



# INFORMAÇÕES DAS ATIVIDADES 2025

Esportes · Cultura · Hipismo · Locação ·  
Berçário e Brinquedoteca · Bares e Restaurantes





# SUMÁRIO

Novas informações:, 3  
Taxas: 4, 5 e 6  
Atividades Especiais e Badminton: 7  
Basquete: 8  
Beach Tennis: 9  
Corrida: 9  
Dança: 9, 10 e 11  
Tecido e Circo: 12  
Fitness: 13, 14 e 15  
Futebol: 16  
Funcional Soccer, Futsal e Futevôlei: 17  
G. Artística e G. Natural: 18  
G. Rítmica: 18  
Hockey: 19  
Patinação: 19  
Karatê: 19  
Jiu Jitsu, Muay Thai, e Musculação: 20  
Natação Adulto: 21  
Natação Treinamento e Infantil: 22  
Natação Bebê e Infantil: 23, 24, 25 e 26  
Deep: 26 e 27  
Hidrogenástica: 27  
Acqua Power e Water Bike: 27  
Pilates: 28  
Pré-Esports: 29  
Squash: 29  
Tênis: 30,31,32,33  
Tamboreu: 33  
Voleibol e Vôlei de Praia: 34  
Xadrez: 34  
Yoga: 34

Normas Especificas: 34  
Venda de Uniformes do Departamento de Esportes:34  
  
Cultura Coral e Biblioteca: 35  
  
Idiomas Espanhol e Italiano: 36  
  
Memoria em Movimento: 37  
  
Kid'Space: 37  
  
Berçário e Brinquedoteca: 38  
  
Hipismo/Baby Class: 39  
  
Horário do Clube: 40 e 41  
  
Sauna: 42  
  
Bares e Restaurante: 43  
  
Locação: 44, 45, e 46  
  
Convites do dia Livre de almoço: 47  
  
Relação de Telefones : 48  
  
Cobrança de Aulas: 49



# NOVAS INFORMAÇÕES

A Hípica adotou novo procedimento para inscrições e renovações de atestados médicos nas atividades. A alteração foi necessária para cumprir a legislação, de âmbito estadual, que altera as exigências para práticas de atividades físicas nos clubes e academias para inscritos entre 0 e 69 anos.

A Lei nº 16.724, de 22 de maio de 2018, alterou a Lei nº 10.048, de julho de 2001, para estabelecer e flexibilizar novos métodos de avaliação médica para os praticantes de atividades físicas e esportivas. A lei instituiu o Questionário de Prontidão para Atividade Física (PARQ), que deve ser observado pelos clubes paulistas quando há renovação dos exames e laudos vigentes. No SAA, associados podem obter mais informações, incluindo o questionário (PAR-Q).

Vale destacar que o atestado médico ainda é obrigatório para pessoas com mais de 70 anos.

As inscrições para a prática de atividade física das modalidades esportivas e Campeonatos, Torneios e Festivais Internos da Sociedade Hípica de Campinas passarão a utilizar as seguintes regras:

**I** - Para os interessados com idade entre 15 e 69 anos, da resposta ao Questionário de Prontidão para Atividade Física (PAR-Q) que consta do Anexo I desta lei; (NR)

**II** - Para os interessados com idade inferior a 15 anos, de autorização por escrito de pai ou responsável; (NR)

**III** - Para os interessados com idade a partir de 70 anos, de apresentação de atestado de aptidão para prática de atividade física, do qual deverá constar, obrigatoriamente, o nome completo do médico, seu número no Conselho Regional de Medicina - CRM e eventuais observações relativas às especificidades de cada caso concreto (NR), tem validade por 12 meses a contar da data da assinatura.

**Parágrafo único** - Dos interessados com idade entre 15 e 69 anos que responderem positivamente a qualquer das perguntas do PAR-Q, será exigida a assinatura do “Termo de Responsabilidade para Prática de Atividade Física” que consta do Anexo II desta lei. (NR).

**IV** - Questionário de Prontidão para Atividade Física (PAR-Q), tem validade por 12 meses a contar da data da assinatura.



# VALORES DAS ATIVIDADES

1ª modalidade do título da atividade esportiva	R\$ 135,00
2ª modalidade do título da atividade esportiva	R\$ 102,00
Acima de 65 anos – 1ª modalidade	Isenta
Acima de 65 anos – 2ª modalidade	R\$ 135,00
Acima de 65 anos – As demais	R\$ 102,00
Atividades Especiais	Isenta
<u>Ballet</u>	
(Esta aula não está sujeita a desconto e nem contabiliza na contagem da quantidade de modalidades do aluno para aplicação de qualquer desconto).	
Ballet Ponta – 1 x por semana	R\$ 102,00
Dança Bem Viver – 1 X por semana	R\$ 102,00
Dança Bem Viver – 2 X por semana	R\$ 135,00
<u>Beach Tennis</u>	
(Esta aula não está sujeita a desconto e nem contabiliza na contagem da quantidade de modalidades do aluno para aplicação de qualquer desconto).	
Escolinha (6) – 1x por semana	R\$ 135,00
Escolinha (6) – 2x por semana	R\$ 220,00
Aula Grupo (4) 1x por semana	R\$ 135,00
Aula Grupo (4) 2x por semana	R\$ 220,00
<u>Jiu Jitsu</u>	
(Esta aula não está sujeita a desconto e nem contabiliza na contagem da quantidade de modalidades do aluno para aplicação de qualquer desconto).	
Jiu Jitsu 2x por semana 1 hora	R\$ 135,00
<u>Squash</u>	
(Esta aula não está sujeita a desconto e nem contabiliza na contagem da quantidade de modalidades do aluno para aplicação de qualquer desconto).	
Squash (particular) 1x por semana ½ hora	R\$ 135,00
Squash (treinamento) 1 x por semana 1 hora - individual	R\$ 620,00
Squash (treinamento) 1 x por semana 1 hora – dupla	R\$ 406,00
Squash (treinamento) 1 x por semana 1 hora – trio	R\$ 271,00
<u>Natação/Fitness Aquático</u>	
(Estas aulas não estão sujeitas a descontos e nem contabilizam na contagem da quantidade de modalidades do aluno para aplicação de qualquer desconto).	
Treinamento – Infantil e Flex Time II – 6x por semana	R\$ 250,00
Pré-Treino Infantil e Natação Flex Time Adulto I – 3 x por semana	R\$ 215,00
Natação Aperfeiçoamento II – 2 x por semana	R\$ 169,00
Natação Bebê e Infantil – 1 x por semana	R\$ 102,00
Natação acima de 65 anos – 1 x por semana	R\$ 102,00
Natação/Fitness Aquático (Hidro/Deep/Hidro Bem Viver/Water Bike) – 1X por semana	R\$ 102,00



# VALORES DAS ATIVIDADES

## Tênis

(Estas aulas não estão sujeitas a descontos e nem contabilizam na contagem da quantidade de modalidades do aluno para aplicação de qualquer desconto).

Mini tênis	R\$ 135,00
Escolinha	R\$ 165,00
Tênis Teens	R\$ 265,00
Tênis Treinamento Competitivo – CBT/FPT/ITF/KIDS – 3 x por semana	R\$ 550,00
Treinamento feminino e masculino adulto – 1x por semana	R\$ 220,00
Treinamento feminino e masculino adulto – 2x por semana	R\$ 440,00
Aula particular Sat/Sat Competitivo/Sat Escolinha – individual – 1 hora	R\$ 630,00
Aula particular Sat/Sat Competitivo/Sat Escolinha – individual – 1/2 hora	R\$ 310,00
Aula particular Sat/Sat Competitivo/Sat Escolinha – duplas – 1 hora	R\$ 375,00
Aula particular Sat – duplas – ½ hora	R\$ 175,00
Aula particular Sat/Sat Competitivo/Sat Escolinha – grupo (03 ou 04) – 1 hora	R\$ 220,00
Aula particular Sat/Sat Competitivo/Sat Escolinha – grupo (03 ou 04) – 1 ½ hora	R\$ 340,00
Aula particular Sat/Sat Competitivo/Sat Escolinha – grupo (03 ou 04) – 2 horas	R\$ 440,00
Aula particular Sat – grupo (03 ou 04) – 1/2 hora	R\$ 115,00
Sat Preparo Físico – Individual	R\$ 415,00
Sat Preparo Físico – Dupla	R\$ 250,00
Sat Preparo Físico – Grupo Competitivo (03 ou 04)	R\$ 165,00
Sat Preparo Físico Adulto – Grupo (6 a 8)	R\$ 165,00
Sat Pré equipe	R\$ 200,00
Cit – Curso de iniciação de adulto	R\$ 275,00



# VALORES DAS ATIVIDADES

## ESCOLA: Equitação /Baby Class

Obs.: familiar (mesmo título) regularmente matriculados, desconto de 25% na mensalidade das duas.

1 x por semana - sócio	R\$ 550,00
2 x por semana - sócio	R\$ 765,00
3 x por semana - sócio	R\$ 1.040,00
Matricula - Convidado	R\$ 800,00
1 x por semana - convidado	R\$ 850,00
2 x por semana - convidado	R\$ 1.215,50

Departamento de Cultura – Aulas de Idiomas	
Aulas de Espanhol e Italiano	R\$150,00
Coral	Isento
Grupo de Oração	Isento
Kid Space	R\$ 150,00
Memória em Movimento e Rastreo Cognitivo	R\$370,00

Sauna	
Pacote da sauna (20 a 19 ) de cada mês	R\$ 190,00
Socio por sauna	R\$ 22,00
Convidado (tem que tirar o convite do dia livre)	R\$ 90,00
Massagem meia hora socio (marcar o horario na chegada )	R\$ 60,00
Massagem meia hora convidado (marcar o horario na chegada )	R\$ 85,00

Vestiário da Piscina: Aluguel de toalhas: R\$ 12,00 Caso não faça a devolução: R\$ 80,00



# GRADE HORÁRIA

## Atividades Especiais

Agendamento de entrevista no Departamento SAA				
Idade	Dia	Horário	Local	Professor
A partir de 14 anos	2ª, 4ª e 6ª	11:00 as 18:30	Academia de Musculação	Erika/Rafael
	3ª e 5ª	15:00 as 17:00		

