

J
A
R
D
I
M

S
Ã
O

P
A
U
L
O

ATIVIDADES

EXTRAS

JD. SÃO PAULO



ACM / YMCA
Sorocaba

Atualizado em 01/01/2018

Ballet

BABY CLASS I - 03 a 06 anos

2ª e 4ª das 18h00 às 18h40

BALLET INFANTIL - 05 a 08 anos

3ª e 5ª das 9h10 às 10h00

BABY CLASS II - 06 a 07 anos

2ª e 4ª das 18h40 às 19h30

BALLET CLÁSSICO INFANTIL I - 07 a 10 anos

2ª e 4ª das 19h30 às 20h30

BALLET CLÁSSICO INFANTIL II - 07 a 10 anos

2ª das 16h00 às 17h00 e 6ª das 15h30 às 16h30

BALLET CLÁSSICO INFANTO JUVENIL - 11 a 18 anos

2ª das 17h00 às 18h00

6ª das 16h30 às 17h30

BALLET CLÁSSICO LIVRE - 11 a 18 anos

2ª e 4ª das 20h30 às 21h30

BALLET CLÁSSICO ADULTO INICIANTE

2ª das 15h00 às 16h00 e 6ª das 14h30 às 15h30

BALLET CLÁSSICO JUVENIL/ADULTO AVANÇADO

4ª das 16h45 às 18h00

Sábado das 16h00 às 18h00

ESTILO LIVRE ADULTO INICIANTE

4ª das 14h30 às 16h00

ESTILO LIVRE ADULTO AVANÇADO

6ª das 20h30 às 21h30

ESTILO LIVRE JUVENIL - 12 a 18 anos

6ª das 19h00 às 20h30

ESTILO LIVRE INFANTIL - 7 a 11 anos

6ª das 17h30 às 19h00



Profª. Telma

Matrícula: R\$ 45,00

Mensalidade: R\$ 90,00



Condicionamento Físico

HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO

2ª a 6ª das 06h00 às 22h00

Sábado das 07h00 às 16h00

Domingo das 09h00 às 12h30

Mensalidade: R\$ 40,00

HORÁRIO DE EXAME MÉDICO DE APTIDÃO FÍSICA

2ª, 3ª, 4ª e 6ª.....Das 19h às 20h

5ª.....Das 17h30 às 18h30

Sábado.....Das 9h às 10h

Valor R\$ 85,00 - Válido por 1 ano
Para associados a partir de 6 anos de idade.



HORÁRIOS

2ª a 5ª - MANHÃ

07h15 às 08h15

08h15 às 09h15

Local: pista ou esteira

2ª a 6ª - NOITE

18h30 às 19h15

19h15 às 20h00

Local: pista ou esteira

Sábado das 07h30 às 09h00 **Local: rua ou esteira**

PARA FREQUENTADORES DO CONDICIONAMENTO FÍSICO

Tênis

HORÁRIOS

2ª a 6ª das 06h00 às 22h00

Sábado das 07h00 às 18h00

Domingo das 07h00 às 13h00



UNIFORME

Solicitamos o uso de uniforme para todas as atividades.

ESPORTES/ FITNESS/ COND. FÍSICO

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

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