



HORÁRIOS DAS ATIVIDADES



Atividades Esportivas

Diversos

ALONGAMENTO		LOCALIZADA		TENIS		BRINQUEDOTECA		SAUNA			
Prof.ª. Alessandra 2ª e 4ª Feira Das 08h00 às 08h45 1º Andar - Prédio Novo 2ª, 4ª e 6ª Feira Das 09h00 às 09h45 1º Andar - Prédio Novo 3ª e 5ª feira Das 17h15 às 18h00 1º Andar - Prédio Novo Das 18h15 às 19h00 1º Andar - Prédio Novo Sala Múltiplo Uso		Prof. Rodrigo 2ª e 4ª Feira Das 17h15 às 18h00 1º Andar - Prédio Novo Prof.ª. Alessandra 2ª, 4ª e 6ª Feira Das 07h00 às 08h00 1º Andar - Prédio Novo Sala Múltiplo Uso		Prof. Reinaldo 2ª e 4ª Feira Das 07h00 às 10h00 3ª, 5ª e 6ª Feira Das 07h00 às 09h00 2ª à 6ª Feira Das 15h00 às 19h00		Crianças de 0 a 7 anos 2ª à 6ª Feira Das 07h00 às 13h00 Das 14h00 às 20h00 Sábado Das 08h00 às 14h00 6ª Feira "Quando houver evento Happy Hour" Das 07h00 às 13h00 Das 15h00 às 22h00 Crianças de 0 à 2 anos devem estar acompanhadas pelos pais. Sob nenhuma hipótese os pais poderão se ausentar do Clube, deixando os filhos na Brinquedoteca.		MASCULINA 2ª, 4ª e 6ª Feira Das 17h00 às 22h00 Sábado Das 18h00 às 22h00 Domingo Das 09h00 às 12h30 FEMININA 3ª e 5ª Feira Das 17h00 às 21h00 Sábado Das 15h30 às 18h00			
BALLET Prof.ª. Mirian 2ª Feira Das 17h00 às 18h00 Adulto Intermediário 2ª e 4ª Feira Das 07h00 às 07h50 Adulto Iniciante Das 08h00 às 09h00 Adulto Intermediário Das 16h10 às 17h00 De 12 a 14 anos Das 18h10 às 19h00 10 e 11 anos Das 19h00 às 19h50 8 e 9 anos 4ª feira Das 16h10 às 17h00 De 12 a 14 anos Das 17h00 às 18h30 Adulto Intermediário (Ponta) Das 18h30 às 19h15 06 e 07 anos Das 19h15 às 20h00 5 e 6 anos		LOCALIZADA AVANÇADA Prof. Rodrigo 2ª, 4ª e 6ª Feira Das 08h00 às 09h00 Sala de Funcional MUSCULAÇÃO Professores: Alessandra, Carla, Jovair, Mônica, Patrícia, Rodrigo, Suellen Paes, Suellen Teche e Taynara. 2ª à 6ª Feira Das 05h30 às 21h30 Sábado Das 08h00 às 15h00 Domingo Das 08h00 às 12h00 Feriado Das 08h00 às 12h00		YOGA Prof.ª. Julia 3ª e 5ª Feira Das 07h50 às 09h00 Térreo - Prédio Novo Das 09h00 às 10h10 Térreo - Prédio Novo Das 17h20 às 18h30 Térreo - Prédio Novo Das 19h00 às 20h10 Sala Múltiplo Uso		CORAL Regentes: Sara Ramos e Estevão Ferreira 3ª Feira Das 19h30 às 21h30 Sala de Yoga/Coral Térreo - Prédio Novo		TRABALHOS MANUAIS Prof.ª. Márcia 3ª Feira Das 13h30 às 15h30 Patch Work Das 15h30 às 17h30 Patch Work Das 19h00 às 21h00 Patch Work 4ª Feira Das 13h30 às 15h30 Patch Work Das 15h30 às 17h30 Patch Work 5ª Feira Das 13h00 às 15h00 Trab. Manuais Das 15h00 às 17h00 Trab. Manuais Sala de Trabalhos Manuais			
BALLNESS Prof.ª. Alessandra 2ª e 4ª Feira Das 18h10 às 19h00 3ª e 5ª Feira Das 09h00 às 10h00 Térreo - Prédio Novo - Sala de Ginástica		SPINNING 2ª Feira Das 07h00 às 07h45 Prof.ª. Taynara Das 17h30 às 18h00 Prof.ª. Taynara Das 18h15 às 18h45 Prof.ª. Taynara Das 19h00 às 19h30 Prof.ª. Alessandra 3ª Feira Das 06h10 às 06h45 Prof.ª. Dayanne Das 07h00 às 07h45 Prof. Jovair Das 17h30 às 18h00 Prof. Rodrigo Das 18h15 às 18h45 Prof. Rodrigo 4ª Feira Das 07h00 às 07h45 Prof. Jovair Das 17h30 às 18h00 Prof.