

MAPA DE OCUPAÇÃO GERAL

DIA	HORA	CLUBE					BALNEÁRIO		FITNESS					LUTAS
		GINÁSIO	QD. COBERTA	QD. PICKLEBALL	QD. EXTERNA 2	QD. AREIA	SEMI-OLÍMPICA	RECREATIVA	ACADEMIA	STÚDIO DE PILATES	SALA TREIN. FUNCIONAL	SALA DE GINÁSTICA	SALA MULTIUSO	DOJO
SEGUNDA-FEIRA	06h00 / 07h00						MANUTENÇÃO	MANUTENÇÃO	MUSCULAÇÃO		Prof. França			
	07h00 / 08h00						MANUTENÇÃO	MANUTENÇÃO	MUSCULAÇÃO	Prof. Fabiana	Prof. França	Pilates Solo		
	08h00 / 09h00	SESI ESPORTE-FUTSAL					MANUTENÇÃO	MANUTENÇÃO	MUSCULAÇÃO	Prof. Fabiana	Polo Aquático	Pilates Solo		
	09h00 / 10h00	GINÁSTICA GERAL	SESI ESPORTE-FUTSAL				MANUTENÇÃO	MANUTENÇÃO	MUSCULAÇÃO	Prof. Fabiana	Polo Aquático	Pilates Solo		
	10h00 / 11h00		SESI ESPORTE VÔLEI				MANUTENÇÃO	MANUTENÇÃO	MUSCULAÇÃO	Aula Exp. Prof. Alison	Polo Aquático	Pilates Solo		
	11h00 / 12h00						MANUTENÇÃO	MANUTENÇÃO	MUSCULAÇÃO		Polo Aquático			
	12h00 / 13h00						MANUTENÇÃO	MANUTENÇÃO	MUSCULAÇÃO					
	13h00 / 14h00	EF - CE 409					MANUTENÇÃO	MANUTENÇÃO	MUSCULAÇÃO					13H30-14H30 VÔLEI DE PRAIA
	14h00 / 15h00	EF - CE 409	SESI ESPORTE VÔLEI			Vôlei de Praia	MANUTENÇÃO	MANUTENÇÃO	MUSCULAÇÃO		Polo Aquático			
	15h00 / 16h00	EF - CE 409	SESI ESPORTE FUTSAL			Vôlei de Praia	MANUTENÇÃO	MANUTENÇÃO	MUSCULAÇÃO		Polo Aquático			
	16h00 / 17h00	EF - CE 409	SESI ESPORTE HANDEBOL				MANUTENÇÃO	MANUTENÇÃO	MUSCULAÇÃO / GIN.GERAL	Prof. Fabiana	Polo Aquático	Pilates Solo		
	17h00 / 18h00	EF - CE 409	SESI ESPORTE HANDEBOL		SESI ESPORTE VÔLEI		POLO AQUÁTICO	SESI ESPORTE POLO AQUÁTICO	MUSCULAÇÃO	Prof. Fabiana	Polo Aquático	Ritmos		SESI Esporte Judô 6-8 anos
	18h00 / 19h00	HANDEBOL PREF.JUNDIAÍ	SESI ESPORTE HANDEBOL até 18h30		SESI ESPORTE VÔLEI		POLO AQUÁTICO	SESI ESPORTE POLO AQUÁTICO	MUSCULAÇÃO	Prof. Fabiana	Polo Aquático	Pilates Solo		SESI Esporte Judô 9-10 anos
	19h00 / 20h00	HANDEBOL PREF.JUNDIAÍ	SESI ESPORTE FUTSAL				POLO AQUÁTICO	HIDROGINÁSTICA	MUSCULAÇÃO	Prof. Fabiana	Prof. França			SESI Esporte Judô 12-15 anos
	20h00 / 21h00		SESI ESPORTE FUTSAL				FAC. MEDICINA	FECHADO	MUSCULAÇÃO					SESI ESPORTE Judô
