

ATIVIDADES FITNESS							
MODALIDADE	HORÁRIO	DIAS	ED. FÍSICO	TRAB.CBST	CONVENIADO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL
MUSCULAÇÃO	2ª a 6ª feira (06 às 22h)	Todos	DIVERSOS	R\$ 77,00	R\$ 85,00	R\$ 113,00	R\$ 155,00
	Sáb e Dom.(08 às 12h)						
MUSCULAÇÃO DAY USE	2ª a 6ª feira (06 às 22h)	Todos	DIVERSOS	R\$ 13,00	R\$ 15,00	R\$ 21,00	R\$ 27,00
	Sáb. e Dom. (08 às 12h)						
PACOTE FITNESS	06h às 20h	2ª a 6ª	DIVERSOS	R\$ 119,00	R\$ 132,00	R\$ 168,00	R\$ 239,00
ALONGAMENTO 3X	08h às 08h50 - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	DANIEL	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
ALONGAMENTO 3X	09h às 09h50 - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	DANIEL	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
ALONGAMENTO 2X	09h às 09h50 - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	ALEXANDRA	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
ALONGAMENTO 2X	11h10 às 12h - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	DANIEL	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
ALONGAMENTO 2X	16h às 16h50 - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	GUIDO	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
ALONGAMENTO 2X	17h10 às 18h - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	SARAH	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
CICLISMO INDOOR 3X	06h às 06h50 - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	YASMIN	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
CICLISMO INDOOR 3X	17h10 às 18h - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	GUIDO	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
CICLISMO INDOOR 2X	07h às 07h50 - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	YASMIN	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
CICLISMO INDOOR 2X	18h10 às 19h - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	EDUARDO	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
GINÁSTICA LOCALIZADA 3X	12h10 às 13h - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	ALEXANDRA	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
GINÁSTICA LOCALIZADA 3X	18h10 às 19h - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	YASMIN	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
GINÁSTICA LOCALIZADA 2X	07h às 07h50 - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	DANIEL	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
GINÁSTICA LOCALIZADA 2X	09h às 09h50 - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	DANIEL	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
PILATES 3X	08h às 08h50 - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	YASMIN	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
PILATES 3X	09h às 09h50 - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	ALEXANDRA	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
PILATES 3X	11h10 às 12h - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	SIMONE	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
PILATES 3X	16h às 16h50 - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	GILSON	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
PILATES 3X	17h10 às 18h - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	CLARISSA	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
PILATES 2X	06h às 06h50 - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	SIMONE	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
PILATES 2X	08h às 08h50 - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	ALEXANDRA	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
PILATES 2X	10h às 10h50 - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	ALEXANDRA	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
PILATES 2X	17h10 às 18h - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	CLARISSA	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
PILATES 2X	18h10 às 19h - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	GILSON	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
PILATES 2X	07h às 07h50 - 15 ANOS ACIMA	4ª/6ª	ALEXANDRA	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE

