário	10:00 e 17:00	10:00 e 17:00	10:00 e 17:00	10:00 e 17:00	11:00
A partir de 4 anos - Instrutores: (Jacqueline Mudemos e Vicktoriana Khadija)					

Baby Class	3ª	4ª	5ª	6ª
Iniciantes	11:00 e 11:30 14:00, 14:30, 15:00 e 15:30	11:00 e 11:30 14:00, 14:30, 15:00 e 15:30	11:00 e 11:30 14:00, 14:30, 15:00 e 15:30	11:00 e 11:30 14:00, 14:30, 15:00 e 15:30
de 4 anos a 06 anos - Instrutores: (Camila Braga , Jacqueline Mudemos e Vicktoriana Khadija)				

Equitação Adaptada	3ª	6ª
	08h00 as 11h00	14h00 as 18h00
Qualquer idade - Instrutores: (Camila Braga , Jacqueline Mudemos e Vicktoriana Khadija)		

Saúde e Ambiente

Curso de Memória em Movimento - Dra Sandra

CRONOGRAMA FINAL DE ANO

Novembro:

Dia 12 e 13 –normal

Dia 19 – normal

Dia 26 e 27 – normal

Dezembro:

Dia 03 e 04 – não haverá

Obs: já realizada em novembro

Dia 10 e 11 – normal

Dia 17 e 18 – normal

Janeiro:

A partir do dia 07/01 – aula normal

Coordenado por psicólogas especializadas o projeto oferece exercícios para a memória e outras funções do cérebro. “Venha conhecer este trabalho inovador!”

Avaliação R\$ 256,00

Mensalidade – R\$ 256,00

Atendimento da Ambulância

	2ª a Sábado	2ª a Domingo
Emergências Médicas		6h00 as 23h00
Atendimento Pista de Cooper	07h30 as 9h30 Se não houver ocorrências	
Telefone 3794-6034 Ramal: 6034		

Veterinário

SAA 2ª a 6ª	08h as 17hs - Se houver ocorrência entrar em contato no Telefone 3794-6020 ou 6021
Portaria 1 2ª a Domingo	17h00 as 23h00 Se houver ocorrência entrar em contato no Telefone 3794-6010

Espaços locados no Serviço de Atendimento ao Associado (SAA)

Taxas vigentes de 01/04/2018 a 31/03/2019

Mesão Catetinho, Esportes e Lago

Qtda	Horários	Dias	Quantidade de Convites	Valores
60 pessoas	10h as 02hs	2ª a 4ª	20 convites inclusos na locação para não sócio	R\$ 186,00
			A cada 10 convites excedidos não sócios s/estacionamento será cobrado	R\$ 50,00
		5ª a Domingos e Feriados	20 convites inclusos na locação para não sócio	R\$ 355,00
			A cada 10 convites excedidos não sócios s/estacionamento será cobrado	R\$ 93,00

Mesão do Catetinho Localização: Próximo ao Restaurante do Catetinho. Coberto com balcão refrigerado, geladeira, fogão, forno, micro-ondas, TV, mesas rústicas, bancos e toldos.

Mesão do Esportes Localização: Próximo ao Ginásio II. Coberto com balcão refrigerado, freezer horizontal, fogão, forno, TV, mesas rústicas, cadeiras, sofás, banquetas, toldos e banheiro.

Mesão do Lago Localização: Próximo do Coreto e pista de cooper. Coberto com balcão refrigerado, freezer vertical, fogão, forno, TV, mesas rústicas, bancos, banquetas e toldos.

Churrasqueira do Basquete I e II

Qtda	Horários	Dias	Quantidade de Convites	Valores
25 pessoas	12hs às 00hs	Sábado	Sem convites	Isento
		Sábado	20 convites para não sócio	R\$ 286,00
		2ª a 6ª, Domingos e Feriados	Rachões do Departamento de Esportes	-----

Os demais dias da semana, mediante o requerimento enviado por e-mail saa@hipica.com.br, conforme disponibilidade do Depto de Esportes

CHURRASQUEIRA BASQUETE 1 Localização: Junto às quadras externas de basquete e quadra de hóquei. Coberto com mesas e bancos rústicos e sanitário.

CHURRASQUEIRA BASQUETE 2 Localização: Junto às quadras externas de basquete e perto da portaria 2. Coberto com balcão refrigerado, TV, mesas rústicas, bancos e sanitário.

Quiosque do Campo de Futebol

Qtda	Horários	Dias	Quantidade de Convites	Valores
30 pessoas	Das 11h00 a 00h00	2ª a 4ª	20 convites para não sócio	R\$ 186,00
	Das 11h00 a 00h00	5ª a Domingos e Feriados	20 convites para não sócio	R\$ 355,00

Quiosque do Campo Localização: Próximo ao Campo 3.