## Badminton

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor	
A partir de 07 anos	Escolinha	3ª e 5ª	09:00 às 10:00	Ginásio II	Luis	
		3ª e 5ª	16:30 às 17:30	Ginásio II	Gustavo e Luis	
		3ª e 5ª	17:30 às 18:30	Ginásio II	Gustavo e Luis	
A partir de 10 anos	Treinamento Jovens Mediante Teste	3ª e 5ª	10:00 às 11:00	Ginásio II	Luis	
			18:30 às 20:00	Ginásio II	Gustavo e Luis	
		2ª e 4ª	20:00 às 22:00	Ginásio I	Luis	
			6ª	10:00 às 11:30	Ginásio II	Luis
				16:30 às 18:30	Ginásio II	Luis
A partir de 18 anos	Iniciação Seniors	2ª e 5ª	20:00 às 22:00	Ginásio I	Gustavo e Luis	
A partir de 07 anos	Rachão	2ª e 5ª	20:00 as 22:00	Ginásio I		
		Sábado	16:00 às 20:00			



## Basquetebol

Idade/Ano	Categoria	Dia	Local	Dia	Local	Horário	Professor(a)
2014 a 2019	Iniciantes - 06 a 11 anos (Misto)	2 <sup>a</sup> 4 <sup>a</sup> 3 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup>	Q. Externa 1 Ginásio 1 Ginásio 1			17:00 às 18:00 17:30 às 18:30 18:00 às 19:00	Marcos
2013 e 2014	Sub 12 - 11 e 12 anos	2 <sup>a</sup> 3 <sup>a</sup> , 4 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup>	Ginásio 2 Q. Externa			18:30 às 20:00 17:00 às 18:30	PiSérgio
2012	Sub 13 - 13 anos	2 <sup>a</sup> 3 <sup>a</sup> , 4 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup>	Ginásio 2 Q. Externa			18:30 às 20:00 17:00 às 18:30	Marcos
2011	Sub 14 - 14 anos	2 <sup>a</sup> 3 <sup>a</sup> , 4 <sup>a</sup> e 6 <sup>a</sup>	Q. Externa Q. Externa/G. 1 e 2			18:00 às 19:30 18:30 às 20:00	Marcos
2010	Sub 15 - 15 anos	2 <sup>a</sup> 3 <sup>a</sup> , 4 <sup>a</sup> e 6 <sup>a</sup>	Q. Externa/G.1 Q. Externa 1			17:00 às 18:30 17:00 às 19:00	Rincon
2009	Sub 16 - 16 anos	3 <sup>a</sup> 4 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup>	Q. Externa 1			18:30 às 20:00	Rincon
2007 e 2008	Sub 17/18 - 16 e 17 anos	2 <sup>a</sup> , 4 <sup>a</sup> e 6 <sup>a</sup>	Q. Externa/ Ginásio 1 e 2	5 <sup>a</sup>	Q. Externa 2	18:30 às 20:00 17:00 às 18:00	PiSérgio

Obs: Em caso de chuva, os horários estão sujeitos a alterações. Consultar o Professor responsável.

## Rachões

Dia	Horário	Local
3 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup>	20:00 às 22:00	Ginásio de Esportes 2
Sábado	16:00 às 20:00	Ginásio de Esportes 2
Domingo	09:00 às 12:00	Quadras externas 1 e 2 - Ginásio 2 (em caso de chuva)



## Beach Tennis

Idade/Ano	Dia	Horário	Local	Professor
A partir de 6 anos completos	2ª a 6ª Lista de espera	07:00 às 12:00	Quadras de areias	Anderson/Ilan/Jhannes/ Pedro/Lucas/Matheus
		14:00 às 20:00		

## Grupo de Corrida

Idade/Ano	Dias	Horário	Local	Professor
A partir de 14 anos completos	2ª e 4ª	18:30 às 20:00	Pista de Cooper	Paulo
	3ª e 6ª	07:00 às 08:30		

## Dança para o Bem Viver

Idade/Ano	Dias	Horário	Local	Professor
A partir de 65 anos	4ª e 6ª	11:00 às 12:00	Sala 04 – Prédio Multiuso	Nina/Hiago
A partir de 65 anos	6ª	11:00 às 12:00	Sala 04 – Prédio Multiuso	Nina/Hiago



## Dança Ballet Clássico

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
03 anos	Baby Class	2ª e 4ª	15:00 às 15:40	Sala 5 Multiuso	Priscila Scalabrin
		3ª e 5ª	10:00 às 10:40	Sala 5 Multiuso	Thais
		3ª e 5ª	15:00 às 15:40	Sala 5 Multiuso	Thais
04 e 05 anos	Iniciação I	2ª e 4ª	10:00 às 10:50	Sala 5 Multiuso	Thais
		2ª e 4ª	15:00 às 15:50	Sala 4 Multiuso	Mayara
		3ª e 5ª	15:00 às 15:50	Sala 3 Multiuso	Mayara
		3ª e 5ª	16:00 às 16:50	Sala 5 Multiuso	Thais
06 e 07 anos	Iniciação II	2ª e 4ª	09:00 às 09:50	Sala 5 Multiuso	Thais
		2ª e 4ª	16:00 às 16:50	Sala 5 Multiuso	Priscila Scalabrin
		2ª e 4ª	17:00 às 17:50	Sala 5 Multiuso	Nina
		3ª e 5ª	16:00 às 16:50	Sala 3 Multiuso	Ana Luiza
		3ª e 5ª	17:00 às 17:50	Sala 3 Multiuso	Thais
		3ª e 5ª	17:00 às 17:50	Sala 5 Multiuso	Ana Luiza
08 e 09 anos	1º ano	3ª e 5ª	18:00 às 18:55	Sala 3 Multiuso	Ana Luiza
10 e 11 anos	2º ano	3ª e 5ª	18:00 às 18:55	Sala 4 Multiuso	Thais
12 e 13 anos	3º ano	2ª e 4ª	09:00 às 09:55	Sala 4 Multiuso	Nina
		2ª e 4ª	18:00 às 18:55	Sala 4 Multiuso	Thais
11 a 14 anos	4º ano * - (c/ experiência)	2ª e 4ª	17:00 às 17:55	Sala 4 Multiuso	Ana Luiza
A partir de 12 anos	5º ano *- (c/ experiência)	2ª e 4ª	18:00 às 19:25	Sala 5 Multiuso	Nina
		3ª e 5ª	16:30 às 18:00	Sala 6 Multiuso	Nina
A partir de 13 anos	6º ano * - (c/experiência)	2ª e 4ª	15:30 às 16:55	Sala 4 Multiuso	Ana Luiza
A partir de 16 anos	Intermediário * - (c/ experiência)	3ª e 5ª	18:00 às 19:30	Sala 6 Multiuso	Nina
A partir de 18 anos	Avançado * - (c/ experiência)	2ª e 4ª	19:30 às 20:55	Sala 6 Multiuso	Ana Luiza
	Avançado *- (c/ experiência)	3ª e 6ª	10:00 às 11:25	Sala 6 Multiuso	Felipe / Ana Luiza
A partir de 18 anos	Adulto Iniciante I	3ª e 5ª	09:00 às 09:55	Sala 4 Multiuso	Thais
	Adulto Iniciante II*	2ª e 4ª	18:00 às 19:25	Sala 6 Multiuso	Ana Luiza
	Adulto Intermediário*	2ª e 4ª	07:30 às 08:55	Sala 6 Multiuso	Nina
		6ª	18:30 às 19:55	Sala 6 Multiuso	Felipe
A partir de 18 anos	Ponta Adulto/Iniciante**	3ª	07:30 às 08:25	Sala 5 Multiuso	Ana Luiza
A partir de 11 anos	Pré Pontas I**	6ª	14:30 às 15:25	Sala 5 Multiuso	
A partir de 12 anos	Pontas II**	6ª	16:30 às 17:25		
A partir de 13 anos	Pontas III**	6ª	15:30 às 16:25		
A partir de 11 anos	Pré Ponta **	6ª	17:30 às 18:25		
*Mediante a teste					
**Somente para alunas já inscritas nas turmas de ballet e convidadas pelas professoras..					



## Contemporâneo

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
A partir de 18 anos	Adulto Iniciante	3ª e 5ª	07:30 às 08:55	Sala 6 Multiuso	Nina
A partir de 18 anos	Adulto Iniciante	3ª e 5ª	09:00 às 10:30	Sala 6 Multiuso	Nina
A partir de 12 anos	Iniciante	3ª e 5ª	16:00 às 16:55	Sala 4 Multiuso	Priscila Scalabrin
A partir de 16 anos	Intermediário*	3ª e 5ª	18:00 às 19:25	Sala 2 Multiuso	Priscila Scalabrin
A partir de 18 anos	Avançado*	3ª e 5ª	19:30 às 20:55	Sala 6 Multiuso	Priscila Scalabrin

## Danças Urbanas

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
08 a 11 anos	Infantil	2ª e 4ª	17:00 às 17:55	Sala 3 Multiuso	Negrexco
12 a 15 anos	Juvenil	2ª e 4ª	18:00 às 18:55	Sala 3 Multiuso	Hiago
A partir de 15 anos	Intermediário /Avançado*	2ª e 4ª	19:00 às 19:55	Sala 4 Multiuso	Hiago
A partir de 18 anos	Adulto Iniciante	2ª e 4ª	20:00 às 20:55	Sala 4 Multiuso	Negrexco

## Jazz

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
A partir de 18 anos	Jazz Musical Adulto Iniciante	2ª e 4ª	08:00 às 08:55	Sala 4 Multiuso	Priscila Soares
A partir de 18 anos	Jazz Musical Adulto Intermediário*	2ª e 4ª	10:00 às 10:55	Sala 6 Multiuso	
12 a 15 anos	Jazz Musical Juvenil*	2ª e 4ª	16:00 às 16:55	Sala 3 Multiuso	
08 a 11 anos	Jazz Musical Infantil	2ª e 4ª	16:00 às 16:55	Sala 4 Multiuso	Mayara
A partir de 16 anos	Jazz Musical Intermediário/Avançado*	2ª e 4ª	20:00 às 20:55	Sala 3 Multiuso	Priscila Soares
09 a 13 anos	Jazz Dance Infantil/Iniciante	3ª e 5ª	17:00 às 17:55	Sala 4 Multiuso	Priscila Scalabrin

## Sapateado

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
A partir de 18 anos	Tap Adulto*	2ª e 4ª	09:00 às 09:55	Sala 2 Multiuso	Priscila Soares
08 a 11 anos	Tap Infantil	2ª e 4ª	17:00 às 17:55	Sala 2 Multiuso	
12 a 15 anos	Tap Juvenil*	2ª e 4ª	18:00 às 18:55	Sala 2 Multiuso	
A partir de 16 anos	Americano Intermediário*	2ª e 4ª	19:00 às 19:55	Sala 2 Multiuso	
A partir de 18 anos	Tap Adulto Adulto Iniciante	3ª e 5ª	17:00 às 17:55	Sala 2 Multiuso	
A partir de 16 anos	Americano Avançado*	3ª e 5ª	18:00 às 19:00	Sala 2 Multiuso	