TREINAMENTO FUNCIONAL 3X	07h às 07h50 - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	YASMIN	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
TREINAMENTO FUNCIONAL 2X	18h10 às 19h - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	FABRÍCIO	PACOTE	PACOTE	PACOTE	PACOTE
ATIVIDADES AQUÁTICAS							
MODALIDADE	HORÁRIO	DIAS	ED. FÍSICO	TRAB.CBST	CONVENIADO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL
NATAÇÃO 2X - ADAPTAÇÃO I - INFANTIL	09h às 09h50 - 05 A 07 ANOS	3ª/5ª	SIMONE	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - ADAPTAÇÃO I - INFANTIL	10h às 10h50 - 05 A 07 ANOS	3ª/5ª	SIMONE	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - ADAPTAÇÃO I - INFANTIL	14h às 14h50 - 05 A 07 ANOS	3ª/5ª	GUIDO	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - ADAPTAÇÃO I - INFANTIL	16h às 16h50 - 05 A 07 ANOS	3ª/5ª	SARAH	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - ADAPTAÇÃO I - INFANTIL	14h às 14h50 - 05 A 07 ANOS	4ª/6ª	FABRÍCIO	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - ADAPTAÇÃO I - INFANTIL	15h às 15h50 - 05 A 07 ANOS	4ª/6ª	FELIPE	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - ADAPTAÇÃO II - INFANTIL	14h às 14h50 - 08 A 10 ANOS	4ª/6ª	GUIDO	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - ADAPTAÇÃO II - INFANTIL	15h às 15h50 - 08 A 10 ANOS	4ª/6ª	FABRÍCIO	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - ADAPTAÇÃO II - INFANTIL	14h às 14h50 - 08 A 10 ANOS	3ª/5ª	GILSON	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - ADAPTAÇÃO II - INFANTIL	15h às 15h50 - 08 A 10 ANOS	3ª/5ª	FABRÍCIO	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 3X - ADAPTAÇÃO II - INFANTIL	09h às 09h50 - 08 A 10 ANOS	2ª/ 4ª/ 6ª	LUCAS	R\$ 113,00	R\$ 125,00	R\$ 169,00	R\$ 226,00
NATAÇÃO 2X - INICIAÇÃO INFANTIL	10h às 10h50 - 11 A 14 ANOS	3ª/5ª	LUCAS	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - INICIAÇÃO INFANTIL	14h às 14h50 - 11 A 14 ANOS	3ª/5ª	CLARISSA	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - INICIAÇÃO INFANTIL	15h às 15h50 - 11 A 14 ANOS	3ª/5ª	GUIDO	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - INICIAÇÃO INFANTIL	14h às 14h50 - 11 A 14 ANOS	4ª/6ª	FABRÍCIO	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - NATAÇÃO ADULTO	13h às 13h50 - 15 ANOS ACIMA	4ª/6ª	GILSON	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - NATAÇÃO ADULTO	06h às 06h50 - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	DANIEL	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - NATAÇÃO ADULTO	06h às 06h50 - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	RANGEL	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - NATAÇÃO ADULTO	07h às 07h50 - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	RANGEL	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - NATAÇÃO ADULTO	08h às 08h50 - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	RANGEL	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - NATAÇÃO ADULTO	11h10 às 12h - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	LUCAS	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - NATAÇÃO ADULTO	12h às 12h50 - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	CLARISSA	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - NATAÇÃO ADULTO	13h às 13h50 - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	CLARISSA	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - NATAÇÃO ADULTO	16h às 16h50 - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	EDUARDO	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - NATAÇÃO ADULTO	17h10 às 18h - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	FABRÍCIO	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - NATAÇÃO ADULTO	18h10 às 19h - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	EDUARDO	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - NATAÇÃO ADULTO	19h10 às 20h - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	FABRÍCIO	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - NATAÇÃO ADULTO	20h10 às 21h - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	EDUARDO	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 2X - NATAÇÃO ADULTO	21h às 21h50 - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	SARAH	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
NATAÇÃO 3X - NATAÇÃO ADULTO	06h às 06h50 - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	DANIEL	R\$ 113,00	R\$ 125,00	R\$ 169,00	R\$ 226,00
NATAÇÃO 3X - NATAÇÃO ADULTO	07h às 07h50 - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	SIMONE	R\$ 113,00	R\$ 125,00	R\$ 169,00	R\$ 226,00
NATAÇÃO 3X - NATAÇÃO ADULTO	08h às 08h50 - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	SIMONE	R\$ 113,00	R\$ 125,00	R\$ 169,00	R\$ 226,00
NATAÇÃO 3X - NATAÇÃO ADULTO	10h às 10h50 - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	RANGEL	R\$ 113,00	R\$ 125,00	R\$ 169,00	R\$ 226,00
NATAÇÃO 3X - NATAÇÃO ADULTO	11h10 às 12h - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	LUCAS	R\$ 113,00	R\$ 125,00	R\$ 169,00	R\$ 226,00