ª. Taynara Das 18h15 às 18h45 Prof.ª. Taynara Das 19h00 às 19h30 Prof.ª. Alessandra 5ª Feira Das 06h10 às 06h45 Prof.ª. Dayanne Das 07h00 às 07h45 Prof. Jovair Das 17h30 às 18h00 Prof. Rodrigo Das 18h15 às 18h45 Prof. Rodrigo 6ª Feira Das 07h00 às 07h45 Prof.ª. Taynara Das 18h15 às 18h45 Prof.ª. Taynara Sábado Das 08h15 às 09h00 Prof.ª. Taynara Das 09h00 às 09h45 Prof.ª. Taynara		FUTEBOL Aulas de Futebol 2ª e 5ª Feira Das 07h50 às 08h50 De 6 a 12 anos 2ª e 4ª Feira Das 14h30 às 15h10 De 6 a 10 anos Das 15h10 às 15h50 De 11 a 13 anos Das 15h50 às 16h30 Idade 14+ Horários de Jogos 2ª Feira Das 17h00 às 20h00 Idade 50+ Das 20h00 às 22h00 Idade livre 3ª Feira Das 18h00 às 22h00 Idade 38+ 4ª e 5ª Feira Das 18h00 às 22h00 Idade livre Domingo Futebol família: Pais e filhos Das 16h00 às 18h00		EDUCATIVOS DE CORRIDA Sábado - Campo Society Das 08h00 às 09h00 Experientes Das 09h00 às 10h00 Iniciantes AValiação FÍSICA PARA MUSCULAÇÃO Agendamento na Secretaria.		EXAME MÉDICO 3ª Feira Das 13h00 às 14h00 5ª Feira Das 18h00 às 19h00 *Na 5ª Feira, retirar a ficha até às 18h00 na Secretaria. Sábado Das 09h00 às 11h00 ** OBRIGATÓRIO ** Traje de banho e carteirinha de associado.		SECRETARIA 2ª à 6ª Feira Das 07h00 às 18h00 Sábado Das 08h00 às 12h00	
JAZZ Prof.ª. Carol 3ª e 5ª Feira Das 08h15 às 08h55 Adulto Das 15h30 às 16h10 Teen (11 a 15 anos) Das 16h10 às 16h55 Teen (11 a 15 anos) Das 17h00 às 17h40 Adulto Das 17h45 às 18h25 Infantil 1 (5 a 6 anos) Das 18h45 às 19h25 Infantil 2 (7 a 8 anos) Das 19h30 às 20h10 Juvenil (9 a 10 anos) Das 20h15 às 20h55 Adulto Térreo - Prédio Novo - Sala de Dança		RITMOS Prof.ª. Carol 2ª e 4ª Feira Das 18h15 às 19h00 1º Andar - Prédio Novo Sala Múltiplo Uso Prof.ª. Dayanne 2ª, 4ª e 6ª Feira Das 08h00 às 09h00 Sede Social		STEP 2, 4 e 6ª Feira Das 07h00 às 08h00 Sala de Funcional AULA HIIT Prof.ª. Taynara 2ª e 4ª Feira Das 16h30 às 17h00 Sala de Funcional Idade Mínima: 15 anos.		DECK BAR 2ª à 6ª Feira Das 07h00 às 22h00 Sábado Das 08h00 às 19h00 Domingo e Feriado Das 08h00 às 18h00		TELEFONES Secretaria: (19) 3561-4922 Secretaria: (19) 3561-4985 WhatsApp Secretaria: (19)9 9830-4619 WhatsApp Dep. Esportes: (19)9 9929-2374			
BOCHA 2ª à 6ª Feira Das 08h00 às 22h00 Sábado Das 08h00 às 20h00 Domingo e Feriado Das 08h00 às 18h00		TREINAMENTO FUNCIONAL KIDS Prof.ª. Taynara 3ª e 5ª Feira Das 16h30 às 17h00 De 05 a 07 anos Das 17h00 às 17h30 De 08 a 11 anos Sala de Ginástica - Térreo Prédio Novo		SOCIETY BAR 3ª Feira Das 18h00 às 22h00 GINÁSIO BAR 5ª Feira Das 17h00 às 22h00		SITE www.clubepirassununga.com.br					
CIRCUITO FUNCIONAL ADULTO Prof.ª. Taynara 2ª e 4ª Feira Das 19h00 às 19h45 Sala de Funcional Prof.ª. Alessandra 3ª e 5ª Feira Das 08h00 às 08h45 Sala de Funcional		ABERTURA E FECHAMENTO DO CLUBE PORTARIA 1 PORTARIA 2 2ª à 6ª Feira Das 06h00 às 22h00 Das 05h30 às 22h00 Sábado Das 08h00 às 19h00 Das 08h00 às 16h00 Domingo e Feriado Das 08h00 às 18h00 Das 08h00 às 12h00		ATUALIZADO EM 11/04/2024 *Os horários poderão sofrer alterações.							