TERÇA-FEIRA	06h00 / 07h00						LIVRE UTILIZAÇÃO	LIVRE UTILIZAÇÃO	MUSCULAÇÃO		Prof. França			
	07h00 / 08h00	GINÁSTICA GERAL				TÊNIS DE PRAIA	LIVRE UTILIZAÇÃO	LIVRE UTILIZAÇÃO	MUSCULAÇÃO	Prof. Fabiana	Prof. França			
	08h00 / 09h00					TÊNIS DE PRAIA	POLO AQUÁTICO	SESI ESPORTE POLO AQUÁTICO / HIDROGINÁSTICA	MUSCULAÇÃO	Prof. Fabiana	Polo Aquático	Pilates Solo		
	09h00 / 10h00		SESI ESPORTE VÔLEI			TÊNIS DE PRAIA	POLO AQUÁTICO	SESI ESPORTE POLO AQUÁTICO / HIDROGINÁSTICA	MUSCULAÇÃO	Prof. Fabiana - atletas polo	Polo Aquático	Pilates Solo		
	10h00 / 11h00		SESI ESPORTE VÔLEI			TÊNIS DE PRAIA	POLO AQUÁTICO	SESI ESPORTE POLO AQUÁTICO / HIDROGINÁSTICA	MUSCULAÇÃO	Prof. Fabiana	Polo Aquático	Pilates Solo		
	11h00 / 12h00						LIVRE UTILIZAÇÃO	LIVRE UTILIZAÇÃO	MUSCULAÇÃO		Polo Aquático			
	12h00 / 13h00						FAC. MEDICINA	LIVRE UTILIZAÇÃO	MUSCULAÇÃO		Prof. Mayara			
	13h00 / 14h00	EF - CE 409					LIVRE UTILIZAÇÃO	LIVRE UTILIZAÇÃO	MUSCULAÇÃO					13H30-14H30 VÔLEI DE PRAIA
	14h00 / 15h00	EF - CE 409				VÔLEI DE PRAIA / TÊNIS DE PRAIA	POLO AQUÁTICO	LIVRE UTILIZAÇÃO	MUSCULAÇÃO		Polo Aquático	Pilates Solo		
	15h00 / 16h00	EF - CE 409				VÔLEI DE PRAIA / TÊNIS DE PRAIA	POLO AQUÁTICO	HIDROGINÁSTICA + LIVRE	MUSCULAÇÃO		Polo Aquático	Pilates Solo		
	16h00 / 17h00	EF - CE 409				VÔLEI DE PRAIA / TÊNIS DE PRAIA	POLO AQUÁTICO	HIDROGINÁSTICA + LIVRE	MUSCULAÇÃO		Prof. Mayara	Pilates Solo	TÊNIS DE PRAIA	SESI Esporte Judô 9-10 anos
	17h00 / 18h00	EF - CE 409	SESI ESPORTE HANDEBOL			TÊNIS DE PRAIA	POLO AQUÁTICO	SESI ESPORTE POLO AQUÁTICO + LIVRE	MUSCULAÇÃO	Prof. Alison	Polo Aquático	Pilates Solo	SESI ESPORTE Judô	SESI ESPORTE Judô
	18h00 / 19h00	EF - CE 409 (ATÉ 18H20)				TÊNIS DE PRAIA / ASSOCIADOS	POLO AQUÁTICO	SESI ESPORTE POLO AQUÁTICO + LIVRE	MUSCULAÇÃO	Prof. Alison	Judô		SESI ESPORTE Judô	SESI ESPORTE Judô
	19h00 / 20h00		SESI ESPORTE FUTSAL			ASSOCIADOS	POLO AQUÁTICO	HIDROGINÁSTICA + LIVRE	MUSCULAÇÃO	Prof. Alison	Prof. Vanessa		SESI ESPORTE Judô	SESI ESPORTE Judô
	20h00 / 21h00					ASSOCIADOS	POLO AQUÁTICO	LIVRE UTILIZAÇÃO	MUSCULAÇÃO	Prof. Alison	Prof. Vanessa	Pilates Solo	SESI ESPORTE Judô	SESI ESPORTE Judô

