

<b>LOCAL DE ATENDIMENTO</b>	<b>Dias da semana</b>	<b>Horário</b>	<b>Atividade</b>	<b>Idade</b>	<b>Naípe</b>	<b>Professor(a)</b>
<b>APA</b>	<b>3ª</b>	<b>15h30 às 16h15</b>	<b>Ginástica</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>Vando</b>
<b>Assoc. Mor. Jardim Concórdia</b>	<b>3ª e 5ª</b>	<b>10h às 11h</b>	<b>Bocha</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>Lucas</b>
<b>Assoc. Mor. Jardim Concórdia</b>	<b>3ª e 5ª</b>	<b>9h às 9h45</b>	<b>Ginástica</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>Lucas</b>
<b>Assoc. Mor. Jardim Concórdia</b>	<b>2ª e 4ª</b>	<b>9h15 às 10h</b>	<b>Pilates</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>Juliana</b>
<b>Assoc. Mor. Jardim Concórdia</b>	<b>2ª e 4ª</b>	<b>10h15 às 11h15</b>	<b>Pilates</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>Juliana</b>
<b>CEATO</b>	<b>3ª</b>	<b>14h30 às 15h15</b>	<b>Ginástica</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>Vando</b>
<b>Centro Olímpico</b>	<b>3ª e 5ª</b>	<b>7h30 às 8h15</b>	<b>Pilates</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>Giovani</b>
<b>Centro Olímpico</b>	<b>3ª e 5ª</b>	<b>8h30 às 9h15</b>	<b>Pilates</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>Giovani</b>
<b>Centro Olímpico</b>	<b>3ª e 5ª</b>	<b>9h30 às 10h15</b>	<b>Pilates</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>Giovani</b>
<b>Certi Coopagro</b>	<b>5ª</b>	<b>13h45 às 16h45</b>	<b>Bocha</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>Lucas</b>
<b>Certi Pioneiro</b>	<b>3ª</b>	<b>13h45 às 16h45</b>	<b>Bocha</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>Lucas</b>
<b>CIE</b>	<b>4ª e 6ª</b>	<b>9h30 às 10h15</b>	<b>Pilates</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>Rafael</b>
<b>CIE</b>	<b>3ª e 5ª</b>	<b>15h45 às 16h30</b>	<b>Pilates</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>Ana</b>
<b>Ginásio Lauri Simon</b>	<b>3ª e 5ª</b>	<b>9h15 às 10h15</b>	<b>Esportes</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>César</b>
<b>Ginásio Lauri Simon</b>	<b>3ª e 5ª</b>	<b>8h às 9h</b>	<b>Funcional</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>César</b>
<b>Grupo de Idosos - Cerro da Lola</b>	<b>5ª</b>	<b>14h às 14h45</b>	<b>Ginástica</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>Vando</b>

Grupo de Idosos - Concórdia do Oeste	3ª	16h15 às 17h15	Ginástica	60+	Misto	Stefan
Grupo de Idosos - Dez de Maio	5ª	15h às 15h45	Ginástica	60+	Misto	Vando
Grupo de Idosos - Frei Alceu	3ª e 5ª	7h45 às 8h30	Ginástica	60+	Misto	Lucas
Grupo de Idosos - Frei Alceu	2ª e 4ª	8h às 9h	Pilates	60+	Misto	Juliana
Grupo de Idosos - Novo Sarandi	2ª	9h30 às 10h30	Ginástica	60+	Misto	Stefan
Grupo de Idosos - Novo Sarandi	5ª	8h às 9h	Ginástica	60+	Misto	Stefan
Grupo de Idosos - Vila Ipiranga	4ª	13h45 às 14h45	Bocha	60+	Misto	Stefan
Grupo de Idosos - Vila Ipiranga	3ª	8h às 9h	Ginástica	60+	Misto	Stefan
Grupo de Idosos - Vila Nova	5ª	13h45 às 15h15	Bocha	60+	Misto	Stefan
Grupo de Idosos - Vila Nova	3ª e 5ª	9h30 às 10h30	Ginástica	60+	Misto	Stefan
Lar Irmãos Dentzer	3ª	13h30 às 14h15	Ginástica	60+	Misto	Vando
Unipar	2ª e 4ª	14h às 17h30	Xadrez	60+	Misto	Jean
Vila Industrial	6ª	8h às 11h	Bocha	60+	Misto	Lucas
Xaxim	2ª	14h às 15h	Ginástica	60+	Misto	Alice
São Luiz do Oeste	3ª	14h às 15h	Ginástica	60+	Misto	Alice
Bom Princípio do Oeste	4ª	14h às 15h	Ginástica	60+	Misto	Alice
Vila Industrial	4ª	8h às 11h	Bocha	60+	Misto	Lucas

<b>Linha São Paulo</b>	<b>2ª</b>	<b>19h às 19h45</b>	<b>Ginástica</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>Vando</b>
<b>Linha São Paulo</b>	<b>2ª</b>	<b>19h45 às 21h</b>	<b>Bocha</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>Vando</b>
<b>Novo Sobradinho</b>	<b>3ª e 5ª</b>	<b>8h15 às 9h</b>	<b>Pilates</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>Eduardo</b>
<b>Grupo de Idosos - Nossa Sra. De Fátima</b>	<b>5ª</b>	<b>14h às 14h45</b>	<b>Ginástica</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>Eduardo</b>
<b>Grupo de Idosos – São Jorge (Jardim América)</b>	<b>3ª</b>	<b>10h30 às 11h15</b>	<b>Ginástica</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>Eduardo</b>
<b>Grupo de Idosos - São João Batista</b>	<b>5ª</b>	<b>14h às 14h45</b>	<b>Ginástica</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>Eduardo</b>
<b>Linha Mandarin</b>	<b>3ª</b>	<b>14h às 14h45</b>	<b>Ginástica</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>Eduardo</b>
<b>CAM</b>	<b>2ª e 4ª</b>	<b>06:30 - 07:30</b>	<b>Pilates</b>	<b>50+</b>	<b>Feminino</b>	<b>Felipe</b>
<b>CAM</b>	<b>2ª e 4ª</b>	<b>07:30 - 08:30</b>	<b>Pilates</b>	<b>50+</b>	<b>Feminino</b>	<b>Felipe</b>
<b>CAM</b>	<b>2ª e 4ª</b>	<b>08:30 - 09:30</b>	<b>Pilates</b>	<b>50+</b>	<b>Feminino</b>	<b>Felipe</b>
<b>APITO</b>	<b>3ª e 5ª</b>	<b>06:30 - 07:30</b>	<b>Pilates</b>	<b>50+</b>	<b>Feminino</b>	<b>Felipe</b>
<b>APITO</b>	<b>3ª e 5ª</b>	<b>07:30 - 08:30</b>	<b>Pilates</b>	<b>50+</b>	<b>Feminino</b>	<b>Felipe</b>
<b>APITO</b>	<b>3ª e 5ª</b>	<b>08:30 - 09:30</b>	<b>Pilates</b>	<b>50+</b>	<b>Feminino</b>	<b>Felipe</b>

Atualizado 04/05/2026