



GINÁSTICA NAS QUADRAS

CRE	PROFESSOR \ POLO	LOTAÇÃO	Hora		LOCAIS DOS POLOS	ATIVIDADES
CEILANDIA	ROBES (ATESTADO)					
	JOSÉ MARCIO DA SILVA SANTOS	CAIC ANÍSIO TEIXEIRA	08:30	SEG / TER / QUI	CAIC A.T	NATAÇÃO
			14:00			HIDROGINÁSTICA
			15:30			
			17:00			
			18:30			
	EDYE J. ANDRADE	CEF 07	06:30	SEG/QUA/SEX	Centro Comunitário EQNM 5/7	GIN. LOCALIZADA
			07:50			
			09:10			
	DENISE DIAS DE OLIVEIRA	E.C 34	07:00	SEG/QUA/SEX	E.C 34	GIN. LOCALIZADA
			08:20			
			09:40			
			14:00	SEG / TER / QUI	CENTRO DE SAÚDE Nº 12	ALONGAMENTO
			15:20			PILATES
			16:40			GIN. AERÓBICA / DANÇA
	JAQUELINE SANTOS SILVA	CED 11	06:00	SEG/QUA/SEX	CASA DO CANTADOR QNN 32	GINASTICA FUNCIONAL P/ MELHOR IDADE
			07:20		CENTRO COMUNITARIO DO IDOSO LUISA DE MARILLAC QNN 32	
			08:40		EC 43	CAMINHADA - CORRIDA
			17:40			GIN. LOCALIZADA
			19:00			GIN. LOCALIZADA
			20:20			
	PAULA MOURA	CEM 03	06:00	SEG/QUA/SEX	CÉU DAS ARTES - QNM	GIN. LOCALIZADA
			07:20			
			08:40			
			19:00			
			20:20			
			21:40			
	MIQUEAS ALEXANDRE DA SILVA	CED 14	07:00	SEG/QUA/SEX	CED 14	GIN. LOCALIZADA
			08:20			
			09:40			
			16:30			
			18:00			
	DELZA J. DE LIMA	E.C 20	07:00	SEG/QUA/SEX	CAIC BERN. SAYÃO	GIN. LOCALIZADA
			08:20			
			16:00			
			17:20	SEG/ TER / QUI	CENTRO DE SAÚDE Nº 05	
			07:00			
			18:40			
	JORAIMA DA SILVA RODRIGUES	EC 01	06:30	SEG/QUA/SEX	E.C 01	ALONGAMENTO, CAMINHADA, GIN. LOCALIZADA, AERÓBICA, DANÇA E MEDITAÇÃO
			07:50			
			09:10			
			10:30			
13:00						
14:20						
ELIANE GONÇALVES DE ARAÚJO FADUL	CEF 12	06:00	SEG/QUA/SEX	QNO 17/18	ALONGAMENTO - CAMINHA - GIN LOCALIZADA	
		07:20				
		08:40				
		16:30	SEG/TER/QUI	CEF 12		
		17:50				
		19:10				
CÉLIA AYRES DA FONSECA	CEF 14	06:30	SEG/QUA/SEX	CENTRO DE SAÚDE Nº 07	GIN. LOCALIZADA	
		08:20		CENTRO DE SAÚDE Nº 02		
		09:40		TER/ QUI	CENTRO DE SAÚDE Nº 09	ALONGAMENTO
		06:30				
		16:00				
		17:20	SEG/ TER / QUI	CEF 14	GIN. FUNCIONAL	

Gama	5	CARMENCITA DE JESUS OLIVEIRA	E.C 28	18:00	SEG/QUA/SEX	CEMI	DANÇA / STEP					
				19:20			GIN . FUNCIONAL					
				20:40			CIRCUITO ORIENTADO					
		MARTA SILVA DOS SANTOS RIBEIRO	JI Nº 03	07:00	SEG/QUA/SEX	FACIPLAC	YOGA					
				08:20		C. S 02 - GAMA	GIN. LOCALIZADA					
				09:40		ASMAC	GIN. LOCALIZADA					
		ELISAMAR PINTO MORAIS	E.C 29	08:00	SEG/QUA/SEX	CCI	GIN. FUNCIONAL / LOCALIZADA					
				09:20			GIN. LABORAL					
				10:40								
				14:00								
				15:20								
		16:40	YOGA									
		JOELSON OLIVEIRA MENDES	CEF 04	06:00	SEG/QUA/SEX	CENTRO SOC.S.J.BATISTA	ALONGAMENTO / DANÇA					