\* Mediane teste



## Tecido Acrobático

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
A partir de 14 anos	Juvenil*	3ª e 5ª	18:00 às 18:50	Ginásio 1	Rafaela
A partir de 15 anos	Juvenil/Adulto*	3ª e 5ª	19:00 às 19:50	Ginásio 1	
A partir de 16 anos	Adulto Iniciante	3ª e 5ª	20:00 às 20:50	Ginásio 1	
10 a 13 anos	Iniciação I	6ª	15:00 às 15:50	Ginásio 1	
12 a 14 anos	Juvenil I	6ª	16:00 às 16:50	Ginásio 1	
A partir de 14 anos	Juvenil II	6ª	17:00 às 17:50	Ginásio 1	
A partir de 16 anos	Iniciação I	6ª	14:00 às 14:50	Ginásio 1	

\* Mediante teste

## Circo

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
03 e 04 anos	Infantil – Misto	3ª	15:00 às 15:40	Sala 4 Multiuso	Rafaela
05 e 06 anos	Infantil – Misto	5ª	15:00 às 15:50	Sala 4 Multiuso	
04 a 06 anos	Infantil - Misto	6ª	10:00 às 10:50	Sala 4 Multiuso	

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
7:00	MOBILIDADE Prof. Fernanda	TREINAMENTO FUNCIONAL Prof. André	MOBILIDADE Prof. Fernanda	TREINAMENTO FUNCIONAL Prof. André	MOBILIDADE Prof. Fernanda	
8:00	TREINAMENTO FUNCIONAL Prof. Fernanda	FUNCIONAL POSTURAL Prof. Fernanda	TREINAMENTO FUNCIONAL Prof. Fernanda	FUNCIONAL POSTURAL Prof. Fernanda	CONDIC/ STEP 45' Prof. Fernanda	
8:00	CORE (sala de bike) 45" Prof. Manuella		CORE (sala de bike) 45" Prof. Manuella		DANCE HITS BEM VIVER (PRÉDIO MULTIUSO) Prof. Polyana	
9:00	DANCE HITS Prof. Thaly/Poly	METABÓLICO AREIA - Prof. Polyana, André	DANCE HITS Prof. Thaly/Poly	METABÓLICO AREIA - Prof. André, Polyana	DANCE HITS Prof. Thaly/Poly	MOBILIDADE 30' Prof. Manu/Poly
9:00	GINÁSTICA HOLÍSTICA (PRÉDIO MULTIUSO) Prof. Fabiana	POSTURAL (MULTIUSO) Prof. Fabiana	GINÁSTICA HOLÍSTICA (PRÉDIO MULTIUSO) Prof. Fabiana	POSTURAL (MULTIUSO) Prof. Fabiana	GINÁSTICA HOLÍSTICA (PRÉDIO MULTIUSO) Prof. Fabiana	DANCE HITS (09h30) Prof. Hiago/Poly
10:00		INICIAÇÃO BEM VIVER (MULTIUSO) Prof. Fabiana		INICIAÇÃO BEM VIVER (MULTIUSO) Prof. Fabiana		
10:00	TREINAMENTO FUNCIONAL Prof. Thalyta	MOBILIDADE Prof. Fernanda	TREINAMENTO FUNCIONAL Prof. Thalyta	MOBILIDADE Prof. Fernanda	TREINAMENTO FUNCIONAL Prof. Thalyta	
10:00	CIRCUITO BEM VIVER (PRÉDIO MULTIUSO) Prof. Fabiana				CIRCUITO BEM VIVER (PRÉDIO MULTIUSO) Prof. Fabiana	
11:00		CORE TRAINING 30' Prof. Polyana		CORE TRAINING 30' Prof. Polyana	CORE E MOBILIDADE 45" Prof. Polyana	
11:15		GINÁSTICA HOLÍSTICA Multiuso - Fabiana		GINÁSTICA HOLÍSTICA Multiuso - Fabiana		

HORÁRIO

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

15:00

GINÁSTICA  
HOLÍSTICA  
Prof. Fabiana

GINÁSTICA  
HOLÍSTICA  
Prof. Fabiana

16:00

DANCE HITS  
Prof. Renan

DANCE HITS  
Prof. Renan

17:00

TREINO DE  
FORÇA  
Prof. Manuella

MOBILIDADE  
Prof. Manuella

TREINO DE  
FORÇA  
Prof. Manuella

MOBILIDADE/  
Prof. Manuella

18:00

CORE+MOBILIDADE  
Prof. Manuella

DANCE HITS  
Prof. Thalyta

CORE+MOBILIDADE  
Prof. Manuella

DANCE HITS  
Prof. Poly

19:00

TREINAMENTO  
FUNCIONAL  
Prof. André

TREINO DE  
FORÇA  
Prof. Polyana

TREINAMENTO  
FUNCIONAL  
Prof. André

TREINO DE  
FORÇA  
Prof. Polyana

20:00

RELAX TIME  
30'  
Prof. André

RELAX TIME  
30'  
Prof. André

HORÁRIO

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

7:00

BIKE  
Prof. Polyana

BIKE  
Prof. Polyana

BIKE  
Prof. Manuella

8:00

BIKE  
Prof. André

BIKE  
Prof. André

9:15

BIKE 45'  
Prof. Manuella

BIKE 45'  
Prof. Manuella

BIKE 45'  
Prof. Manuella

9:30

BIKE 60'  
Prof.  
Manuella/Poly

10:00

10:15

BIKE 45'  
Prof. Thaly/Poly

BIKE BEM  
VIVER  
Prof. Fabiana

BIKE 45'  
Prof. Poly/Thaly

18:00

BIKE 60'  
Prof. Manu/  
Poly

BIKE 60'  
Prof. Manu

19:00

BIKE  
Prof. Polyana

BIKE  
Prof. Polyana



## Futebol

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
2020/2021 (04 anos completos)	SUB-05 Turma Mista	4ª e 6ª 3ª e 5ª 3ª e 5ª	09:30 às 10:15 15:30 às 16:15 16:30 às 17:15	Campo 05 – Sintético	Caio Matheus Caio
2018/2019	SUB-07 Turma Mista	3ª e 5ª	08:30 às 09:30	Campo 03 e 04	Caio/Matheus
2019	SUB-07 Turma Mista	3ª e 5ª	15:30 às 16:30	Campo 01 e 02	Edros
2018	SUB-07 Turma Mista	3ª e 5ª	15:30 às 16:30	Campo 03 e 04	Ricardo (Kaka)
2016/2017	SUB-09 Turma Mista	3ª e 5ª	09:30 às 10:30	Campo 01 e 02	Matheus
	SUB-09 Turma Mista	3ª e 5ª	16:30 às 17:30		Ricardo (Kaka)
	SUB-09 Turma Mista	3ª e 5ª	16:30 às 17:30		Matheus
2012/2013/2014/2015	SUB-11 E SUB. 13	3ª e 5ª	09:00 às 10:30	Campo 03 e 04	Caio
2014/2015	SUB-11	2ª e 4ª	15:30 às 17:30		Caio/Matheus
2012/2013	SUB-13	2ª e 4ª	17:30 às 19:30		Ricardo (Kaka)/Lucas
2010/2011	SUB-15	3ª e 5ª	17:30 às 19:30		Caio
		3ª e 5ª	17:30 às 19:30		Matheus
2007/2008/2009	SUB-17	3ª e 5ª	17:30 às 19:30		Ricardo (Kaka)
a partir de 08 anos	Feminino	2ª e 4ª	17:30 às 19:30		Caio/Matheus

**Rachão – a partir de 16 anos**

**Obs: Nos períodos de Campeonato Interno de Março a Junho e de Agosto a Novembro não terá rachão**

Dia	Horário	Local
3ª, 4ª e 5ª	19:00	Campos 01 e 02
Sábado	10:00 (sorteio seg.jogo)	
Domingo	08:30 (sorteio seg.jogo)	



## Funcional Soccer

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
A partir de 18 anos	Adulto / Veterano	2ª e 4ª	19:30 às 21:00	Campo 05 (Grama Sintética)	Caio Pinheiro
		3ª e 5ª	07:00 às 08:20	Campo 05 (Grama Sintética)	Lucas

## Futsal

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
De 07 a 09 anos	SUB-09 (Misto)	5ª 6ª	18:30 às 20:00 18:00 às 19:30	Quadra de Hockey	Roberto (Dicá)
10 a 12 anos	SUB-11 e SUB. 12	3ª e 6ª	3ª - 18:30 às 20:00 6ª - 18:00 às 19:30		
De 12 a 15 anos	SUB-13 e SUB-15	3ª e 5ª 6ª	16:00 às 17:00 16:00 às 18:00		

## Futevôlei

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
A partir de 14 anos	Iniciantes - Misto	2ª e 4ª	19:00 às 20:30	Quadras de Futevôlei	Gustavo/ Edros
	Iniciantes - Misto	2ª e 4ª	20:30 às 21:30		
	Avançado* - Misto	3ª e 5ª	17:30 às 18:30		
	Intermediário II* - Misto Intermediário I* - Misto	3ª e 5ª	18:30 às 19:30 19:00 às 20:30		

\* Mediante teste



## Ginástica Artística

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
De 06 a 08 anos	Escolinha I (2017/2018/2019)	4ª e 6ª	09:00* às 09:50	Ginásio I	Júlia/Stella Wagner
		3ª e 5ª	10:00* às 10:50		
		3ª e 5ª	14:00* às 14:50		
		2ª e 4ª	15:00* às 15:50		
De 06 a 12 anos	Escolinha Masculina (2013 a 2019)	3ª e 5ª	14:00* às 14:50		
De 09 a 12 anos	Escolinha II – Mista (2013/2016)	3ª e 5ª	15:00* às 15:50		
		2ª e 4ª	18:00* às 18:50		
De 06 a 12 anos	Pré - Treinamento	3ª, 4ª e 6ª	10:00** às 10:50		
De 06 a 12 anos	Treinamento (mediante convocação das professoras)	3ª e 5ª	16:00 às 17:50		
		2ª e 4ª	17:00 às 17:50		

## Ginástica Natural

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
De 03 a 05 anos (03 anos completos)	Escolinha Mista (2020/2021/2022)	3ª e 5ª	09:00 às 09:50	Ginásio I	Júlia/Stella
		2ª e 4ª	16:00 às 16:50		