Coberto com balcão, geladeira, TV, mesas rústicas, bancos e toldos.

Churrasqueira do Tênis

Qtda	Horários	Dias	Quantidade de Convites	Valores
25 pessoas	10hs às 16hs	3ª a 5ª	Sem convites	Isento
		3ª a 5ª	20 convites para não sócio	R\$ 286,00
		2ª e 6ª	Espaço disponível para aula	-----
		Sábado, Domingos e Feriados	Rachões do Departamento de Esportes	-----

Os demais dias da semana, mediante o requerimento enviado por e-mail saa@hipica.com.br, conforme disponibilidade do Depto de Esportes

CHURRASQUEIRA Tênis Localização: Junto às quadras de tênis 3, 4, 5 e 6, Coberto com balcão, TV, fogão, freezer horizontal, mesas rústicas, cadeiras, banquetas, sofás, toldos e sanitário.

Churrasqueiras: Futebol 2, Raquetinha e Tamboréu

Qtda	Mediante o requerimento enviado por e-mail saa@hipica.com.br , conforme disponibilidade do Depto de Esportes	Quantidade de Convites	Valores
25 pessoas		Sem convites	Isento
		20 convites para não sócio	R\$ 286,00

Normas.

1. É proibido o ingresso de sócios e convidados não sócios, nas dependências da SHC, após as 23 horas;
2. É proibido montar qualquer cobertura na área externa ao espaço cedido.
3. É proibida a queima de fogos de artifícios, a utilização de equipamentos de diversão (ex. cama-elástica, piscina de bolinha etc.); ainda, é proibida a locação para fins lucrativos, não sendo permitido banner, panfletos, ou qualquer meio de divulgação;
4. Poderá ser instalado som ambiente em baixo volume, de forma a não incomodar os associados que estejam em outras dependências da SHC, sob pena de caracterização de infração disciplinar, nos termos do estatuto social.
5. Toda a decoração, móveis e equipamentos utilizados deverão ser retirados e removidos logo após o término do evento .
6. O balcão refrigerado, situado no espaço, não refrigera, apenas mantém a temperatura.
7. As chaves e controles dos equipamentos deverão ser retirados e devolvidos na portaria 01.
8. A locação do espaço não inclui a permissão para utilização de outras dependências do clube, tais como quadras, campos, coreto, piscinas, etc., cuja utilização está restrita exclusivamente a sócios nos horários e segundo as regras vigentes.
9. É de expresso conhecimento do associado, que a locação do espaço está sujeita a utilização simultânea de outros associados nos campos e quadras próximos, como nas demais dependências do clube para a prática de atividades esportivas.

Horário Geral de Funcionamento do Clube

Das 06h00 as 23h00 – Tel. 3794-6010

Academia Musculação - Tel. 3794-6031
De 2ª à 6ª 06h00 às 22 horas. Sábados – 08/19h
Domingos e Feriados – 08h00 às 14h00

Almoxarifado- Tel. 3794-6036
De 2ª à 6ª 07/18h00.
Sábados – 07/15h00
Dom. e Feriados - fechados

Berçário Telefone - 3794-6047
De 2ª a Domingo – 08/18 horas.

Biblioteca - Telefone: 379460-19
2ª à 6ª das 08 às 16 horas
Sábado – 08/12h00
Domingo e Feriado Fechado

Brinquedoteca – Telefone 3794-6019
De 2ª à 6ª - 08 às 21 horas.
Sábados e Feriados – 08h00 às 18h00
Domingos – 08h00 as 15h00

**Horário de funcionamento do
Centro de Hidroginástica**

De 2ª a 6ª 06h00 as 21h00
Sábado 07h00 as 16h00
Domingo e feriado – 08h00 as 15h00

Raias livres
2ª a 5ª – somente para aulas
6ª 12h00 as 14h15 as duas piscinas

Sábado piscina
12,5m - 07h00 as 9h00 - 12h00 as 15h30
25m - 7h00 as 09h00 - 12h30 as 14h30

Domingo e feriado livres em seu horário de funcionamento

CPD - Tel. 3794-6016
De 2ª à 6ª – 08/18hs Sábados – 08/12h00
Dom. e Feriado - Fechado.