HORÁRIOS DAS ATIVIDADES



Piscinas

NATAÇÃO - PISCINA Nº1 (ENTRADA)

2ª e 4ª Feira

Das 17h00 às 17h45	Iniciação Adulto	<u>Prof.s.: André, Beatriz e Dayanne</u>
Das 18h00 às 18h45	Iniciação Infantil	<u>Prof.s.: Beatriz e Jovair</u>
Das 18h45 às 19h30	Adaptação Infantil	<u>Prof.s.: Beatriz</u>

3ª e 5ª Feira

Das 08h00 às 08h45	Iniciação Adulto	<u>Prof.s.: André e Beatriz</u>
Das 09h00 às 09h45	Adaptação Infantil	<u>Prof.s.: Dayanne e Kleber</u>
Das 10h00 às 10h45	Iniciação Infantil	<u>Prof.s.: André e Beatriz</u>
Das 14h00 às 14h45	Adaptação Infantil	<u>Prof.s.: Beatriz e Dayanne</u>
Das 14h50 às 15h35	Adaptação Infantil	<u>Prof.s.: Beatriz, Dayanne e Jovair</u>
Das 15h40 às 16h25	Iniciação Infantil	<u>Prof.s.: Jovair e Dayanne</u>
Das 16h00 às 16h45	Iniciação Infantil	<u>Prof.s.: André e Beatriz</u>
Das 17h30 às 18h15	Fast Swim	<u>Prof. Jovair</u>
Das 18h15 às 19h00	Adaptação Infantil	<u>Prof.s.: Beatriz e Jovair</u>

4ª e 6ª Feira

Das 08h00 às 08h45	Iniciação Adulto	<u>Prof.s.: André e Beatriz</u>
Das 08h50 às 09h30	Aperfeiçoamento Inf. 2	<u>Prof.s.: André e Beatriz</u>
Das 09h30 às 10h15	Iniciação Infantil	<u>Prof.s.: André e Beatriz</u>
Das 10h15 às 11h00	Adaptação Infantil	<u>Prof.s.: André, Beatriz e Jovair</u>
Das 14h00 às 14h45	Aperfeiçoamento Inf. 1	<u>Prof.ª Beatriz</u>
Das 15h00 às 15h45	Iniciação Infantil	<u>Prof.s.: Beatriz e Dayanne</u>
Das 17h00 às 17h45	Iniciação Adulto	<u>Prof.s.: André, Beatriz e Dayanne</u>

Sábado

Das 08h15 às 09h00	Iniciação Infantil	<u>Prof.s.: André e Dayanne</u>
Das 09h00 às 09h45	Iniciação Infantil	<u>Prof.s.: André e Dayanne</u>
Das 09h45 às 10h30	Adaptação Infantil	<u>Prof.s.: Beatriz e Dayanne</u>
Das 10h30 às 11h15	Adaptação Infantil	<u>Prof.s.: Beatriz e Dayanne</u>