## Ginástica Rítmica

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
De 05 a 07 anos	Nível I	2ª e 4ª	15:30 às 16:30	Ginásio I	Adriana/ Silvia
		3ª e 5ª	14:30 às 15:30		
De 05 a 09 anos	Nível I e II	2ª e 6ª	10:00 às 11:00	Ginásio I	Adriana/ Silvia
		3ª e 5ª	14:30 às 15:30		
De 07 a 09 anos	Nível II	2ª e 4ª	16:30 às 17:30	Ginásio I	Adriana/ Silvia
Acima de 09 anos	Nível III	2ª e 4ª	14:30 às 15:30		
		2ª e 4ª	16:30 às 17:30		
		2ª e 6ª	09:00 às 10:00		
Acima de 09 anos	Nível IV	3ª e 5ª	17:00 às 18:00	Ginásio I	Adriana/ Silvia
Acima de 09 anos**	Grupo Intermediário	3ª e 5ª	17:00 às 18:00		
A partir de 09 anos**	Equipe Infanto-Juvenil	3ª e 5ª	15:30 às 17:00		

\*\*Mediante teste



## Hockey

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
De 06 a 12anos	SUB-10/12 (Misto)	2ª e 4ª	18:30 às 20:30	Quadra de Hockey	Fifo (Luis)/Edros
De 13 a 17 anos	SUB-14/16 (Misto)	3ª e 5ª	17:00 às 18:30		
A partir de 15 anos	Junior/Adulto (Misto)	3ª e 5ª	20:00 às 22:00		

## Patinação

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
De 05 a 10 anos	Misto	2ª e 4ª	16:00 às 17:15	Quadra de Hockey	Fifo (Luis)/Edros
De 11 a 14 anos	Misto	2ª e 4ª	17:15 às 18:30		

## Karatê

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
07 a 14 anos	Turma Mista	2ª e 4ª	10:00 às 11:00	Sala 10 Multiuso	Léo
			14:30 às 15:30		
		15:30 às 16:30			
		3ª e 5ª	14:30 às 15:30		
			15:30 às 16:30		
Acima de 15 anos 07 a 14 anos (mediante autorização professor)		2ª e 4ª	17:00 às 18:00		



## Jiu Jitsu

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor12
De 12 a 15 anos	Turma Mista	2ª e 4ª	18h30 às 19h30	Sala 10 Multiuso	Miraue
Acima de 16 anos	Turma Mista	2ª e 4ª	19h30 às 20h30		
			20h30 às 21h30		

## Muay Thai

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
Acima de 14 anos	Turma Mista	3ª e 5ª	07h30 às 09h00	Sala 10 Multiuso	André / Sarah
		3ª e 5ª	16h30 às 17h40		André /Sarah
		3ª e 5ª	17h40 às 18h50		
		3ª e 5ª	18h50 às 20h00		
		3ª e 5ª	20h00 às 21h30		

## Musculação

Idade	Dia	Horário	Local
13 anos completos	2ª a 6ª	06:00 às 22:00	Prédio da Academia
	Sábado	07:00 às 18:00	
	Domingo e Feriado	07:00 às 15h00	



## Natação Adulto – A partir de 15 anos

Dia	Horário	Local	Professor
2ª e 4ª	06:15* às 07:00	Centro de Hidroginástica	Eduardo
2ª e 4ª	07:00* às 07:45	Centro de Hidroginástica	Eduardo
2ª e 4ª	07:45* às 08:30	Centro de Hidroginástica	Paula
2ª e 4ª	11:30* às 12:15	Centro de Hidroginástica	Gabriela
2ª e 4ª	12:15* às 13:00	Centro de Hidroginástica	Paula
2ª e 4ª	18:30* às 19:15	Centro de Hidroginástica	Daiane
2ª e 4ª	19:15* às 20:00	Centro de Hidroginástica	Lais
2ª e 4ª	20:00* às 20:45	Centro de Hidroginástica	Daiane
3ª e 5ª	06:15* às 07:00	Centro de Hidroginástica	Eduardo
3ª e 5ª	07:00* às 07:45	Centro de Hidroginástica	Eduardo
3ª e 5ª	08:30* às 09:15	Centro de Hidroginástica	Eduardo
3ª e 5ª	11:30* às 12:15	Centro de Hidroginástica	Paula
3ª e 5ª	19:15* às 20:00	Centro de Hidroginástica	Lais
3ª e 5ª	20:00* às 20:45	Centro de Hidroginástica	Lais
6ª	07:00* às 07:45	Centro de Hidroginástica	Gabriela
6ª	07:45* às 08:30	Centro de Hidroginástica	Beatriz
6ª	11:00* às 11:45	Centro de Hidroginástica	Gabriela

\* Lista de espera

## Natação Adulto para Iniciantes – A partir de 18 anos

Dia	Horário	Local	Professor
2ª e 4ª	19:15* às 20:00	Centro de Hidroginástica	Daiane
3ª e 5ª	07:45* às 08:30	Centro de Hidroginástica	Paula

\* Lista de espera



## Natação Piscina Semiolímpica aberta

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
A partir de 12 anos 1h30	Pré Treino**	2ª a 5ª	16:30** às 18:00	Piscina Semiolímpica (aberta)	Ivan
De 12 a 14 anos	Pré Treino**	2ª a 6ª	09:00** às 10:30		Natalia
A partir de 14 anos	Treino**	2ª a 6ª	16:00** às 18:00		Natalia
A partir 15 anos (Adulto)	Natação Flex Time II**	2ª a 6ª	06:00** às 09:00		Gabriela
		2ª a 6ª	11:00** às 13:30		Ivan/Natalia
		2ª a 5ª	18:00** às 20:00		Ivan/Damaris
		6ª	17:00** às 19:00		Ivan/Ricardo
		Sábado Treino Extra	06:30** às 09:00		Ivan/Ricardo
A partir 15 anos (Adulto)	Natação Flex Time I*	2ª a 6ª	06:00* às 09:00		Gabriela
		2ª a 6ª	11:00* às 13:30		Ivan/Natalia
		2ª a 5ª	18:00* às 20:00		Ivan/Ricardo
		6ª	17:00* às 19:00		Ivan/Ricardo

\*\* Mediante teste \* Lista de espera



## Natação Bebê

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
6 meses a 01 ano	Bebê I Duração 30' 1 X semana	3ª	11:00* às 11:30	Centro de Hidroginástica	Beatriz
		5ª	14:00* às 14:30		Damaris/Ciça
		5ª	18:00* às 18:30		Damaris/Lais
		6ª	09:45* às 10:15		Julia
		6ª	14:00* às 14:30		Lais
		Sábado	09:30* às 10:00		Lais
		Sábado	10:00* às 10:30		Damaris
		02 anos	Bebê II Duração 30' 1 X semana		2ª
3ª	14:00* às 14:30			Damaris/Ciça	
3ª	18:00* às 18:30			Damaris/Lais	
4ª	17:15* às 17:45			Daiane	
5ª	11:00* às 11:30			Beatriz	
6ª	10:15* às 10:45			Julia	
Sábado	10:30* às 11:00			Damaris	
Sábado	11:00* às 11:30			Lais	

**\*Lista de espera**

Regras específicas do grupo - A criança só fará aula com a presença de um dos pais dentro d'água e deverá usar fralda de gel de piscina.



## Natação Infantil

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
A partir de 03 anos Nível I Duração 30'		2ª e 4ª	08:30* às 09:00	Centro de Hidroginástica	Paula/Beatriz
		2ª e 4ª	10:45* às 11:15	Centro de Hidroginástica	Paula
		2ª e 4ª	14:00* às 14:30	Centro de Hidroginástica	Damaris
		2ª e 4ª	14:30* às 15:00	Centro de Hidroginástica	Paula
		2ª e 4ª	15:45* às 16:15	Centro de Hidroginástica	Paula
		2ª e 4ª	16:15* às 16:45	Centro de Hidroginástica	Izamara
		2ª e 4ª	16:45* às 17:15	Centro de Hidroginástica	Damaris
		3ª e 5ª	09:30* às 10:00	Centro de Hidroginástica	Paula
		3ª e 5ª	10:30* às 11:00	Centro de Hidroginástica	Beatriz
		3ª e 5ª	14:30* às 15:00	Centro de Hidroginástica	Damaris/Ciça
		3ª e 5ª	15:00* às 15:30	Centro de Hidroginástica	Damaris/Ciça
		3ª e 5ª	15:30* às 16:00	Centro de Hidroginástica	Eduardo/Beatriz
		3ª e 5ª	16:00* às 16:30	Centro de Hidroginástica	Beatriz/Izamara
		3ª e 5ª	16:30* às 17:00	Centro de Hidroginástica	Damaris
		3ª e 5ª	17:00* às 17:30	Centro de Hidroginástica	Lais/Damaris
		3ª e 5ª	17:30* às 18:00	Centro de Hidroginástica	Lais/Damaris
		3ª e 5ª	18:30* às 19:00	Centro de Hidroginástica	Damaris
		6ª	09:15* às 09:45	Centro de Hidroginástica	Julia
		6ª	16:00 às *16:30	Centro de Hidroginástica	Lais
		6ª	16:30 às *17:00	Centro de Hidroginástica	Lais
		Sábado	08:30* às 09:00	Centro de Hidroginástica	Daiane/Lais
		Sábado	09:00*às 09:30	Centro de Hidroginástica	Daiane/Lais
		Sábado	11:30* às 12:00	Centro de Hidroginástica	Daiane/Damaris

\* Lista de espera



## Natação Infantil

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
A partir de 06 anos Nível II Duração 45'		2ª e 4ª	09:45* às 10:30	Centro de Hidroginástica	Izamara
		2ª e 4ª	14:30* às 15:15	Centro de Hidroginástica	Damaris/Izamara
		2ª e 4ª	15:15* às 16:00	Centro de Hidroginástica	Damaris/Eduardo
		2ª e 4ª	16:00* às 16:45	Centro de Hidroginástica	Lais
		2ª e 4ª	16:45* às 17:15	Centro de Hidroginástica	Izamara
		3ª e 5ª	09:15* às 10:00	Centro de Hidroginástica	Izamara
		3ª e 5ª	14:00* às 14:45	Centro de Hidroginástica	Eduardo/Izamara
		3ª e 5ª	14:45* às 15:30	Centro de Hidroginástica	Izamara
		3ª e 5ª	16:15* às 17:00	Centro de Hidroginástica	Izamara
		6ª	08:30* às 09:15	Centro de Hidroginástica	Julia
		6ª	14:30* às 15:15	Centro de Hidroginástica	Lais
		6ª	15:00* às 15:45	Centro de Hidroginástica	Damaris
		Sábado	10:00* às 10:45	Centro de Hidroginástica	Lais