QUARTA-FEIRA	6h00 / 07h00					LIVRE UTILIZAÇÃO	LIVRE UTILIZAÇÃO	MUSCULAÇÃO		Prof. França			
	07h00 / 08h00	FUTSAL ASSOC.				LIVRE UTILIZAÇÃO	LIVRE UTILIZAÇÃO	MUSCULAÇÃO	Prof. Fabiana	Prof. França	Pilates Solo		
	08h00 / 09h00	SESI ESPORTE-FUTSAL				POLO AQUÁTICO	LIVRE UTILIZAÇÃO	MUSCULAÇÃO	Prof. Fabiana	Polo Aquático	Pilates Solo		
	09h00 / 10h00	GINÁSTICA GERAL	SESI ESPORTE-FUTSAL		Vôlei de Praia	POLO AQUÁTICO	LIVRE UTILIZAÇÃO	MUSCULAÇÃO	Prof. Fabiana	Polo Aquático	Pilates Solo		
	10h00 / 11h00		SESI ESPORTE VÔLEI		Vôlei de Praia	POLO AQUÁTICO	HIDROGINÁSTICA + LIVRE	MUSCULAÇÃO		Polo Aquático	Pilates Solo		
	11h00 / 12h00					LIVRE UTILIZAÇÃO	LIVRE UTILIZAÇÃO	MUSCULAÇÃO		Polo Aquático			
	12h00 / 13h00					FAC. MEDICINA	LIVRE UTILIZAÇÃO	MUSCULAÇÃO					
	13h00 / 14h00	EF - CE 409				LIVRE UTILIZAÇÃO	LIVRE UTILIZAÇÃO	MUSCULAÇÃO					
	14h00 / 15h00	EF - CE 409	SESI ESPORTE VÔLEI		VÔLEI DE PRAIA	POLO AQUÁTICO	HIDROGINÁSTICA + LIVRE	MUSCULAÇÃO		Polo Aquático			
	15h00 / 16h00		SESI ESPORTE FUTSAL		VÔLEI DE PRAIA / TÊNIS DE PRAIA	POLO AQUÁTICO	HIDROGINÁSTICA + LIVRE	MUSCULAÇÃO		Polo Aquático	Pilates Solo		
	16h00 / 17h00		SESI ESPORTE HANDEBOL		TÊNIS DE PRAIA	POLO AQUÁTICO	LIVRE UTILIZAÇÃO	MUSCULAÇÃO / GIN.GERAL	Prof. Fabiana	Polo Aquático	Pilates Solo		
	17h00 / 18h00		SESI ESPORTE HANDEBOL	SESI ESPORTE VÔLEI		POLO AQUÁTICO	SESI ESPORTE POLO AQUÁTICO + LIVRE	MUSCULAÇÃO	Prof. Fabiana	Polo Aquático	Ritmos		SESI Esporte Judô 6-8 anos
	18h00 / 19h00	HANDEBOL PREF.JUNDIAÍ	SESI ESPORTE HANDEBOL até 18h30	SESI ESPORTE VÔLEI		POLO AQUÁTICO	SESI ESPORTE POLO AQUÁTICO + LIVRE	MUSCULAÇÃO	Prof. Fabiana	Polo Aquático	Pilates Solo		SESI Esporte Judô 9-10 anos
	19h00 / 20h00	HANDEBOL PREF.JUNDIAÍ	VÔLEI ASSOC.	SESI ESPORTE FUTSAL		POLO AQUÁTICO	HIDROGINÁSTICA + LIVRE	MUSCULAÇÃO	Prof. Fabiana	Prof. França			SESI Esporte Judô 12-15 anos
	20h00 / 21h00		VÔLEI ASSOC.	SESI ESPORTE FUTSAL		POLO AQUÁTICO	LIVRE UTILIZAÇÃO	MUSCULAÇÃO					SESI ESPORTE Judô