HORARIOS LIVRES

LIMPEZA

2ª Feira
Das 06h30 às 13h00
2ª, 4ª e 6ª Feira
Das 11h00 às 14h00
3ª e 5ª Feira
Das 06h00 às 07h30
Das 11h00 às 14h00
Das 20h00 às 20h45
4ª e 6ª Feira
Das 06h30 às 08h00
6ª Feira
Das 18h00 às 19h45
Sábado
Das 08h00 às 19h00
Domingos e Feriados
Das 08h00 às 18h00

2ª Feira
Das 06h00 às 08h00

NATAÇÃO PARA BEBÊS

<u>Prof.ª Dayanne</u>
2ª e 4ª Feira
Das 18h15 às 18h45
De 06 meses a 2 anos
3ª e 5ª Feira
Das 18h15 às 18h45
De 2 a 4 anos
4ª e 6ª
Das 09h30 às 10h00
Bebê 1 - De 06 meses a 2 anos
Das 10h00 às 10h30
Bebê 2 - De 2 a 4 anos

HIDROGINASTICA

2ª, 4ª e 6ª Feira	
Das 16h00 às 16h45	<u>Professora Dayanne</u>
3ª e 5ª Feira	
Das 07h15 às 08h00	<u>Professor André</u>
Das 19h10 às 19h55	<u>Professora Dayanne</u>
Sábado	
Das 09h00 às 09h45	Professora Beatriz

HIDRO-JUMP

<u>Prof.ª Dayanne</u>
3ª e 5ª Feira
Das 16h45 às 17h30

NATAÇÃO - PISCINA Nº2 (NOVA)

2ª Feira

Das 16h00 às 17h00	Iniciação/Aperf. Adulto	<u>Prof.s.: André, Beatriz e Jovair</u>
	2ª e 4ª Feira	

Das 14h00 às 14h45	Aperfeiçoamento Inf. 2	<u>Prof.ª Beatriz</u>
Das 15h00 às 15h45	Fast Swim	<u>Prof. André</u>
Das 17h00 às 18h00	Condicionamento Adulto	<u>Prof. Jovair</u>
Das 18h15 às 19h00	Aperfeiçoamento Inf. 1	<u>Prof. André</u>
Das 19h00 às 19h45	Iniciação Adulto	<u>Prof. André</u>
Das 20h00 às 20h45	Aperfeiçoamento Adulto	<u>Prof.ª Dayanne</u>

Das 06h00 às 07h00	Aperfeiçoamento Adulto	<u>Prof. Kleber</u>
Das 07h00 às 08h00	Treino Adulto	<u>Prof. Kleber</u>
Das 08h00 às 09h00	Condicionamento Adulto	<u>Prof. Kleber</u>
Das 09h00 às 09h45	Iniciação Adulto	<u>Prof. Kleber</u>
Das 14h00 às 14h45	Aperfeiçoamento Inf. 2	<u>Prof.ª Dayanne</u>
Das 15h00 às 15h45	Fast Swim	<u>Prof. André</u>

Das 06h00 às 07h00	Iniciação Adulto	<u>Prof. Kleber</u>
Das 07h00 às 08h00	Treino Adulto	<u>Prof. Kleber</u>
Das 08h00 às 09h00	Aperfeiçoamento Adulto	<u>Prof. Kleber</u>
Das 09h00 às 09h45	Aperfeiçoamento Inf. 1	<u>Prof.s.: André e Beatriz</u>
Das 09h00 às 10h00	Condicionamento Adulto	<u>Prof. Kleber</u>
Das 14h00 às 14h45	Aperfeiçoamento Inf.	<u>Prof. Jovair</u>
Das 15h00 às 16h00	Equipe	LIVRE
Das 16h00 às 16h45	Horário Livre	LIVRE
Das 17h30 às 18h15	Adaptação Infantil	<u>Prof.s.: André e Beatriz</u>
Das 18h00 às 18h45	Aperfeiçoamento Inf. 2	<u>Prof. André</u>
Das 19h00 às 19h45	Iniciação Infantil	<u>Prof.s.: André e Beatriz</u>
Das 20h00 às 20h45	Aperfeiçoamento Adulto	<u>Prof.ª Dayanne</u>

Das 17h00 às 18h00	Aperfeiçoamento Adulto	Prof. Jovair
--------------------	------------------------	--------------

HORARIOS LIVRES

2ª e 4ª Feira
Das 20h00 às 20h45
4ª e 6ª Feira
Das 10h00 às 14h00
3ª e 5ª Feira
Das 10h00 às 14h00
6ª Feira
Das 18h00 às 19h45
Sábado
Das 08h00 às 19h00
Domingos e Feriados
Das 08h00 às 18h00

LIMPEZA

2ª Feira
Das 12h00 às 14h00

PISCINAS EXTERNAS

SEMI-OLÍMPICA

2ª à 6ª Feira
Das 08h00 às 20h00
4ª Feira - LIMPEZA
Das 08h00 às 11h00
Sábado
Das 08h00 às 19h00
Domingo e Feriado
Das 08h00 às 18h00

SOCIAL

2ª à 6ª Feira
Das 08h00 às 20h00
3ª Feira - LIMPEZA
Das 08h00 às 11h00
Sábado
Das 08h00 às 19h00
Domingo e Feriado
Das 08h00 às 18h00

TOBOÁGUA

2ª à 6ª Feira
Das 09h00 às 12h00
Das 15h00 às 20h30
Sábado
Das 08h00 às 19h00
Domingos e Feriados
Das 08h00 às 18h00

Ginásio de Esportes

BASQUETEBOL

Aulas

3ª e 4ª Feira	
Das 17h00 às 18h00	Infantil - 07 a 10 anos

2ª Feira	
Das 17h00 às 18h00	De 11 a 14 anos
Das 18h00 às 19h00	De 15 a 18 anos
3ª Feira	
Das 18h00 às 19h00	De 11 a 14 anos

Horários de Jogos

2ª Feira	
Das 19h30 às 21h50	Feminino Adulto
4ª Feira	
Das 18h00 às 19h00	De 15 a 18 anos
Das 19h30 às 21h50	Adulto
Domingo	
Das 10h00 às 13h00	Adulto
Das 14h00 às 17h00	Juvenil - 13 a 17 anos

FUTSAL

Horários de Jogos

2ª Feira	
Das 18h00 às 19h45	Acima de 18 anos
5ª Feira	
Das 16h30 às 19h00	Master - 1ª Turma
Das 19h00 às 21h00	Master - 2ª Turma

VOLEIBOL

Aula

<u>Prof. Jovair</u>	
6ª Feira	
Das 14h00 às 15h00	Fundamentos - até 10 anos.
Das 15h00 às 17h00	Acima de 11 anos

Horários de Jogos

2ª Feira	
Das 20h00 às 21h50	Adulto Feminino
3ª e 5ª Feira	
Das 20h00 às 21h50	Adulto Misto
Sábado	
Das 15h00 às 17h00	Adulto Misto

VOLEIBOL ADAPTADO

Prof. Jovair

Treinamento da Equipe

2ª e 6ª Feira
Das 08h00 às 10h00
4ª Feira
Das 15h00 às 17h00

JIU-JITSU

Prof. William

2ª e 4ª Feira	
Das 17h00 às 18h30	Adulto
3ª e 5ª Feira	
Das 11h30 às 13h00	Adulto
Das 18h00 às 19h00	De 05 a 11 anos
Das 19h00 às 20h00	Adulto
Sábado	
Das 08h00 às 09h00	Feminino
Das 09h00 às 10h00	Masculino (Nogi)

KARATE

Prof. Veríssimo

2ª e 4ª Feira
Das 19h00 às 19h50
Das 20h00 às 20h50
Idade mínima: 6 anos.
3ª e 5ª Feira
Das 19h00 às 19h50
Das 20h00 às 20h50
Iniciantes
Sala de Ginástica - Térreo Prédio Novo

SINUCA

2ª à 6ª Feira
Das 08h00 às 22h00
Sábado, Domingo e Feriado
Das 08h00 às 18h00
Idade mínima: 18 anos.

ATUALIZADO EM

11/04/2024

*Os horários poderão sofrer alterações.