

TABELA DE MODALIDADES ESPORTIVAS

2018



VANTAGENS DE SER SÓCIO:

- Clube referência na cidade, com mais de três mil associados;
- Aberto todos os dias (sede Aldeota);
- Quadras poliesportivas cobertas;
- Academia com completa estrutura;
- Piscinas semiolímpicas e infantis;
- Piscina de hidroginástica com cobertura retrátil;
- Programação musical fixa e sistemática;
- Preços especiais em shows;
- Descontos especiais nas modalidades esportivas e no pilates;
- Piscina de hidromassagem, sauna a vapor e a seco, bem como espaço climatizado para massagens (relaxante e estética);
- Professores renomados altamente capacitados e atletas reconhecidos nacionalmente;
- Qualidade dos produtos oferecidos;
- Diversidade de horários para a prática esportiva;
- Descontos nos pacotes de aniversários infantis;
- Mensalidade única para toda a família, com inclusão de esposa(o) ou companheira(o) e filhos de até 24 anos como dependentes;
- Parque infantil;
- Eventos musicais com serviço de restaurante à la carte;
- Entradas nas duas sedes (Praia e Aldeota) com 4 convidados, além dos dependentes.

ESPORTE	SÓCIO	NÃO SÓCIO
HIDROGINÁSTICA (2 DIAS)	R\$ 77	R\$ 128
HIDROGINÁSTICA (3 DIAS)	R\$ 86	R\$ 142
HIDROGINÁSTICA (4 DIAS)	R\$ 96	R\$ 158
HIDROGINÁSTICA (5 DIAS)	R\$ 106	R\$ 174
NATAÇÃO - INICIAÇÃO (1 DIA)	R\$ 50	R\$ 83
NATAÇÃO - INICIAÇÃO (2 DIAS)	R\$ 96	R\$ 158
NATAÇÃO - APRENDIZADO (SÁBADO)	R\$ 55	R\$ 90
NATAÇÃO (2 DIAS)	R\$ 77	R\$ 128
NATAÇÃO (3 DIAS)	R\$ 86	R\$ 142
NATAÇÃO (4 DIAS)	R\$ 96	R\$ 158
NATAÇÃO (5 DIAS)	R\$ 106	R\$ 174
BASQUETE (2 DIAS)	R\$ 77	R\$ 128
BASQUETE (3 DIAS)	R\$ 86	R\$ 142
BASQUETE (4 DIAS)	R\$ 96	R\$ 158
FUTSAL GUERREIRINHOS / BNB CLUBE (2 DIAS)	R\$ 113	R\$ 176
VOLEIBOL (2 DIAS)	R\$ 77	R\$ 128
VOLEIBOL (3 DIAS)	R\$ 86	R\$ 142
KARATÊ (2 DIAS)	R\$ 77	R\$ 128
JUDÔ (2 DIAS)	R\$ 77	R\$ 128
JUDÔ (3 DIAS)	R\$ 86	R\$ 142
MUAY THAI (2 DIAS)	R\$ 77	R\$ 128
TAEKWONDO (2 DIAS)	R\$ 77	R\$ 128
TAEKWONDO (3 DIAS)	R\$ 86	R\$ 142
XADREZ (4 DIAS)	R\$ 77	R\$ 128
WRESTLING / LUTA OLÍMPICA (2 DIAS)	R\$ 77	R\$ 128
WRESTLING / LUTA OLÍMPICA (3 DIAS)	R\$ 90	R\$ 150
MUSCULAÇÃO (6 DIAS)	R\$ 77	R\$ 124
SAUNA	R\$ 20	R\$ 40
GINÁSTICA RÍTMICA (2 DIAS)	R\$ 100	R\$ 153
PILATES (1 DIA)	R\$ 100	R\$ 136
PILATES (2 DIAS)	R\$ 150	R\$ 218
PILATES (3 DIAS)	R\$ 200	R\$ 273
CORRIDA E TREINAMENTO FUNCIONAL	R\$ 90	R\$ 150
TÊNIS	R\$ 176	R\$ 220

É obrigatória a entrega de atestado médico no ato da matrícula para todas as modalidades esportivas.

ESPORTES INDIVIDUAIS



GINÁSTICA RÍTMICA

EVALDO SILVA	5 A 8 ANOS	TER - QUI	16h20 - 17h50	QUADRA POLIESPORTIVA II
GIOVANNA MAIA	9 A 12 ANOS	SEG - QUA	16h20 - 17h50	
EVALDO SILVA	5 A 12 ANOS	TER - QUI	9h - 10h30	

XADREZ

SILVIO LUCENA	7 A 17 ANOS (INICIANTE)	TER/QUA/QUI/SEX	15h - 16h	SALA DE XADREZ
	7 A 17 ANOS (INICIANTE)	TER/QUA/QUI/SEX	16h - 17h	
	7 A 17 ANOS (INTERMEDIÁRIO)	TER/QUA/QUI/SEX	17h - 18h	
	ADULTO (INICIANTE)	TER/QUA/QUI/SEX	18h - 19h	