NATAÇÃO 3X - NATAÇÃO ADULTO	12h às 12h50 - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	LUCAS	R\$ 113,00	R\$ 125,00	R\$ 169,00	R\$ 226,00
NATAÇÃO 3X - NATAÇÃO ADULTO	16h às 16h50 - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	FELIPE	R\$ 113,00	R\$ 125,00	R\$ 169,00	R\$ 226,00
NATAÇÃO 3X - NATAÇÃO ADULTO	17h10 às 18h - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	GILSON	R\$ 113,00	R\$ 125,00	R\$ 169,00	R\$ 226,00
NATAÇÃO 3X - NATAÇÃO ADULTO	18h10 às 19h - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	FABRÍCIO	R\$ 113,00	R\$ 125,00	R\$ 169,00	R\$ 226,00
NATAÇÃO 3X - NATAÇÃO ADULTO	19h10 às 20h - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	FABRÍCIO	R\$ 113,00	R\$ 125,00	R\$ 169,00	R\$ 226,00
NATAÇÃO 3X - NATAÇÃO ADULTO	20h10 às 21h - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	EDUARDO	R\$ 113,00	R\$ 125,00	R\$ 169,00	R\$ 226,00
NATAÇÃO 3X - NATAÇÃO ADULTO	21h às 21h50 - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	SARAH	R\$ 113,00	R\$ 125,00	R\$ 169,00	R\$ 226,00
HIDROGINÁSTICA 3X	07h às 07h50 - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	RANGEL	R\$ 113,00	R\$ 125,00	R\$ 169,00	R\$ 226,00
HIDROGINÁSTICA 3X	08h às 08h50 - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	ALEXANDRA	R\$ 113,00	R\$ 125,00	R\$ 169,00	R\$ 226,00
HIDROGINÁSTICA 3X	09h às 09h50 - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	RANGEL	R\$ 113,00	R\$ 125,00	R\$ 169,00	R\$ 226,00
HIDROGINÁSTICA 3X	10h às 10h50 - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	YASMIN	R\$ 113,00	R\$ 125,00	R\$ 169,00	R\$ 226,00
HIDROGINÁSTICA 3X	11h10 às 12h - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	RANGEL	R\$ 113,00	R\$ 125,00	R\$ 169,00	R\$ 226,00
HIDROGINÁSTICA 3X	16h às 16h50 - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	EDUARDO	R\$ 113,00	R\$ 125,00	R\$ 169,00	R\$ 226,00
HIDROGINÁSTICA 3X	17h10 às 18h - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	FABRÍCIO	R\$ 113,00	R\$ 125,00	R\$ 169,00	R\$ 226,00
HIDROGINÁSTICA 3X	18h10 às 19h - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	GUIDO	R\$ 113,00	R\$ 125,00	R\$ 169,00	R\$ 226,00
HIDROGINÁSTICA 3X	19h10 às 20h - 15 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	SARAH	R\$ 113,00	R\$ 125,00	R\$ 169,00	R\$ 226,00
HIDROGINÁSTICA 2X	15h às 15h50 - 15 ANOS ACIMA	4ª/6ª	GILSON	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
HIDROGINÁSTICA 2X	07h às 07h50 - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	LUCAS	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
HIDROGINÁSTICA 2X	08h às 08h50 - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	DANIEL	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
HIDROGINÁSTICA 2X	09h às 09h50 - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	YASMIN	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
HIDROGINÁSTICA 2X	10h às 10h50 - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	DANIEL	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
HIDROGINÁSTICA 2X	11h10 às 12h - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	ALEXANDRA	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
HIDROGINÁSTICA 2X	15h às 15h50 - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	GILSON	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
HIDROGINÁSTICA 2X	16h às 16h50 - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	FABRÍCIO	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00
HIDROGINÁSTICA 2X	17h10 às 18h - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	GUIDO	R\$ 91,00	R\$ 102,00	R\$ 134,00	R\$ 183,00

ATIVIDADES DE LUTAS

MODALIDADE	HORÁRIO	DIAS	ED. FÍSICO	TRAB.CBST	CONVENIADO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL
KRAV MAGA	19h às 20h50 (DUPLO) 12 ACIMA	2ª	HIGA	R\$ 64,00	R\$ 71,00	R\$ 91,00	R\$ 127,00
KRAV MAGA	19h às 20h50 (DUPLO) 12 ACIMA	4ª	HIGA	R\$ 64,00	R\$ 71,00	R\$ 91,00	R\$ 127,00
MUAYTHAI	18h às 18h50 - 12 ANOS ACIMA	3ª/5ª	LUKAS	R\$ 64,00	R\$ 71,00	R\$ 91,00	R\$ 127,00
MUAYTHAI	20h às 20h50 - 12 ANOS ACIMA	3ª/5ª	LUKAS	R\$ 64,00	R\$ 71,00	R\$ 91,00	R\$ 127,00
TAEKWONDO	18h às 18h50 - 12 ANOS ACIMA	2ª/4ª	VINÍCIUS	R\$ 64,00	R\$ 71,00	R\$ 91,00	R\$ 127,00
TAEKWONDO	19h às 19h50 - 12 ANOS ACIMA	3ª/5ª	VINÍCIUS	R\$ 64,00	R\$ 71,00	R\$ 91,00	R\$ 127,00
CAPOEIRA	19h às 19h50 - 12 ANOS ACIMA	2ª/ 4ª/ 6ª	ÉDIO	R\$ 85,00	R\$ 92,00	R\$ 127,00	R\$ 169,00