QUINTA-FEIRA	06h00 / 07h00					LIVRE UTILIZAÇÃO	LIVRE UTILIZAÇÃO	MUSCULAÇÃO		Prof. França			
	07h00 / 08h00	GINÁSTICA GERAL				LIVRE UTILIZAÇÃO	LIVRE UTILIZAÇÃO	MUSCULAÇÃO	Prof. Fabiana	Prof. França			
	08h00 / 09h00				TÊNIS DE PRAIA	POLO AQUÁTICO	SESI ESPORTE POLO AQUÁTICO / HIDROGINÁSTICA	MUSCULAÇÃO	Prof. Fabiana	Polo Aquático	Pilates Solo		
	09h00 / 10h00	SESI ESPORTE VÔLEI			TÊNIS DE PRAIA	POLO AQUÁTICO	SESI ESPORTE POLO AQUÁTICO / HIDROGINÁSTICA	MUSCULAÇÃO	Prof. Fabiana - atletas polo	Polo Aquático	Pilates Solo		
	10h00 / 11h00	SESI ESPORTE VÔLEI				POLO AQUÁTICO	SESI ESPORTE POLO AQUÁTICO / HIDROGINÁSTICA	MUSCULAÇÃO	Prof. Fabiana	Polo Aquático	Pilates Solo		
	11h00 / 12h00					LIVRE UTILIZAÇÃO	LIVRE UTILIZAÇÃO	MUSCULAÇÃO		Polo Aquático			
	12h00 / 13h00					FAC. MEDICINA	LIVRE UTILIZAÇÃO	MUSCULAÇÃO		Prof. Mayara			
	13h00 / 14h00					LIVRE UTILIZAÇÃO	LIVRE UTILIZAÇÃO	MUSCULAÇÃO					
	14h00 / 15h00				VÔLEI DE PRAIA / TÊNIS DE PRAIA	POLO AQUÁTICO	LIVRE UTILIZAÇÃO	MUSCULAÇÃO		Polo Aquático	Pilates Solo		13H30-14H30 VÔLEI DE PRAIA
	15h00 / 16h00	EF - CE 409			VÔLEI DE PRAIA / TÊNIS DE PRAIA	POLO AQUÁTICO	HIDROGINÁSTICA + LIVRE	MUSCULAÇÃO		Polo Aquático	Pilates Solo		
	16h00 / 17h00	EF - CE 409			VÔLEI DE PRAIA / TÊNIS DE PRAIA	POLO AQUÁTICO	HIDROGINÁSTICA + LIVRE	MUSCULAÇÃO		Prof. Mayara	Pilates Solo	TÊNIS DE PRAIA	SESI Esporte Judô 9-10 anos
	17h00 / 18h00	EF - CE 409	SESI ESPORTE HANDEBOL	EF - CE 409	TÊNIS DE PRAIA	POLO AQUÁTICO	SESI ESPORTE POLO AQUÁTICO + LIVRE	MUSCULAÇÃO	Prof. Alison	Polo Aquático	Pilates Solo	SESI ESPORTE Judô	SESI ESPORTE Judô
	18h00 / 19h00	EF - CE 409 (ATÉ 18H20)		EF - CE 409 (ATÉ 18H20)	TÊNIS DE PRAIA / ASSOCIADOS	POLO AQUÁTICO	SESI ESPORTE POLO AQUÁTICO + LIVRE	MUSCULAÇÃO	Prof. Alison	Judô		SESI ESPORTE Judô	SESI ESPORTE Judô
	19h00 / 20h00		SESI ESPORTE FUTSAL		ASSOCIADOS	POLO AQUÁTICO	HIDROGINÁSTICA + LIVRE	MUSCULAÇÃO	Prof. Alison	Prof. Vanessa		SESI ESPORTE Judô	SESI ESPORTE Judô
	20h00 / 21h00				ASSOCIADOS	POLO AQUÁTICO	LIVRE UTILIZAÇÃO	MUSCULAÇÃO	Prof. Alison	Prof. Vanessa	Pilates Solo	SESI ESPORTE Judô	SESI ESPORTE Judô