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
De 08 a 09 anos Nível III Duração 45'		2ª e 4ª	10:00* às 10:45	Centro de Hidroginástica	Eduardo
		2ª e 4ª	15:15* às 16:00	Centro de Hidroginástica	Izamara
		2ª e 4ª	16:45* às 17:30	Centro de Hidroginástica	Lais
		3ª e 5ª	15:30* às 16:15	Centro de Hidroginástica	Ciça
		3ª e 5ª	17:45* às 18:30	Centro de Hidroginástica	Beatriz
		6ª	10:15* às 11:00	Centro de Hidroginástica	Beatriz
		6ª	15:45* às 16:30	Centro de Hidroginástica	Damaris
		6ª	16:30* às 17:15	Centro de Hidroginástica	Daiane
		Sábado	09:00* às 09:45	Centro de Hidroginástica	Damaris

\* Lista de espera



## Natação Infantil

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
De 10 a 14 anos Aperfeiçoamento I  Duração 45'		2ª e 4ª	09h00* às 09:45	Semi Olímpica (aberta)	Gabriela
		2ª e 4ª	15:00* às 15:45	Semi Olímpica (aberta)	Natalia/Ricardo
		2ª e 4ª	16:00* às 16:45	Semi Olímpica (aberta)	Natalia
		2ª e 4ª	17:00* às 17:45	Semi Olímpica (aberta)	Natalia
		3ª e 5ª	09:00* às 09:45	Semi Olímpica (aberta)	Ricardo
		3ª e 5ª	15:00* às 15:45	Semi Olímpica (aberta)	Natalia/Ricardo
		3ª e 5ª	16:00* às 16:45	Semi Olímpica (aberta)	Natalia
		3ª e 5ª	17:00* às 17:45	Semi Olímpica (aberta)	Natalia
		6ª	09:00* às 09:45	Semi Olímpica (aberta)	Gabriela
		6ª	15:00* às 15:45	Semi Olímpica (aberta)	Ciça
		6ª	16:00* às 16:45	Semi Olímpica (aberta)	Ciça

## Deep

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
Acima de 15 anos	Turma Mista 45 min.	2ª e 4ª	09:15 às 10:00	Centro de Hidroginástica	Paula
		2ª e 4ª	09:15 às 10:00	Semi Olímpica (aberta)	Julia
		2ª e 4ª	10:00 às 10:45	Semi Olímpica (aberta)	Julia
		3ª e 5ª	07:45 às 08:30	Centro de Hidroginástica	Ciça/Eduardo
		3ª e 5ª	12:00 às 12:45	Semi Olímpica (aberta)	Beatriz
		3ª e 5ª	12:15 às 13:00	Centro de Hidroginástica	Paula
		3ª e 5ª	18:30 às 19:15	Centro de Hidroginástica	Beatriz

## Hidro/Deep

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
Acima de 15 anos	Turma Mista 45 min.	2ª e 4ª	10:45* às 11:30	Centro de Hidroginástica	Beatriz
		3ª e 5ª	09:15* às 10:00	Centro de Hidroginástica	Julia
		6ª	09:15* às 10:00	Centro de Hidroginástica	Beatriz

Inscrições de acordo com a capacidade da turma.



## Hidroginástica

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
Acima de 15 anos	Turma Mista 45 min.	2ª e 4ª	08:30 às 09:15	Centro de Hidroginástica	Eduardo
		2ª e 4ª	10:45 às 11:30	Centro de Hidroginástica	Beatriz
		2ª e 4ª	17:45 às 18:30	Centro de Hidroginástica	Lais
		3ª e 5ª	09:00 às 09:45	Semi Olímpica (aberta)	Ciça
		3ª e 5ª	10:00 às 10:45	Centro de Hidroginástica	Eduardo
		3ª e 5ª	10:45 às 11:30	Centro de Hidroginástica	Eduardo
		3ª e 5ª	17:00 às 17:45	Centro de Hidroginástica	Ciça

## Hidroginástica Bem Viver

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
Acima de 60 anos	Turma Mista 45 min	2ª e 4ª	07:45 às 08:30	Centro de Hidroginástica	Eduardo
		2ª e 4ª	11:30 às 12:15	Centro de Hidroginástica	Izamara
		3ª e 5ª	11:30 às 12:15	Centro de Hidroginástica	Ciça/Izamara
		3ª e 5ª	13:00 às 13:45	Centro de Hidroginástica	Eduardo
		6ª	07:45 às 08:30	Centro de Hidroginástica	Julia

## Acqua Power

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
Acima de 15 anos	Turma Mista 45 min	2ª e 4ª	07:00 às 07:45	Centro Hidroginástica	Beatriz
		2ª e 4ª	18:30 às 19:15		Lais
		3ª e 5ª	08:30 às 09:15		Beatriz
		6ª	12:15 às 13:00		Lais

## Water Bike

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
Acima de 15 anos	Turma Mista 45 min	2ª e 4ª	12:15 às 13:00	Centro Hidroginástica	Eduardo
		3ª e 5ª	07:00 às 07:45		Paula/Ciça
		3ª e 5ª	19:15 às 20:00		Daiane
		6ª	07:00 às 07:45		Beatriz



## Pilates

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
De 16 a 64 anos	Turma Mista	2ª e 4ª	07:30 às 08:30	Sala 9 Multiuso	Paulo
			07:30 às 08:30	Sala 7 Multiuso	Ana Paula
			08:30 às 09:30	Sala 7 Multiuso	Ana Paula
			10:30 às 11:30	Sala 7 Multiuso	Ana Paula
			15:00 às 16:00	Sala 9 Multiuso	Fabricio
			16:00 às 17:00	Sala 7 Multiuso	Cilene
			16:00 às 17h00	Sala 9 Multiuso	Fabricio
			17:00 às 18:00	Sala 7 Multiuso	Cilene
			17:30 às 18:30	Sala 9 Multiuso	Fabricio
			18:00 às 19:00	Sala 7 Multiuso	Cilene
			18:30 às 19:30	Sala 9 Multiuso	Fabricio
			19:00 às 20:00	Sala 7 Multiuso	Cilene
			19:30 às 20:30	Sala 9 Multiuso	Fabricio
		3ª e 5ª	07:00 às 08:00	Sala 7 Multiuso	Cilene
			07:00 às 08:00	Sala 9 Multiuso	Ana Paula
			08:00 às 09:00	Sala 7 Multiuso	Cilene
			09:00 às 10:00	Sala 7 Multiuso	Cilene
			09:00 às 10:00	Sala 9 Multiuso	Ana Paula
			10:00 às 11:00	Sala 7 Multiuso	Cilene
			10:00 às 11:00	Sala 9 Multiuso	Ana Paula
			16:00 às 17:00	Sala 7 Multiuso	Paulo
			16:00 às 17:00	Sala 9 Multiuso	Fabricio
			17:00 às 18:00	Sala 7 Multiuso	Paulo
			17:30 às 18:30	Sala 9 Multiuso	Fabricio
			18:00 às 19:00	Sala 7 Multiuso	Paulo
			18:30 às 19:30	Sala 9 Multiuso	Fabricio
		19:00 às 20:00	Sala 7 Multiuso	Paulo	
19:30 às 20:30	Sala 9 Multiuso	Fabricio			
Sábado	09:00 às 10:30	Sala 7 Multiuso	Fabricio		
	10:30 às 12:00	Sala 7 Multiuso	Fabricio		

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
Acima 65 anos	Básico	2ª e 4ª	09:30 às 10:30	Sala 7 Multiuso	Ana Paula
			15:00 às 16:00	Sala 7 Multiuso	Cilene
		3ª e 5ª	08:00 às 09:00	Sala 9 Multiuso	Ana Paula
			11:00 às 12:00	Sala 7 Multiuso	Cilene
			11:00 às 12:00	Sala 9 Multiuso	Ana Paula



## Pré-Esportes

Idade	Categoria	Dia	Horario	Local	Professor
03 a 06 anos	Turma Mista	2ª e 4ª	15:00* às 15:50	Em frente ao Kid Space	Lucas
		3ª e 5ª	16:00* às 16:50		Lucas
		3ª e 5ª	17:00* às 17:50		Lucas
		2ª e 4ª	16:00* às 16:50		Lucas
		3ª e 5ª	10:00* às 10:50		Adriana/Lucas
<b>Em caso de chuva:</b> Período da manhã as aulas acontecerão no Ginásio de Esportes I / Período da tarde as 2ª e 4ª e 3ª e 5ª na sala do prédio multiuso.					

## Squash

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
A partir de 07 anos	Escolinha/Adulto	2ª e 4ª	15:00 às 16:00	Ginásio II	Edros
		2ª e 4ª	16:00 às 17:00		
		2ª e 4ª	17:00 às 18:00		
		3ª e 5ª	07:00 às 08:00		
		3ª e 5ª	08:00 às 09:00		
		3ª e 5ª	09:00 às 10:00		
A partir de 18 anos	Adulto	3ª ou 4ª	18:00 às 18:30	Ginásio II	István
		3ª ou 4ª	18:30 às 19:00		
		3ª ou 4ª	19:00 às 19:30		
		3ª ou 4ª	19:30 às 20:00		
A partir de 07 anos	Treinamento	2ª	20:00 às 21:00	Ginásio II	István
		3ª	12:00 às 13:00		
		3ª	16:00 às 17:00		
		3ª	17:00 às 18:00		
		3ª	18:00 às 19:00		
		4ª	20:00 às 21:00		
		5ª	15:00 às 16:00		
		5ª	16:00 às 17:00		
		5ª	17:00 às 18:00		
		5ª	18:00 às 19:00		
		6ª	14:00 às 15:00		
		6ª	15:00 às 16:00		
		6ª	16:00 às 17:00		
		6ª	17:00 às 18:00		
6ª	18:00 às 19:00				

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



## Tênis – Sat preparo Físico

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
De 07 a 11 anos	Treinamento Competitivo - Kids	6 <sup>a</sup>	***14:30 às 17:30	Quadra 08 e Sala de musculação do atleta	Diego/Euzebio
De 10 e 18 anos	Treinamento Competitivo – FPT/CBT	3 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup>	***14:00 às 17:00		
De 16 a 18 anos	Treinamento Competitivo - ITF	3 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup>	***13:00 às 14:00		
A partir 18 anos	Treinamento Adulto - FPT	4 <sup>a</sup> e 6 <sup>a</sup>	***07:00 às 08:00		Diego