				07:20		CENTRO SAUDE Nº 1						
				08:40		CEE	GIN. FUNCIONAL / LOCALIZADA					
				18:00								
				19:20								
		20:40	CS 05	GINÁSTICA LOCALIZADA, FUNCIONAL E YOGA								
		MARIA JOSE			CEF 11							
Guará	2	BRUNO ALVES DE ARAÚJO	CEF 01 GUARÁ	06:40	SEG/QUA/SEX	CRAS – GUARA II	ATIVIDADES AERÓBICAS E FORTALECIMENTO MUSCULAR					
				08:00		Centro de Ensino Especial						
				09:20		CENTRO DE SAÚDE Nº 03						
		ALESSANDRO MENDES DE MEDEIROS	CEF 08	CEF 01 Estrutural	19:00	SEG/TER/QUA	CED 01 ESTRUTURAL	GI. LOCALIZADA E COND. FISICO				
					20:20							
					21:40							
				06:30	SEG/QUA/SEX	07:50	09:10	Casa da Cultura	GI. LOCALIZADA E COND. HIDROGINÁSTICA			
										17:30	SEG/QUA/QUI	CED 02
										CRE - NÚCLEO BANDEIRANTE	4	ADRIANA DE GODOY CADETE
08:20												
09:40												
17:20	SEG/QUA/QUI											
18:30												
19:45	Salão Comunitario do Núcleo Bandeirante	GIN. LOCALIZADA										
LUCIANO S. S. LOPES			CEM NB 01	07:00	SEG/QUA/SEX	DANÇA						
				08:20								
				09:50			GIN. LOCALIZADA					
17:00			SEG/QUA/QUI	DANÇA								
18:20												
19:40	Salão comunitário do RF I	GINÁSTICA LOCALIZADA E FUNCIONAL										
MAGDA DE LAURETO			CED 02 RF I	07:00	SEG/QUA/SEX							
				08:50								
				10:10		SEG/TER/QUI						
17:00			Salão comunitário do RF I									
18:20	Escola Classe 02 do RF											
19:40												
IDALMI	CEF 01 RF - II	07:00	SEG/QUA/SEX	QUADRA COBERTA QN 07	GINÁSTICA LOCALIZADA / FUNCIONAL							
		08:20		QUADRA COBERTA QN 14								
		09:40		QUADRA COBERTA QN 14								
		17:00	SEG / QUA / QUI	EC 02 - RF II								
		18:20										
		19:40										
Paranoá	2	HUDSON FERREIRA SILVA	EC 01	07:30	SEG/QUA/QUI	FEDERAÇÃO DOS BANDEIRANTES	TREINAMENTO FUNCIONAL					
				08:50								
				10:10								
				19:00								
				20:20								
		21:40	CENTRO DE SAUDE 01 - ITAPOÁ	GIN. LOCALIZADA / PILATES								
		ROGÉRIO MAGALHÃES			CEM 01	15:30	SEG/QUA/SEX	CEDEP				
						16:40		CEDEP				
						18:00		CEDEP				

Planaltina	2	SUZE DE SOUSA RODRIGUES	CEF N.S. FÁTIMA	06:40	SEG/QUA/SEX	ESCOLA CLASSE 11 JARDIM RORIZ	TREINAMENTO FUNCIONAL		
				08:00		GINÁSIO BURITIS 3			
				09:40		CAPEME			
				16:40		CAPEME			
				18:10		CEF NS Fatima			
				19:30		ALONGAMENTO			
	REJANE SALGADO FERREIRA	JICB - CASA VIVENCIA	SEG/QUA/SEX	07:00	Ginásio Múltiplas Funções	GIN. LOCALIZADA			
				08:20	J.I - Casa de Vivência	HIDROGINÁSTICA			
				10:00					
				11:20					
				14:00					
				15:30					