MUSCULAÇÃO

DANIELLE OLIVEIRA	A PARTIR DE 13 ANOS	SEG A SEX	6h - 13h	ACADEMIA
SORAYA XAVIER			14h - 22h	
DANIELLE OLIVEIRA		SÁBADO	8h - 12h	

TÊNIS

GRUPO SET POINT	4 A 7 ANOS	SEG - QUA	8h - 8h50	GINÁSIO
	7 A 10 ANOS	SEG - QUA	9h - 9h50	
	4 A 7 ANOS	SEG - QUA	14h - 14h50	
	7 A 10 ANOS	SEG - QUA	15h - 15h50	

ESPORTES COLETIVOS



FUTSAL GUERREIRINHOS / BNB CLUBE

EQUIPE GUERREIRINHOS	4 A 6 ANOS	TER - QUI	16h30 - 17h30	QUADRA ZÉ MILTON
	7 E 8 ANOS	SEG - QUA	16h30 - 17h30	
	7 E 8 ANOS	SEG - QUA	18h30 - 19h30	
	9 E 10 ANOS	SEG - QUA	17h30 - 18h30	
	11 E 12 ANOS	TER - QUI	17h30 - 18h30	
	13 A 16 ANOS	TER - QUI	18h30 - 19h30	

VOLEIBOL

IURY SANTOS	8 A 12 ANOS	TER - QUI	16h - 17h	QUADRA AMARELA
		TER - QUI	17h - 18h	QUADRA POLIESPORTIVA
	9 A 12 ANOS	SEG - QUA	17h30 - 18h30	QUADRA VOLEIBOL AMARELA
		QUA - SEX	17h30 - 18h30	
	SEG/QUA/SEX	17h30 - 18h30		
	12 A 16 ANOS	TER - QUI	18h - 19h	QUADRA POLIESPORTIVA
13 A 16 ANOS	SEG - QUA	18h30 - 19h30	QUADRA VOLEIBOL AMARELA	
	QUA - SEX	18h30 - 19h30		
	SEG/QUA/SEX	18h30 - 19h30		
A PARTIR DE 17 ANOS	SEG - QUA	19h30 - 20h30	QUADRA POLIESPORTIVA	
	TER - QUI	19h - 20h		
CAROL OLIVEIRA	6 A 10 ANOS	TER - QUI	18h - 19h	QUADRA VOLEIBOL AZUL
	8 A 12 ANOS	TER - QUI	19h - 20h	
	12 A 16 ANOS	SEG - QUA	18h30 - 19h30	
	FEMININO ADULTO	SEG - QUA	19h30 - 20h30	

BASQUETE

CAMPAINHA	8 A 12 ANOS	SEG - QUA	17h - 18h	QUADRA POLIESPORTIVA II	
	8 A 12 ANOS	TER - QUI	17h - 18h		
	13 A 14 ANOS	SEG - QUA	18h - 19h		
		TER - QUI	18h - 19h		
	SEG/TER/QUA/QUI	18h - 19h			
	15 A 16 ANOS	SEG - QUA	19h - 20h		
TER - QUI		19h - 20h			

ARTES MARCIAIS



TAEKWONDO

JOSELINO	4 A 12 ANOS	SEG - QUA	17h30 - 18h30	SALA DA COBERTURA
		QUA - SEX	17h30 - 18h30	
		SEG/QUA/SEX	17h30 - 18h30	
	A PARTIR DE 13 ANOS	SEG - QUA	18h30 - 19h30	
		QUA - SEX	18h30 - 19h30	
		SEG/QUA/SEX	18h30 - 19h30	

JUDÔ

ROGÉRIO CRUZ	3 A 8 ANOS	TER - QUI	16h30 - 17h20	SALA DAS ARTES MARCIAIS
	3 A 10 ANOS	SEG/QUA/SEX	8h20 - 9h20	
	9 A 14 ANOS	TER - QUI	17h30 - 18h30	
	A PARTIR DE 8 ANOS	SEG/QUA/SEX	7h20 - 8h20	
	A PARTIR DE 8 ANOS	TER - QUI	18h30 - 19h30	
	ADULTO	SEG/QUA/SEX	6h20 - 7h20	
	3 A 10 ANOS	TER - QUI	9h - 10h	

LUTA OLÍMPICA / WRESTLING

HUDSON MARQUES	A PARTIR DE 8 ANOS	SEG - QUA	9h30 - 10h30	SALA DAS ARTES MARCIAIS
		SEG/QUA/SEX	20h - 21h	

KARATÊ

JORGE ETELMO	4 A 10 ANOS	TER - QUI	17h - 18h	SALA DA COBERTURA
	A PARTIR DE 8 ANOS	SÁBADO	9h - 11h	
	A PARTIR DE 11 ANOS	TER - QUI	18h - 19h	
		TER - QUI	8h - 9h	
	A PARTIR DE 8 ANOS	TER - QUI	19h - 20h	