Compras - Tel. 3794-6017/6018/6048
De 2ª à 6ª – 08/18 horas.
Sábado, Domingo e Feriado - fechado

Ginásio de Esportes I e II
De 2ª - 14h00 às 22h00
De 3ª a 6ª - 07h00 às 22h00
Sábado 07h00 às 20h00
Domingo e Feriado - 07h30 às 15 horas

Patrimônio - Tel. 3794-6039
De 2ª à 6ª - 08 às 17h00.

DISPONIBILIDADE DE USO Quadras livres
Squash

2ª – 19hs as 21h30
3ª e 5ª – 12hs as 21h30
6ª – 7hs as 21h30
Sábado – 7hs as 19h30
Domingo e Feriado – 07hs as 14h30

Hipismo - Quarto de Sela, Vestiários e Pista de Areia Tel. Quarta Sela Lote 02 (19) 3794-6040 e Lote 05 (19) 3794-6049

2ª – Fechado
3ª a 6ª feiras – 08/20:00h
Sábado – 08/17:00h
Domingo – 08/14:00h

Manutenção - Tel. 3794-6039
De 2ª à 6ª -07/17h.
Sábado 07/11h00
Domingos e Feriados – plantão

Marketing - Tel. 3794-6037
2ª – 08/17h00
3ª à 6ª – 08/18 horas.
Sábado, Domingo e Feriado - fechado

Quadras de Boccia
2ª, 3ª, 5ª e 6ª - Fechado
4ª – 14h00 as 22h00
Sábado – 14h00 as 20h00
Domingo e Feriado – 08h00 as 12h00

Quadras de Beach Tennis – Seg. a Dom. das 06h00 as 22h00

Quadras de Futevôlei – Seg. a Dom. das 06h00 as 22h00 - Exceto nos horários de aulas

Quadra de Hóquei
2ª - 14 às 22 horas.
De 3ª a 6ª – 08h00 às 22 horas
Sábados – 08h00 às 18h00
Domingo e Feriado - 07h30 às 15 horas

Quadras de Peteca - Seg. a Dom. das 06h00 as 22h00

Quadras de Raquetinha, Tamboréu e Tênis
2ª - 14 às 22 horas.
De 3ª a 6ª – 08h00 às 22 horas. Sábados – 08h00 às 18h00
Sábado, Domingos e Feriados – 07h00 às 15h00

PISCINA SEMI OLÍMPICA (ABERTA)

Todos os dias das 06h00 as 21h30

Disponibilidade de uso

2ª a 6ª 06h00 as 20h30 – mínimo 2 raias livres para não alunos

Sábado 06h00 as 10h15 – Mínimo 2 raias livres

Sábado 10h15 as 21h30 – Livre para nadar

Domingo 06h00 as 21h30 – Livre para nadar

Portaria 1 - Telefone 3794-6010

2ª a Domingo e Feriado – 06h00 as 23h00

3ª à 6ª – 07h00 às 21 horas

Sábado – 08h00 às 16 horas

Domingo e Feriado – 08h00 às 15h00

Portaria 3 - Tel. 3794-6046

2ª a Domingo e Feriado – 06h00 as 23h00

Recursos Humanos - Tel. 3794-6038

De 2ª à 6ª - 08 às 18 horas.

Sábado, domingo e Feriado - fechado

Secretaria Administrativa Tel. 3794-6011/6012

De 2ª à 6ª - 08 às 17 horas.

Sábados – 08 às 14h00

Domingos e Feriados - Fechado.

Serviços de Atendimento ao Associado

Tel. 3794-6020/6021

De 2ª à 6ª – 08/17hs

Sábados – 08/14hs

Domingos e Feriados - Fechado

Secretaria Cultural - Telefone: 3794-6019

De 2ª - 08 às 17 horas.

3ª à 6ª - 08 às 18 horas. Sábados - 08 às 12 horas

Domingo e Feriado Fechado

Secretaria de Esportes e Coordenação -

Tel. 3794-6024/6025/6026/6027/6028

De 2ª à 6ª - 08/17 horas.

Sábados – 08/12h.

Dom. e Feriados - Fechado.

Secretaria de Hipismo e Coordenação –

Tel.: (19) 3794-6032/6033

2ª - 08:00 às 14:00

3ª a 6ª feiras – 08/18:00hs

Sábados – 08/12h00

Dom. e Feriados - Fechado.

Secretaria Social - Tel. 3794-6029/6030

De 2ª à 6ª - 08 às 17 horas.

Sábados – 08h00 às 14h00

Dom. e Feriados - Fechado.