\*\*\* Mediante autorização do Supervisor

## Tennis Teens

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor	
Nasc. 2010/2011/2012 De 13 a 15 anos	Tennis Teens	2 <sup>a</sup> e 4 <sup>a</sup>	14:30 às 15:30	Quadra 03 Raquetinha	Paiva	
	Mediante teste		2 <sup>a</sup> e 4 <sup>a</sup>			19:30 às 20:30
		3 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup>				15:30 às 16:30
						16:30 às 17:30
						17:30 às 18:30
			18:30 às 19:30			
		3 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup>	Quadra 13 C.T.Tênis	14:30 às 15:30		
				15:30 às 16:30		
				16:30 às 17:30		
				17:30 às 18:30		
				18:30 às 19:30		
				19:30 às 20:30		



## Tênis – Mini Tênis

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
04 e 05 anos	Mini Tênis 1	2ª e 4ª	14:30 às 15:15 15:15 às 16:00 16:00 às 16:45 16:45 às 17:30 17:30 às 18:15	Quadras do C.T.	Eugenia
		3ª e 5ª	14:30 às 15:15 15:15 às 16:00 16:00 às 16:45 16:45 às 17:30 17:30 às 18:15		
		3ª e 5ª	08:45 às 09:30	Quadras do C.T.	Sabrina
		4ª e 6ª	08:45 às 09:30		
Nasc. 2019 06 anos	Mini Tênis 2	2ª e 4ª	14:30 às 15:15 15:15 às 16:00 16:00 às 16:45 16:45 às 17:30 17:30 às 18:15	Quadras do C.T.	Sabrina
		3ª e 5ª	09:45 às 10:30 14:30 às 15:15 15:15 às 16:00 16:00 às 16:45 16:45 às 17:30 17:30 às 18:15		
		4ª e 6ª	09:45 às 10:30		



## Tênis – Escolinha

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor					
Nasc. 2016/2017/2018 De 07 a 09 anos	Bola Vermelha	2ª e 4ª	14:30 às 15:30	Quadra 15 C.T.Tênis	Euzebio					
			15:30 às 16:30							
			16:30 às 17:30							
			17:30 às 18h30							
		3ª e 5ª	09:30 às 10:30							
			14:30 às 15:30							
			15:30 às 16:30							
			16:30 às 17:30							
			17:30 às 18:30							
		4ª e 6ª	18:30 às 19:30							
			08:30 às 09:30							
			Nasc. 2014/2015 10 e 11 anos			Bola Laranja	2ª e 4ª	14:30 às 15:30	Quadra Kids e 14 C.T.Tênis	Petreca/Lucas
								15:30 às 16:30		
16:30 às 17:30										
17:30 às 18:30										
18:30 às 19:30										
3ª e 5ª	09:30 às 10:30									
	14:30 às 15:30									
	15:30 às 16:30									
	16:30 às 17:30									
	17:30 às 18:30									
4ª e 6ª	18:30 às 19:30									
	08:30 às 09:30									
	Nasc. 2012/2013 De 11 e 12 anos	Bola Verde Mediante teste		2ª e 4ª	14:30 às 15:30		Quadra 13 C.T.Tênis	Luciano		
			15:30 às 16:30							
16:30 às 17:30										
17:30 às 18:30										
18:30 às 19:30										
3ª e 5ª			14:30 às 15:30							
			15:30 às 16:30							
			16:30 às 17:30							
			17:30 às 18:30							
4ª e 6ª			08:30 às 09:30							



## Tênis - Competitivo

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
De 07 a 11 anos	Treinamento Competitivo - Kids	2ª, 4ª e 6ª	**17:30 às 19:00	C.T.Tênis	Renato Ricardo Bonatto Diego
De 10 e 18 anos	Treinamento Competitivo - FPT	2ª, 4ª e 6ª	**15:30 às 18:00		
De 10 a 18 anos	Treinamento Competitivo - CBT	2ª, 4ª e 6ª	**14:30 às 17:30		
A partir 16 anos	Treinamento Competitivo - ITF/ATP	2ª a 6ª	**08:00 às 11:00 **13:00 às 17:00	Quadras 03 a 06	Ricardo Bonatto

\*\* Mediante teste

## Tênis Sat – Individual / Dupla/ Grupo

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
A partir de 12 anos - Manhã	Individual/Dupla/Grupo  Lista de espera	2ª a 6ª	06:30 às 12:30	Quadras C.T. Tênis, Quadra 07 e 08	Petrecal/Guilherme/Gustavo LucianoMarcos/Mauro/ Paiva/Vinicius
A partir de 12 anos - Tarde			14:00 às 17:00		Guilherme/Marcos
A partir de 18 anos - Noite			17:00 às 21:00		Gustavo Pagano

## Tênis Sat Competitivo/Escolinha - Individual / Dupla/ Grupo

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
De 08 a 18 anos Manhã/Tarde/Noite	Individual/Dupla/Grupo Mediante autorização do Supervisor	2ª a 6ª	08:00 às 12:00 14:00 às 20:30	Centro de Treinamento de Tênis	Renato/Ricardo Bonatto/Diego/Lucas Vinicius/Petrecal/Luciano

## Tamboreu

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
A partir de 14 anos Misto	Individual	4ª	16:00 às 17:00 17:00 às 18:00 18:00 às 19:00	Quadra de Tamboreu	Mauro



## Vôlei

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
(2013,2014,2015, e 2016)	Escolinha Mista /Sub 13	3ª e 5ª	14:30 às 16:30	Ginásio II	Márcio
(2011 e 2012)	Sub. 14 e Sub. 15	2ª, 4ª e 6ª	14:30 às 16:30	Ginásio II	Márcio
(2007,2008,2009 e 2010)	Sub. 17 e Sub. 19	2ª e 4ª 6ª	16:30 às 18:30 15:00 às 17:00	Ginásio II Ginásio I	Felipe
A partir de 19 anos	Adulto e Master Feminino	2ª e 4ª	20:00 às 22:00	Ginásio II	Márcio

## Vôlei de Praia

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
A partir de 15 anos	Mista (Mediante teste)	2ª e 4ª	17:30 às 19:00	Quadra de Areia/Senzala	Márcio

## Xadrez

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
De 05 a 10 anos	Iniciantes	Sábado	09:00 às 10:00	Sala Multiuso	Ivan
A partir de 11 anos	Iniciantes		10:00 às 11:00		
A partir de 11 anos	Intermediário/avançado		11:00 às 12:00		

\* Encontro do Xadrez (aberto a todos os associados acima de 05 anos) às 3ª e 5ª feiras na Sala de Xadrez no prédio multiuso das 18:00 às 21:00.

## Yoga

Idade	Categoria	Dia	Horário	Local	Professor
A partir de 16 anos  Obs: Não autorizado para gestantes	Turma Mista	2ª	17:30 às 19:00	Sala 8 Multiuso	Rafael
			3ª		
		10:30 às 12:00			
		17:30 às 19:00			
		4ª	19:15 às 20:45		
			08:30 às 10:00		
			10:15 às 11:45		
			17:30 às 19:00		
		5ª	19:15 às 20:45		
			08:30 às 10:00		
			10:30 às 12:00		
			17:30 às 19:00		
		6ª	19:15 às 20:45		
			08:30 às 10:00		
10:30 às 12:00					



## *Normas Específicas*

- Trazer uma toalha de rosto e sua garrafa de água cheia.
- Tolerância de atraso de 10 minutos.

## *Local de venda de uniformes do Departamento de Esportes*

### **Uniforme Futebol**

S.H.C Store

Fone: 3794-6060/ 99300-7030

### **Uniforme Ginástica Artística/Natural**

Venda direto com o Professor

### **Uniforme Ginástica Rítmica**

Venda direto com o Professor

### **Uniforme Pré-Esportes (Camiseta)**

Venda direto com o Professor

### **Uniforme Escolinha de Tênis (Camiseta)**

Venda na Secretaria de Esportes

### **Uniforme Treinamento e Interclubes de Tênis (Camiseta)**

Venda direto com o Professor

### **Uniforme Karatê (Camiseta)**

Venda na Secretaria de Esportes

### **Uniforme Futsal**

Venda na Secretaria de Esportes



# Cultura

## **CORAL SOCIEDADE HÍPICA DE CAMPINAS**

Regente : Wilson Nascimento

Idade mínima: 18 anos

Ensaios: todas as terças-feiras das 19h30 às 21h30

Local: Boate (sede social)

Vozes mistas, adulto. Não é necessária experiência musical para participar.

Inscrições gratuitas no SAA.

## **BIBLIOTECA**

Horário de funcionamento :

Segunda a Sexta-feira das 08h00 às 16h30

Sábado das 08h00 às 12h00

Domingos e Feriados - Fechado



# CURSO DE IDIOMAS

Idade mínima: 16 anos

Para se inscrever é necessário solicitar um teste de nivelamento no SAA, desta forma será possível dizer qual o melhor nível para estudar.

\*\*Para iniciante lista de espera.

## ESPAÑHOL

Aulas ministradas pela professora Raquel Ferrer.

Oferecemos turmas nas categorias:

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA
18h30 às 20h00	Avançado II		Básico	Intermediário II
20h00 às 21h30	Avançado I		Intermediário I	Iniciante

## ITALIANO

Aulas ministradas pela Accademia Italiana Pellegrini

Oferecemos turmas nas categorias:

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA
17h00 às 18h30	Básico II	Avançado/ Conversação Iniciante II 100% on-line		Intermediário II
18h30 às 20h00		Avançado/ Conversação		
20h00 às 21h30		Iniciante II 100% on-line		

\*\*Cancelamento

A cobrança será realizada no dia 19 de cada mês, referente ao período, do dia 20 do mês anterior até o dia 19 do mês corrente. Será cobrado o mês de cancelamento do mês vigente.



## Curso de Memória em Movimento

### CURSO MEMÓRIA EM MOVIMENTO

O curso é coordenado por psicóloga especializada, o projeto oferece exercícios para memória e outras funções do cérebro.

Curso ministrado pela psicóloga Sandra Figueiredo.

Agendamento de avaliação no SAA.

Idade: Acima de 40 anos

Horários disponíveis

SEGUNDA	TERÇA
14h00 às 15h30	09h00 às 10h30
	10h30 às 12h00

## Kid' Space

Telefone Departamento de Cultura: 3794-6019 / ramal Kid' Space: 6065

O Kid' Space desenvolve vários projetos ao longo do ano, tendo como base o tripé: inglês, artes e ecologia.

As aulas têm a duração de 1 hora e a frequência de duas vezes na semana.

A capacidade atual é de 16 alunos que são divididos nas 2 salas de aula integradas disponíveis do espaço. Desta forma, a equipe de colaboradores atenderá, com qualidade e responsabilidade, alunos de diferentes faixas etárias simultaneamente.