SESC CLUBE DE CORRIDAS

MODALIDADE	HORÁRIO	DIAS	ED. FÍSICO	TRAB.CBST	CONVENIADO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL
CLUBE SESC DE CORRIDAS	18h às 18h50 - 15 ANOS ACIMA	3ª/5ª	SIMONE	R\$ 55,00	R\$ 63,00	R\$ 85,00	R\$ 113,00
COMBO CLUBE DE CORRIDAS E MUSCULAÇÃO	18h às 18h50 - 15 ANOS ACIMA	2ª a Dom.	SIMONE	R\$ 104,50	R\$ 116,50	R\$ 155,50	R\$ 211,50

PLANOS ANUAIS							
MODALIDADE	HORÁRIO	DIAS	ED. FÍSICO	TRAB.CBST	CONVENIADO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL
MUSCULAÇÃO	2ª a 6ª feira (06/22h)	Todos	DIVERSOS	R\$ 61,60	R\$ 68,00	R\$ 90,40	R\$ 124,00
	Sáb e Dom.(08/12h)						
PACOTE FITNESS	DIVERSOS	VARIADOS	DIVERSOS	R\$ 95,20	R\$ 105,60	R\$ 134,40	R\$ 191,20
NATAÇÃO OU HIDROGINÁSTICA 2X	DIVERSOS	2X	DIVERSOS	R\$ 72,80	R\$ 81,60	R\$ 107,20	R\$ 146,40
NATAÇÃO OU HIDROGINÁSTICA 3X	DIVERSOS	3X	DIVERSOS	R\$ 90,40	R\$ 100,00	R\$ 135,20	R\$ 180,80
OUTROS SERVIÇOS							
SERVIÇO	HORÁRIO	DIAS	ED. FÍSICO	TRAB.CBST	CONVENIADO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL
AVALIAÇÃO FÍSICA	DIVERSOS	AGENDAR	DIVERSOS	R\$ 28,00	R\$ 30,00	R\$ 42,00	R\$ 55,00
AVALIAÇÃO FÍSICA - VALOR COMBO ACADEMIA	DIVERSOS	AGENDAR	DIVERSOS	R\$ 13,00	R\$ 15,00	R\$ 21,00	R\$ 27,00
OUTROS SERVIÇOS	TRAB.CBST	CONVENIADO	GERONTOLOGIA	PUB. GERAL			
DAY USE	R\$ 13,00	R\$ 15,00	R\$ 21,00	R\$ 27,00			
ACESSO AO CLUBE SAB/DOM E FERIADO	ISENTO	ISENTO	R\$ 7,00	R\$ 14,00			
PASSAPORTE DO LAZER(CASAL E FILHOS)	ISENTO	ISENTO	R\$ 36,00	R\$ 55,00			
SESC DANÇANTE	R\$ 22,00	R\$ 24,00	R\$ 28,00	R\$ 42,00			
A ESCOLA VEM AO SESC	ISENTO						
	ISENTO						

Horário e valores referentes ao exercício de 2024

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

Documentos necessários: Carteira do SESC atualizada (mesmo sendo público em geral):

Preenchimento da PAR-Q (questionário de prontidão para atividade física) lei n. 5555/2015 - validade 12 meses;

Atestado médico para atividades aquáticas- validade 03 meses;

OBS.: HOMENS E MULHERES A PARTIR DE 70 ANOS, O ATESTADO DE SAÚDE DEVERÁ SER OBRIGATORIAMENTE DO CARDIOLOGISTA

É obrigatório o traje de banho para a realização de exames médicos.

Pagamento de mensalidade 1º a 10º de cada mês (independente do dia que fez a matrícula).

Dia 30 de cada mês. O não pagamento da mensalidade acarreta o cancelamento da inscrição e perda da garantia de vaga. Item 4.2 do termo de adesão.

Observação para retorno das atividades deverá verificar disponibilidade de vagas.

Não realizamos reservas de vagas.

***TURMAS E HORÁRIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES**