



SPORTS SCHOOL

2026

HORÁRIOS



## HANDEBOL

Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira
13h30 às 15h00	6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos) Médio (15 a 17 anos) <b>feminino</b>	3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos)	6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos) Médio (15 a 17 anos) <b>feminino</b>	3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos)
15h00 às 15h30	<b>INTERVALO</b>			
15h30 às 17h00	6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos) Médio (15 a 17 anos) <b>masculino</b>	Inf. IV (04 anos) Inf. V (05 anos) 1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos)	6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos) Médio (15 a 17 anos) <b>masculino</b>	Inf. IV (04 anos) Inf. V (05 anos) 1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos)
17h00 às 17h30	<b>INTERVALO</b>			
17h30 às 19h00	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos)	-----	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos)	-----

## VOLEIBOL

Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira
13h30 às 15h00	1º EM (15 anos) 2º EM (16 anos) 3º EM (17 anos)	Inf. IV (04 anos) Inf. V (05 anos) 1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos)	1º EM (15 anos) 2º EM (16 anos) 3º EM (17 anos)	Inf. IV (04 anos) Inf. V (05 anos) 1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos)
15h00 às 15h30	<b>INTERVALO</b>			
15h30 às 17h00	6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos)	3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos)	6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos)	3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos)
17h00 às 17h30	<b>INTERVALO</b>			
17h30 às 19h00	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos)	5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos)	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos)	5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos)



SPORTS SCHOOL

2026

HORÁRIOS





SPORTS SCHOOL

2026

HORÁRIOS



## BASQUETE

Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira
13h30 às 15h00	-----	1º EM (15 anos) 2º EM (16 anos) 3º EM (17 anos)	-----	1º EM (15 anos) 2º EM (16 anos) 3º EM (17 anos)
15h00 às 15h30	<b>INTERVALO</b>			
15h30 às 17h00	-----	6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos)	-----	6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos)
17h00 às 17h30	<b>INTERVALO</b>			
17h30 às 19h00	-----	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos)	-----	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos)

## FUTSAL

Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira
13h30 às 15h00	Inf. IV (04 anos) Inf. V (05 anos) 1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos)	6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos)	Inf. IV (04 anos) Inf. V (05 anos) 1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos)	6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos)
15h00 às 15h30	<b>INTERVALO</b>			
15h30 às 17h00	3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos)	8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos) Médio (15 a 17 anos)	3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos)	8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos) Médio (15 a 17 anos)
17h00 às 17h30	<b>INTERVALO</b>			
17h30 às 19h00	Inf. III (04 anos) Inf. IV (04 anos) Inf. V (05 anos)	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos)	Inf. III (04 anos) Inf. IV (04 anos) Inf. V (05 anos)	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos)
17h30 às 19h00	4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos)	6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos)	4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos)	6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos)

## FUTEBOL

Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira
17h30 às 19h00	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos)	4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos)	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos)	4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos)



SPORTS SCHOOL

2026

HORÁRIOS





SPORTS SCHOOL

2026

HORÁRIOS



## XADREZ

Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira
13h30 às 15h00	5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos) Médio (15 a 17 anos)	-----	5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos) Médio (15 a 17 anos)	-----
15h00 às 15h30	<b>INTERVALO</b>			
15h30 às 17h00	Inf. IV (04 anos) Inf. V (05 anos) 1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos)	-----	Inf. IV (04 anos) Inf. V (05 anos) 1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos)	-----
17h00 às 17h30	<b>INTERVALO</b>			
17h30 às 19h00	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos)	-----	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos)	-----

## TAEKWONDO

Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira
13h30 às 15h00	-----	6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos) 1º EM (15 anos) 2º EM (16 anos) 3º EM (17 anos)	-----	6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos) 1º EM (15 anos) 2º EM (16 anos) 3º EM (17 anos)
15h00 às 15h30	<b>INTERVALO</b>			
15h30 às 17h00	-----	Inf. IV (04 anos) Inf. V (05 anos) 1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos)	-----	Inf. IV (04 anos) Inf. V (05 anos) 1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos)
17h00 às 17h30	<b>INTERVALO</b>			
17h30 às 19h00	-----	Inf. V (05 anos) 1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos)	-----	Inf. V (05 anos) 1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos)