O Programa é organizado através de projetos que contemplam a riqueza cultural, histórica e natural do clube, além de diversos temas inspirados nas datas comemorativas do calendário brasileiro e de outros países.

IDADE	DIAS	HORÁRIOS
03 a 10 anos	2ª e 4ª	15h às 16h / 16h às 17h
	3ª e 5ª	09h às 10h / 10h às 11h
		15h às 16h / 16h às 17h
	4ª e 6ª	09h às 10h / 10h às 11h



## Berçário

### Horários de Funcionamento:

**Segunda a Sábado: 08h às 17h50**

**Domingos e feriados : 08h às 14h50**

Sendo atingido o número máximo de 04 (quatro) bebês no interior do Berçário, a permanência da criança/bebê será limitada a 2 (duas) horas, podendo ser renovada a permanência no espaço após o intervalo de 30 minutos, caso haja vaga. Assim, Pais e/ou Responsáveis (acima de 18 anos) poderão fazer a hidratação e alimentação da criança/bebê.

Focado nas crianças de 3 meses a 2 anos de idade, o berçário dispõe de duas funcionárias preparadas para entreter e cuidar dos bebês, além de equipamentos e áreas adequadas para os cuidados do bebê, brincadeiras e para dormir.

Há uma área de Uso Comum (para inclusive convidados de sócios) contendo copa, trocadores, poltrona de amamentação e banheiras.

Já o Espaço de Atividades e de Dormir são de uso exclusivo para os bebês previamente cadastrados no SAA, filhos de associados.

## Brinquedoteca

### Horários de Funcionamento:

**Segunda a Sexta: 08h às 19h50**

**Sábado: 08h às 17h50**

**Domingos e feriados : 08h às 14h50**

A Brinquedoteca comporta no máximo 20 (vinte) crianças. Em caso de lotação, os Pais e/ou Responsáveis deverão aguardar o surgimento de vaga em uma lista de espera.

A permanência das crianças na Brinquedoteca será limitada a 2 horas, podendo ser renovada após o intervalo de 30 minutos caso ainda haja vaga. Assim, Pais e/ou Responsáveis (acima de 18 anos) poderão hidratar e alimentar a criança.

A Brinquedoteca poderá ser utilizada por crianças de 3 a 10 anos de idade, **desde que estejam com treino de toalete finalizado**. A Brinquedoteca oferece instalações adequadas para a faixa etária acima, incluindo banheiro privativo e conta sempre com dois funcionários preparados para entreter as crianças de forma lúdica e inteligente, através de oficinas diversas. Além disso, é equipada com brinquedos e jogos para distrair os pequenos durante a estadia no espaço.

**Para usar o local é necessário fazer o cadastro prévio no SAA.**



## Hipismo

Idade	Categoria	Dia	Horário	Professor
A partir de 7 anos	Iniciação à Equitação	3ª à 6ª	08:00 às 11:30	Tatiana e João
		3ª à 6ª	14:00 às 19:30	
		Sábado	08:00 às 11:30	
A partir de 9 anos	Equitação	3ª à 6ª	08:00 às 11:00	Rafael
		3ª à 6ª	14:00 às 19:00	
		Sábado	08:00 às 11:00	

## Baby Class

Idade	Dia	Horário	Professor
2 a 6 anos	3ª, 4ª, 5ª e 6ª	08:00 às 11:30	Vitoria
		14:00 às 17:30	

Agendamento de aula no Departamento de Hipismo:

Telefone – 3794-6032/6033



# Horário de Funcionamento

## Confira os horários:

**Clube:** De 2ª a Domingo e feriado – 06h00 as 23h00

### **Boteiro e Vila Hípica:**

Terças a sextas: das 8h00 às 19h00

Sábados: das 8h00 às 16h00

Domingos: 8h00 às 14h00

### **Quadras de Bocha**

Terça, quinta e sábado: 14h00 às 18h00

Domingo e feriado: 08h00 às 13h00

### **Quadras de Beach Tennis, Futevôlei, Peteca,**

Segunda a domingo: Horário de funcionamento do clube;

\*Exceto nos horários de aulas.

### **Quadra de Raquetinha e Tamboréu**

Segunda a sexta: 06h00 às 22h00

Sábado, domingo e feriado: 6h00 às 20h00

### **Quadras de Tênis**

Segunda a sexta: 06h00 às 22h00

Sábado, domingo e feriado: 06h00 às 20h00

\*Exceto nos horários de aulas.

### **Campos de futebol e Vestiário do futebol**

Segunda a sexta: 06h00 às 22h00

Sábado, domingo e feriado: 06h00 às 20h00

\*Exceto em horários de aula.

Campos 03 e 04: fechados para reforma

### **Loja S.H.C. Store**

2ª a 6ª: 08h00 às 20h00

Sábado, Domingo e Feriado: 09h00 às 15h00

### **Piscina semiolímpica**

Horario: 06h00 as 21h30;

Segundas à sextas: mínimo duas raias livres para não alunos;

Sábados, Domingos e Feriados: Raias livres

### **Centro de Hidroginástica**

Segunda a quinta: 6h00 às 21h00 / Sexta: 6h00 as 19h00

Sábado, domingo e feriado: 7h00 às 15h00

### **Horários de piscinas livres para não alunos:**

Piscina 12,5m: 2ª e 4ª - 13h00 às 14h00 – 20h15 as 21h00

3ª e 5ª - 12h15 às 13h00 – 20h15 as 21h00

6ª - 12h00 às 14h30

Piscina 25m: 2ª e 4ª 13h00 às 14h00

3ª e 5ª - 13h00 às 14h00

6ª - 11h45 às 15h00

### **Sábado (raias livres)**

Piscina 12,5m: 07h00 às 08h30 e 12h00 às 15h00

Piscina 25m: 7h00 às 09h00 e 12h00 às 15h00

Domingo e feriado: livre em seu horário das 7h00 às 15h00

### **Ginásios 1 e 2 ,quadra de squash e quadra de hóckey**

Segunda: 14h00 às 22h00

Terça a sexta: das 07h00 às 22h00

Sábado e feriado: 7h00 às 20h00

Domingo e feriado: 07h00 às 15h00

\*Exceto nos horários de aulas

### **Parquinho**

Segunda a domingo e feriado: 06h00 às 21h00

### **Sinuca**

Segunda a sábado e feriado: 08h00 às 19h30

Domingo: fechado



## Horários administrativos

### **Departamento Cultural**

Segunda a sexta: 8h às 17h  
Sábado: 8h às 12h  
Domingo e feriado: fechado

### **Secretaria de Esportes**

Segunda a sexta: 8h às 18h  
Sábado: 08h às 14h  
Domingo e feriado: fechado  
Para mais informações: SAA – 3794 6020

### **Secretaria Administrativa, Tesouraria e SAA**

Segunda a sexta: 8h às 17h  
Sábado: 8h às 14h  
Domingo e feriado: fechado

### **Secretaria de Hipismo**

Segunda: 08h as 17h  
3ª a sexta: 8h às 18h  
Sábado: 8h às 12h  
Domingo e feriado: fechado

### **Departamento Social**

Segunda a sexta: 8h às 17h  
Sábado: 8h às 12h  
Domingo e feriado: fechado



## Sauna

### Sauna Masculina

Segunda, quarta e sexta: 16h às 21h

Sábado: 16:00 às 21h

Domingos e feriados: 16:00 às 21:00

### Sauna Feminina

Terça e Quinta: 15h30 às 21h30

Sábado e Feriado(quando for dia de sauna feminina) das 09:00 as 14:00

## REGULAMENTO/ FUNCIONAMENTO

### Idade:

a) Proibido entrada de menores de 16 anos desacompanhados de um responsável.

b) Proibido a entrada de maiores de 3 anos do sexo oposto nos horários de funcionamento das saunas masculina e feminina.

**Preços:** Sócio R\$ 22,00 / Não Sócio R\$ 90,00

Opção de pagamento mensal com taxa de R\$ 190,00/mês com uso irrestrito ao longo do mês corrente.

### Controle de entrada:

O controle de entrada é feito com o número do título do associado através de sistema computadorizado e login através de senha dos atendentes

O associado recebe 2 toalhas, 1 roupão e 1 par de chinelos

**Massagem:** Taxa: R\$ 60,00 sócios e R\$ 85,00 não socio(Massagem marcar na entrada da sauna por ordem de chegada)

Os horários só podem ser agendados presencialmente;

Só poderão ser agendados horários de 30 minutos com a massagista;

Só haverá a possibilidade de dobrar o horário agendado se, ao final da massagem, não houver outras interessadas aguardando pelo serviço;

A taxa de massagem vem cobrada diretamente no boleto mensal mediante assinatura da autorização

**Massagista - Ela é fisioterapeuta, com experiência em Spa e trabalhará com estética corporal, estética facial e massagens terapêuticas. As sessões podem ocorrer durante o horário de funcionamento do espaço e duram 30 minutos.**

**Lavanderia:** Os jogos de toalhas e roupões são enviados semanalmente para a Lavanderia contratada, acompanhadas de romaneio de controle.



