

**PROGRAMAÇÃO**

**INFANTIL**

**ESPORTES**

**FITNESS**



**ACM / YMCA**  
**Sorocaba**

Atualizado em 22/01/2018

**2<sup>a</sup>, 4<sup>a</sup> e 6<sup>a</sup>**

<b>HORÁRIO</b>	<b>AULA</b>	<b>LOCAL</b>
<b>11 a 13 anos - Misto</b>		
<b>08h00 às 09h00</b>	<b>ESPORTES</b>	<b>Quadra D</b>
<b>09h00 às 10h00</b>	<b>FUTSAL</b>	<b>Quadra D</b>
<b>13h30 às 14h30</b>	<b>VÔLEI</b>	<b>Quadra A</b>
<b>11 a 13 anos - Feminino</b>		
<b>14h30 às 15h30</b>	<b>BASQUETE</b>	<b>Quadra D / A</b>
<b>15h30 às 16h30</b>	<b>FUTSAL</b>	<b>Quadra A</b>
<b>11 a 13 anos - Masculino</b>		
<b>14h30 às 15h30</b>	<b>BASQUETE</b>	<b>Quadra D / A</b>
<b>15h30 às 16h30</b>	<b>FUTSAL</b>	<b>Quadra A</b>

*As alterações de horários, caso necessárias, serão comunicadas previamente para melhor atendê-lo.*

# 3<sup>a</sup> e 5<sup>a</sup>

## HORÁRIO

## AULA

## LOCAL

### 03 a 04 anos - Misto

08h00 às 08h30

DESENVOLVIMENTO MOTOR

Quadra D

16h30 às 17h00

DESENVOLVIMENTO MOTOR

Quadra C

### 05 a 07 anos - Misto

08h30 às 09h15

DESENVOLVIMENTO MOTOR

Quadra D

14h40 às 15h25

DESENVOLVIMENTO MOTOR

Quadra C

### 08 a 10 anos - Feminino

14h00 às 15h00

INICIAÇÃO DESPORTIVA

Quadra A / D

### 08 a 10 anos - Masculino

14h00 às 15h00

INICIAÇÃO DESPORTIVA

Quadra A / D

### 08 a 10 anos - Misto

08h00 às 09h00

FUTSAL

Quadra A

15h30 às 16h15

Y KIDS

Quadra C

09h00 às 10h00

INICIAÇÃO DESPORTIVA

Quadra A

15h00 às 16h15

FUTSAL

Quadra A

### 11 a 13 anos - Misto

15h00 às 16h00

VÔLEI

Quadra B

17h00 às 17h45

Y TEEN

Quadra C

## **UNIFORME**

Solicitamos o uso de uniforme para todas as atividades.

## **PROGRAMA AQUÁTICO**

Masculino: Sunga não transparente escura e touca.

Feminino: Maiô inteiro não transparente escuro e touca.

## **ESPORTES/ FITNESS/ COND. FÍSICO**

Feminino e Masculino: Camiseta branca com logotipo da ACM, bermuda ou calça azul escuro, meias e tênis.

## **CONHEÇA NOSSAS ATIVIDADES ESPECIAIS!**

- ACAMPAMENTOS • VOLUNTARIADO • INTERCÂMBIOS • BALLET



ACM / YMCA  
Sorocaba

**Departamento de Educação Física**  
[www.acmsorocaba.org.br](http://www.acmsorocaba.org.br)