SPORTS SCHOOL

2026

HORÁRIOS





SPORTS SCHOOL

2026

HORÁRIOS



## TENIS DE MESA

Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira
13h30 às 15h00	-----	6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos) 1º EM (15 anos) 2º EM (16 anos) 3º EM (17 anos)	-----	6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos) 1º EM (15 anos) 2º EM (16 anos) 3º EM (17 anos)
15h00 às 15h30		<b>INTERVALO</b>		
15h30 às 17h00	-----	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos)	-----	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos)
17h00 às 17h30		<b>INTERVALO</b>		
17h30 às 19h00	-----	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos)	-----	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos)

## GINÁSTICA RÍTMICA

Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira
08h00 às 09h30	Inf. IV (04 anos) Inf. V (05 anos)	-----	Inf. IV (04 anos) Inf. V (05 anos)	-----
09h30 às 11h00	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos)	-----	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos)	-----
13h30 às 15h00	6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos)	Inf. IV (04 anos) Inf. V (05 anos) 1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos)	6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos)	Inf. IV (04 anos) Inf. V (05 anos) 1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos)
15h00 às 15h30		<b>INTERVALO</b>		
15h30 às 17h00	-----	3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos)	-----	3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos)
17h00 às 17h30		<b>INTERVALO</b>		
17h30 às 19h00	4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos)	6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos)	4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos)	6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos))
17h30 às 19h00	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos)	3º ano (08 anos)	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos)	3º ano (08 anos)
17h30 às 19h00	-----	Inf. III (03 anos) Inf. IV (04 anos) Inf. V (05 anos)	-----	Inf. III (03 anos) Inf. IV (04 anos) Inf. V (05 anos)



SPORTS SCHOOL

2026

HORÁRIOS





SPORTS SCHOOL

2026

HORÁRIOS



## BALLET

Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira
<b>08h00 às 09h30</b>	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos)	-----	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos)	-----
<b>09h30 às 11h00</b>	Inf. IV (04 anos) Inf. V (05 anos)	-----	Inf. IV (04 anos) Inf. V (05 anos)	-----
<b>13h30 às 15h00</b>	5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos) Médio (15 a 17 anos)	-----	5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos) Médio (15 a 17 anos)	-----
<b>15h00 às 15h30</b>	<b>INTERVALO</b>			
<b>15h30 às 17h00</b>	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos)	-----	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos)	-----
<b>17h00 às 17h30</b>	<b>INTERVALO</b>			
<b>17h30 às 19h00</b>	Inf. IV (04 anos) Inf. V (05 anos)	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos)	Inf. IV (04 anos) Inf. V (05 anos)	1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos)



SPORTS SCHOOL

2026

HORÁRIOS





SPORTS SCHOOL

2026

HORÁRIOS



## JIU-JITSU

Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira
<b>08h00 às 09h30</b>	-----	Inf. V (05 anos) 1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos)	-----	Inf. V (05 anos) 1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos)
<b>09h30 às 11h00</b>	-----	9º ano (14 anos) 1º EM (15 anos) 2º EM (16 anos) 3º EM (17 anos) Adultos (pais)	-----	9º ano (14 anos) 1º EM (15 anos) 2º EM (16 anos) 3º EM (17 anos) Adultos (pais)
<b>13h30 às 15h00</b>	6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos) 1º EM (15 anos) 2º EM (16 anos) 3º EM (17 anos)	-----	6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos) 1º EM (15 anos) 2º EM (16 anos) 3º EM (17 anos)	-----
<b>15h00 às 15h30</b>	<b>INTERVALO</b>			
<b>15h30 às 17h00</b>	Inf. IV (04 anos) Inf. V (05 anos) 1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos)	-----	Inf. IV (04 anos) Inf. V (05 anos) 1º ano (06 anos) 2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos)	-----
<b>17h00 às 17h30</b>	<b>INTERVALO</b>			
<b>17h30 às 19h00</b>	2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos) Adultos (pais)	-----	2º ano (07 anos) 3º ano (08 anos) 4º ano (09 anos) 5º ano (10 anos) 6º ano (11 anos) 7º ano (12 anos) 8º ano (13 anos) 9º ano (14 anos) Adultos (pais)	-----



SPORTS SCHOOL

2026

HORÁRIOS