PLANO PILOTO	4	GISELLE ALVES ALBUQUERQUE	E.C 209 SUL	07:10	SEG/QUA/SEX	GINÁSIO DO CRUZEIRO	GIN. LOCALIZADA, FUNCIONAL E ALONGAMENTO		
				08:30		SMU			
				09:50		PARQUE BOSQUE			
				11:10		306 NORTE		GIN. LOCALIZADA	
				18:40					113 NORTE
				20:00					CLUBE VIZINHANÇA
		HUGO DA SILVA ALBUQUERQUE	E.C 312 NORTE	SEG/QUA/SEX	06:50		Creche da VILA PLANALTO		GIN. LOCALIZADA
					08:10		E.C 312 NORTE		
					10:00	PARQUE OLHOS DAGUA	GIN. LOCALIZADA		
					11:20			CEF VARJÃO	
					18:30			CEF 410 NORTE	
					20:00			CEF VARJÃO	
18:20	TER / QUI / SEX								
TÂNIA TEIXEIRA REIS	EC VARJÃO	SEG/QUA/SEX	09:00						
			10:20						
			18:20						
			19:40						
			21:00						
			18:20						
DENISE (ATESTADO)									
Rec. Das Emas	2	TIAGO CORTEZ MATOS	EC 404	07:00	QUA/SEX	EC. 404	GIN. LOCALIZADA E TREINAMENTO FUNCIONAL		
				08:20		CÉU DAS ARTES			
				09:40		EC 404			
				18:00		CCI			
				19:20		EC. 401			
				20:20		JI 603			
		RICARDO COSTA LIMA	CED 104	SEG/QUA/QUI	17:30	QD CED 104	GIN. LOCALIZADA E TREINAMENTO FUNCIONAL		
					18:40	cef 106			
					19:50				
Samambaia	4	BRUNO RIBEIRO SÁ COSTA	CEF 507	06:40	SEG/QUA/SEX	EC 412	GIN. LOCALIZADA E TREINAMENTO FUNCIONAL		
				08:00		Parque 03 Meninas			
				09:20		EC 308			
				16:00					
				18:00					Setor mansões Samamb
				19:20					CC 403
			CEF 519						
		MARILDA ANTUNES	CEF 519	SEG/QUA/SEX	6:40	CEF 501	GIN. LOCALIZADA E		
					08:00	EC 502			
					09:20	Paroquia Santa Luzia - QR 304		GIN. LOCALIZADA E TREINAMENTO FUNCIONAL	
					16:40				CADEC - QR 313
					18:00				ESPAÇO CULTURAL 103
					19:20				Associação Mª de Nazaré
			ATENDIMENTO INDIV						
			PILATES						
			PILATES						
			PILATES						
		KALINCA LINS	CEF 519	TER/QUA/SEX	07:00	SEG/QUA/SEX	GIN. AERO LOCAL		
					08:20				
					09:40				
					14:30				
					15:50				
					17:10				
		FLÁVIA LIMA	CEF 412	SEG/QUA/SEX	13:00	SEG/QUA/SEX	GIN. AERO LOCAL		
14:00									
15:00									
16:00									
18:00									
19:20									
				SEG/QUA/SEX	GIN. AERO LOCAL				
				SEG/QUA/SEX	DANÇA, GIN FUNCIONAL				

Santa Maria	3	ANTÔNIA MARIZETE TEIXEIRA DE SOUSA	CEF 316	07:00	SEG/QUA/SEX	C.S. Cond. Santos Dumont	FUNCIONAL (STRONG BY ZUMBA) E ZUMBA		
				09:00		Capela Rainha da Paz			
				LUANA COELHO DA FONSECA	CEM 417	07:45	SEG/QUA/SEX	Igreja Presbiteriana – QD 316	GIN. FUNCIONAL / LOCALIZADA
						09:00		CEM 417	
				JANAINA BASTOS		08:00	SEG/QUA/SEX	CEE	GINÁSTICA
						09:20			RITMOS
						10:40		CRAS - ST MARIA	PREVENÇÃO QUEDAS