Vestiário do Futebol

De 2ª à 6ª – 06h00 às 22 horas

Sábado, Domingo e Feriado – 06h00 às 20h00

Vestiário da Piscina

De 2ª à 6ª – 06h00 às 22 horas

Sábado, Domingo e Feriado – 07h00 às 22h00

Bares e Restaurante

Bar dos Esportes - Telefone: 3794-6023

2ª das 14h00 as 22h00

3ª a 4ª das 14h00 as 23h00

(cozinha das 16h00 as 22h45)

5ª e 6ª - das 09h00 as 23h00

(cozinha das 11h00 as 22h45)

Sábado - das 09h00 as 23h00

(cozinha das 10h00 as 22h45)

Domingo e Feriado das 09h00 as 17h00.

(cozinha das 10h00 as 16h45).

Bar da Sauna - Telefone: 3794-6023

2ª, 4ª e 6ª das 17h00 as 22h00

Sábado das 16h00 as 22h00

Domingo e Feriado das 16h00 as 21h00

Bar da Piscina – Vinicius cel. 98161-5923

3ª a Domingo e feriado das 9hs as 23h00

Feriado na segunda feira trabalha e fecha na terça.

Feriado na terça-feira trabalha na segunda-feira e

terça-feira e fecha na quarta-feira

Bar Tropical - Telefone: 98134-5082

2ª a Domingo e Feriado das 08h00 as 17h00

Lanchonete Natsuko - Telefone: 3794-6031

2ª a 6ª das 07h00 as 21h00

Sábado das 09h00 as 15h00

Domingo fechado

Restaurante Catetinho - Telefone: 3794-6022

2ª das 08h00 as 15h00

3ª a 6ª das 08h00 as 23h00

Sábado das 08h00 as 23h00

Domingo e Feriado das 08h00 as 17h00

Restaurante da Lareira – Telefone: (11) 97583-7117

4ª e 5ª – das 19hs às 23hs

6ª e sábado – das 12hs às 23hs

Secretaria Administrativa

Critérios para utilização de convites Dia Livre:

Os associados da Sociedade Hípica de Campinas contam com um sistema que permite trazer convidados ao clube: O convite dia livre.

Cada título dá direito ao associado maior de 18 anos a retirar, gratuitamente, 12 convites a cada 365 dias contados a partir do primeiro convite emitido. A partir do 13º convite, há cobrança de taxa.

Taxa de convites:

1º convite – R\$390,00 /30= x 500% - R\$ 65,00

2ª convite – R\$390,00 /30= x 800% - R\$ 104,00

3º convite – R\$390,00 /30= x 1100%-R\$ 143,00

4º convite – R\$390,00 /30= x 1400%-R\$ 182,00

5º convite – R\$390,00 /30= x 1700%-R\$ 221,00

6º convite – R\$390,00 /30=x 2000% -R\$ 260,00

7º convite – 70% da mens -R\$ 273,00 todos os demais.

Critérios para utilização do convites para Almoço:

Os associados da Sociedade Hípica de Campinas também têm direito de trazer convidados para almoçar nos Restaurantes do Clube, seguindo o critério abaixo:

O associado tem direito a 10 convites no período de 30 dias a partir do primeiro emitido, para usufruir deste direito o associado precisa ter 18 anos completos, e se dirigir pessoalmente à portaria principal do Clube, com o nome completo e o número do CPF do convidado.

O convite para almoço é emitido de segunda a sexta-feira (exceto feriados) das 11:30 às 14:30 hs. O convidado pode permanecer no recinto do restaurante pelo período de 03 horas, o convite deve ser carimbado no restaurante e devolvido na portaria dentro do prazo de três horas, caso ultrapasse este período será lançado na quota de convite dia livre do associado responsável, ou se excedentes será lançado em seu boleto mensal o respectivo valor.

Obs. Se faz necessário a retirada de convites para o convidado a partir de 10 anos de idade.

Critérios para utilização do convites para Jantar:

Os associados da Sociedade Hípica de campinas também têm direito de trazer convidados para jantar nos restaurantes seguindo o critério abaixo:

O associado tem direito a 10 convites no período de 30 dias a partir do primeiro emitido, para usufruir deste direito o associado precisa ter 18 anos completos, e se dirigir pessoalmente à portaria principal do Clube, com o nome completo e o número do CPF do convidado.

O convite para jantar é emitido de segunda a sexta-feira (exceto feriados) das 19:00 às 21:30 hs. O convidado pode permanecer no recinto do restaurante pelo período de 03 horas, o convite deve ser carimbado no restaurante e devolvido na portaria dentro do prazo de três horas, caso ultrapasse este período será lançado na quota de convite dia livre do associado responsável, ou se excedentes será lançado em seu boleto mensal o respectivo valor.

Obs. Se faz necessário a retirada de convites para o convidado a partir de 10 anos de idade.