## Bares e Restaurantes

→ Bar e Restaurante dos Esportes Tel.: (19) 3794-6023 ou (19) 997931707

2ª - 10h às 22h

3ª a 6ª - 14h às 23h

Sábado - 09h às 22h

Domingo e Feriado - 09h às 17h

→ Bar Tropical Tel.: (19) 99308-3964

2ª a Sábado - 08h às 17h

Domingo e Feriados - 08h às 16h

→ Restaurante Empório Hípica Tel.: (19) 3381-0496 Wpp: (19) 99843-2118

2ª - Fechado (exceto nas vésperas e Feriado)

3ª a Domingo e Feriado - 10h às 23h

→ Restaurante Catetinho Tel.: (19) 3764-6022 / (19) 4122-2641 ou (19) 98840-7409

2ª - Fechado (exceto nas vésperas e Feriado)

3ª a Sábado - 08h às 23h

Domingo e Feriado - 08h às 17h

→ Restaurante Parrilla Tel.: (19) 3794-6010 ramal: 6054 Wpp: (19) 99176-0048

2ª - Fechado

3ª - das 11h30 às 15h

4ª e 5ª - das 11h30 às 15h e das 18h às 22h30

6ª e Sábado - das 12h às 15h30 e das 18h às 22h30

Domingo e Feriado - das 12h às 16h30

→ Parquinho - Quiosque do Vovô Tel.: (19) 98963-2926 ou (19) 99308-3964

2ª a 6ª - Fechado

Sábado e Domingo e Feriado - 09h às 15h

Férias (janeiro, julho e dezembro) 2º à domingo e feriados - 09h às 15h

→ Hipica Café Tel.: (19) 3764-6022 / (19) 4122-2641 ou (19) 98840-7409

2ª a 6ª - das 07h às 20h

Sábado e Feriado - 09h às 14h

Domingo - Fechado



# Espaços locados no Serviço de Atendimento ao Associado (SAA)

## Mesão do Catetinho, Esporte, Lago e Basquete 1

Capacidade	Horários	Dias	Quantidade de Convites	Valores
60 pessoas	Duração até 8Hs de evento, 09h as 02hs	2ª a 4ª	20 convites inclusos na locação para não sócio	R\$ 350,00
			A cada 10 convites excedidos não sócios será cobrado	R\$ 100,00
		5ª a Domingos e Feriados	20 convites inclusos na locação para não sócio	R\$ 650,00
			A cada 10 convites excedidos não sócios será cobrado	R\$ 155,00

### Mesão do Catetinho

1 BALCÃO REFRIGERADO, 2 Refrigerador Vertical não gela somente mantem a temperatura; 1 cadeira grande; 40 Cadeira de madeira; 1 Churrasqueira; 2 Coifas; 1 Fogão Industrial (04 bocas); 1 Forno a gás; 1 Mesa medindo 4,80 x 1,20; 2 Mesas medindo 3,20 x 1,20; 1 Mesa medindo 1,90 x 0,70; 1 Micro-ondas; 1 Televisão e controles; 11 Toldos; 12 Tomadas (9) 127 v / (3) 220 v; 5 Ventiladores; 2 Caixas de som com bluetooth chaves e controle do espaço retirar e devolver na portaria 1.

### Mesão dos Esportes

1 BALCÃO REFRIGERADO, 1 Refrigerador vertical preto, Somente mantem a temperatura; 1 Churrasqueira com grelha manual; 1 Fogão industrial 3 bocas; 1 Forno industrial a gás; 1 Coifas; 1 Sofás de 2 lugares; 1 sofá de 1 lugar; 3 Mesas de Madeira medindo 2,00x0,80; 1 Mesa de madeira rústica; 2 Bancos de madeira rústica; 4 Banquetas; 26 Cadeiras; 4 Bancos do jardim; 2 Toldos; 11 Tomada (6) 127 V / (5) 220 v; 2 Caixas de som com bluetooth e ; chaves e controle do espaço retirar e devolver na portaria 1.

### Mesão do Lago

1 BALCÃO REFRIGERADO, 1 Refrigerador vertical, Somente mantem a temperatura; 08 Bancos sendo 02 embutidos; 1 Churrasqueira com grelha manual; 1 Coifa; 2 Mesas de Madeira medindo 2,00 x0,80; 1 Mesas de Madeira medindo 3,80 x0,80; 2 Ventilador de parede; 1 Fogão Cooktop c/ 04 bocas ; 1 Forno elétrico; 10 Toldos; 5 Tomada (3) 127 V / (2) 220 v e chaves e controle do espaço retirar e devolver na portaria 1.

### Mesão Basquete 1

1 Churrasqueira com grelha, 2 Mesas de ferro retangular (medida 1,90 cm ), 4 Banquetas de vime, 6 Tomadas (2-127v e 4-220v), 3 Sofás (Um de 2 lugares e dois de 1 um lugar), 2 Mesas de ferro redonda (medida 70 cm), 3 Lixeiras, 20 Cadeiras de vime, 1 Refrigerador vertical, 1 Fogão Cooktop, 1 Pia, 2 Caixa de som bluetooth, 1 Tv LG e controle, 3 Toldos, Proteção de vidro de frente com as quadras, Banheiros (1 Masculino e 1 Feminino) com pia externa.



### Quiosque do Tênis

Capacidade	Horários	Dias		Valores
30 pessoas	Duração das 9hs as 16hs	3ª a 5ª	20 convites inclusos na locação para não sócio	R\$280,00
		2ª e 6ª	Espaço disponível para aula	Não locável
		Sábado, Domingos e Feriados	Rachões do Departamento de Esportes	Não locável
1 Churrasqueira com Grelha Manual; 1 Fogão Industrial ( 03 Bocas ); 1 Refrigerador Vertical ; 2 Mesas de madeira medindo 2,40 x 0,90; 10 Cadeiras; 5 Banquetas; 3 Sofás (02) de 01 Lugar e (01) de 02 Lugares; 1 Banco de jardim; 2 Caixas de som com bluetooth; 6 Tomadas (03) 110v e (03) 220v; 1 Televisão LG e controle; 2 Toldos				

### Quiosque do Basquete 2

Capacidade	Horários	Dias		Valores
30 pessoas	Duração até 8hs de evento 12h as 02hs	Sábado	20 convites inclusos na locação para não sócio	R\$ 250,00
		2ª a 6ª, Domingos e feriados	Rachões do Departamento de Esportes	Não locável
1 BALCÃO REFRIGERADO, 1 Refrigerador vertical preto, Não gela, somente mantém a temperatura; 1 Churrasqueira com grelha; 2 Mesas de madeira medindo 2,20 x 1,00; 1 Bebedouro; 4 Bancos de Madeira; 1 Televisão e controle; 4 Tomadas (02) 127 v e (02) 220 v; 1 Coifa; 2 Caixas de som bluetooth; 3 Bancos de Jardim, controle da TV retirar e devolver na portaria 1.				

### Capela

Capacidade	Horários	Finalidade	Dias		Valores
30 pessoas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tem que verificar na Igreja Santa Rita</li> </ul>	Batizado	2ª a sábado	20 convites inclusos na locação para não sócio	R\$ 420,00
		Casamento ou Bodas	2ª a sábado	20 convites inclusos na locação para não sócio	R\$ 800,00
<b>Domingo 11H00 as 12h00 Missa na área externa</b>					



## Normas de locação :

1. Para verificar a disponibilidade do espaço, enviar a consulta de dia e local através do e-mail [saa@hipica.com.br](mailto:saa@hipica.com.br) ou pessoalmente no SAA para assinar o contrato.
2. Finalidade da Locação: Eventos Familiares dos Sócios e confraternização entre associados.
3. Listagem tem que ser enviado com os nomes dos convidados completos e cpf a partir de 10 anos e os prestadores de serviço, conforme a capacidade do espaço locado com uma semana de antecedência.
4. É proibido o ingresso de sócios e convidados não sócios, nas dependências da SHC, após as 23 horas;
5. É proibido montar qualquer cobertura na área externa ao espaço cedido.
6. 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;
7. 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.
8. Toda a decoração, móveis e equipamentos utilizados deverão ser retirados e removidos logo após o término do evento .
9. As chaves e controles dos equipamentos deverão ser retirados e devolvidos na portaria
10. 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.
11. 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.
12. Ao término do evento, favor entrar em contato com a Portaria 1 através do telefone: 3794-6010, para efetuar a vistoria do espaço locado, para a verificação do estado do mesmo após a utilização pelo locatário.



## Convites: Dia livre, almoço e jantar

### **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.

### **Critérios para utilização do convites para Almoço:**

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 14:30hs.

O convidado pode permanecer no recinto do restaurante pelo período de 3 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 de convites para Jantar:**

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 18:00 às 23:00hs e Sábado e domingo das 19:00 as 23:00hs.

O convidado pode permanecer no recinto do restaurante pelo período de 3 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.**



# RELAÇÃO TELEFONES DOS DEPARTAMENTOS DO CLUBE

PORTARIA I	3794-6010	SERVIÇO DE ATENDIMENTO AO ASSOCIADO	3794-6020 3794-6021
PORTARIA 3	3794-6046	SECRETARIA DE ESPORTES	3794-6024 3794-6025 3794-6026 3794-6027
ACADEMIA MUSCULAÇÃO	3794-6031	SECRETARIA DE HIPISMO	3794-6032
ALMOXARIFADO	3794-6036	SOCIAL	3794-6029 3794-6030
BERÇÁRIO	3794-6047	TESOURARIA	3794-6013 3794-6014
BRINQUEDOTECA	3794-6041	RESTAURANTE CATETINHO (ZEZINHO)	3794-6022 4122-2641 WhatsApp: (19) 98840-7409
COMPRAS	3794-6017 3794-6018 3794-6048	BAR DA PISCINA (VINICIUS)	3381-0496 WhatsApp: (19) 99843-2118
CONTAS A PAGAR	3794-6043	BAR DO ESPORTE (ANDORINHA)	3794-6023
CENTRO DE PROCESSAMENTO DE DADOS / TI	3794-6016	BAR TROPICAL (BIGODE)	98963-2926 WhatsApp: 99308-3964
CULTURA	3794-6019	RESTAURANTE PARRILLA	3794-6010 Ramal 6054 WhatsApp: (19) 99176-0048
KID SPACE	RAMAL 6065		
LOJA SHC (RENE)	99300-7030		
MANUTENÇÃO	3794-6039		
MARKETING	3794-6037		
RECURSOS HUMANOS	3794-6038		
SAUNA	3794-6035		
SECRETARIA ADMINISTRATIVA	3794-6011 3794-6012		



# COBRANÇA DE AULAS

## COBRANÇA: TAXA DA MODALIDADE/ CANCELAMENTO/ REMATRÍCULA:

- O fechamento da cobrança mensal será no dia 19 de cada mês, referente ao período do **dia 20 do mês anterior até o dia 19 do mês corrente**, e entrará na cobrança do mês subsequente.
- Quanto ao desligamento das modalidades do departamento de hipismo, cultura e tênis SAT, será cobrado o mês do cancelamento, que deverá ser solicitado no serviço de atendimento ao associado (SAA) pessoalmente ou pelo e-mail: [saa@hipica.com.br](mailto:saa@hipica.com.br) **até o dia 19 do mês corrente e entrará na cobrança do mês subsequente**.
- A taxa da modalidade referente ao mês de férias será cobrada normalmente.
- E-mail de cancelamento das atividades, somente terá validade após a confirmação do recebimento e retorno do SAA.
- O valor da taxa da modalidade terá reajuste anual.



VISITE NOSSO SITE: [WWW.HIPICA.COM.BR](http://WWW.HIPICA.COM.BR)

Para efetuar a inscrição ou cancelamento: comparecer no SAA com atestado médico OU PAR-Q nos horários abaixo, ou solicitar a inscrição no e-mail [saa@hipica.com.br](mailto:saa@hipica.com.br)

Serviços de Atendimento ao Associado - Tel. 3794-6020/6021  
De 2ª à 6ª – 08/17hs - Sábados – 08/14hs - Domingo e Feriado - Fechado