						14:30		P.S 01	GINASTICA GRUPOS ESPECIAIS
						15:50		CEE	PILATES
						17:10		P.S 01	RITMOS
São Sebastião	2	MÁRCIO ANTÔNIO MARTINS SOUTO -	CAIC UNESCO	19:00	SEG/QUA/SEX	CAIC UNESCO	GIN. LOCALIZADA		
				20:20				GINÁSTICA AERÓBICA	
				21:40				GIN. LOCALIZADA	
				MARIA DE JESUS DA COSTA LEITE	CEF DO BOSQUE	06:40	SEG/QUA/SEX	Igreja Santo Afonso	ALONGAMENTO
						08:00			GIN. LOCALIZADA
						09:20			ALONGAMENTO
						15:40			GIN. LOCALIZADA
						17:00			GIN. LOCALIZADA
						18:20			ALONGAMENTO
		Taguatinga	9	VALÉRIA CORRÊA RODRIGUES FERREIRA	CEF VILA AREAL	07:00	SEG/QUA/SEX	UBS 2 Águas Claras QS 8 conj 410 A lote 15	GIN. LOCALIZADA
08:20									
16:00						CER II - CENTRO ESPECIALIZADO EM REABILITAÇÃO		HIDROGINÁSTICA	
17:20									
18:40									
ADRIANA DE LOURDES SILVA	CEF 11			07:00	SEG/QUA/SEX	CER II - CENTRO ESPECIALIZADO EM REABILITAÇÃO	HIDROGINÁSTICA		
				08:20					
				09:40					
				11:00					
				15:00					
JANAINA BIANCA DA VEIGA	E.C VICENTE PIRES			18:30	SEG/QUA/SEX	PARQUE AGUAS CLARAS	GINÁSTICA		
				19:30					
				15:00			PAROQUIA NS VITORIA VICENTE PIRES	ALONGAMENTO	
				16:20				PILATES	
				19:00				PILATES	
ARIONETE M. ARAÚJO	CEF 14 MAT			06:50	SEG/QUA/SEX	CIRCULO OPERÁRIO	GINASTICA		
				08:10					
	E.C 08 VESP			09:30					
				13:00			CENTRO DE REABILITACAO	HIDROGINÁSTICA	
				14:20			CENTRO DE REABILITACAO		
15:40									
EDUARDO H. DOS SANTOS	CEF 19			06:50	SEG/QUA/SEX	TAGUAPARQUE	ginástica funcional		
				07:30					
				09:10					
	E.C 10			15:50				PARQUE ONOYAMA	
				17:30				TAGUAPARQUE	
19:10				EC 10					
LAURO CESAR PEREIRA	EC 52			06:30	SEG/QUA/SEX	Parque Saburo Onoyama	GINÁSTICA LOCALIZADA E ORIENTAÇÃO		
				07:50					
				09:20				Lions TaG sul	
		16:30		Paroquia nNS Fatima					
		18:00		EC 13					
19:25		CEF 10							
ARIELA	EC 50	06:30	SEG/QUA/SEX	QNF - PARÓQUIA SÃO JOÃO BATISTA	GINÁSTICA				
		07:50			LIONS TAG NORTE	PILATES			
		09:10			Circulo Operário - COT	ALONGAMENTO			
		10:30	SEG/QUA/QUI	Ec 50	GINÁSTICA				
		18:15		Ec 50	ALONGAMENTO				
19:35									
ALEX VIANO	CEF 14	06:40	SEG/QUA/SEX	QNL 10/12	GINÁSTICA FUNCIONAL .				
		08:00				QNL 10/12			
		09:20				PARÓQUIA SAGRADA FAMILIA			
		16:30				CED 104 - QNG			
		17:50				PARÓQUIA SAGRADA FAMILIA			
19:10		EC 08 - QNG							
RONALDO SEGGIARIO	CEF 09	06:30	SEG/QUA/SEX	PRAÇA DO BICALHO	GINÁSTICA / FUNCIONAL / ACOMPANHAMENTO				
		07:50				TAGUAPARQUE			
		09:10				TAGUAPARQUE			
		15:40				TURMA EM FORMAÇÃO			
		17:00				QUADRA DA QSC 01			
18:20		EC 10 TAG							