MUAY THAI

CÉLIO TERCEIRO	A PARTIR DE 8 ANOS	SEG - QUA	18h - 19h	SALA DAS ARTES MARCIAIS
		SEG - QUA	19h - 20h	

SAÚDE E BEM ESTAR



PILATES*

CATHERINE FERREIRA E ISABELLE GOIS	A PARTIR DE 9 ANOS	SEG/QUA/SEX	7h - 12h	SALA DE PILATES	
		RAQUEL FITERMAN E CLARISSA MARQUES	TER - QUI		7h - 12h
		CATHERINE FERREIRA E ROSEANE ARRAS	SEG A SEX		13h30 - 17h30
		MONALISA BARROS E CLARISSA MARQUES	SEG - QUA		17h30 - 21h30
			SEXTA		17h30 - 20h30
		RAQUEL FITERMAN E BRENDA FROTA	TER - QUI		17h30 - 20h30

*Os horários devem ser confirmados diretamente com o setor de Pilates.

SAUNA*

Masculino	Adulto	TERÇA	19h - 22h	SALA DE SAUNA
Feminina		QUINTA	15h45 - 18h45	
Masculino		QUINTA	19h - 22h	
Masculino		SÁBADO	15h - 20h	

20% de desconto no pacote de 10 sessões.
Pagamento em até 4x s/juros no cartão de crédito.

ASSESSORIAS ESPORTIVAS



CORRIDA

FORTIME	SEG - QUA	5h30 6h 6h30 17h30 18h 18h30 19h 19h30	UNIFOR
	TER - QUI	18h30 19h 19h30 20h 20h30	
	SEG - QUA	18h30 19h 19h30	CAMBEBA
	TER - QUI	5h30	IGUATEMI

TREINAMENTO FUNCIONAL

FORTIME	SEG - QUA	17h30 18h30 19h30	UNIFOR
	TER - QUI	18h30 19h30 20h30	
	SEG - QUA	18h30	CAMBEBA

CORRIDA / FUNCIONAL

FORTIME	TER - QUI	5h30	BEIRA MAR
	TER - QUI	17h 17h30 18h 18h30	BNB PASSARÉ
	TER - QUI	19h	CAUCAIA (ATACADÃO) e EUSÉBIO (OPEN MALL)
	SÁBADOS	5h30 16h	VARIADOS

TURMA KIDS (A PARTIR DE 4 ANOS)

FORTIME	SEG - QUA	18h 19h	UNIFOR
	TER - QUI	18h30 19h30	

Maiores informações entrar em contato com a responsável pela Fortime, professora Taiana, através do telefone (85) 99998-0137.

NATAÇÃO

STARK ASSESSORIA	ADULTO	SEG - QUA	12h15 - 13h15	PISCINA ATLÉTICA (INFERIOR)
------------------	--------	-----------	---------------	-----------------------------

ESPORTES AQUÁTICOS



NATAÇÃO

WILSON FREITAS	ADULTO (AVANÇADO)	TER - QUI	6h - 6h40	PISCINA MASTER (SUPERIOR)
		QUA - SEX	6h - 6h40	
		TER/QUI/SEX	6h - 6h40	
		TER/QUA/QUI/SEX	6h - 6h40	
		TER - QUI	6h40 - 7h20	
		QUA - SEX	6h40 - 7h20	
		TER/QUI/SEX	6h40 - 7h20	
		TER/QUA/QUI/SEX	6h40 - 7h20	
	QUA - SEX	7h20 - 8h		
	ADULTO (INTERMEDIÁRIO)	SEG/QUA/SEX	15h40 - 16h20	PISCINA ATLÉTICA
	ADULTO (AVANÇADO)	QUA - SEX	16h30 - 17h10	PISCINA MASTER (SUPERIOR)
		SEG/QUA/SEX	16h30 - 17h10	
	APERFEIÇOAMENTO I AVANÇADO (6 A 13 ANOS)	TER - QUI	9h - 9h40	PISCINA INFERIOR
	APERFEIÇOAMENTO I AVANÇADO (6 A 13 ANOS)	QUA - SEX	17h20 - 18h	PISCINA INFERIOR
	APERFEIÇOAMENTO II (6 A 13 ANOS)	TER - QUI	8h10 - 8h50	PISCINA MASTER (SUPERIOR)
		QUA - SEX	8h10 - 8h50	
APERFEIÇOAMENTO II (6 A 16 ANOS)	TER - QUI	8h10 - 8h50		
	QUA - SEX	8h10 - 8h50		
APERFEIÇOAMENTO (ATÉ 17 ANOS)	TER - QUI	7h20 - 8h		

NATAÇÃO

FELIPE LIMA	INICIAÇÃO (3 A 5 ANOS)	TER - QUI	9h40 - 10h20	PISCINA HIDROGINÁSTICA
		QUA - SEX	14h20 - 15h	
		QUA - SEX	15h - 15h40	
		QUA - SEX	15h40 - 16h20	
		SÁBADO	8h - 8h40	
	SÁBADO	9h40 - 10h20		
	APRENDIZADO I (6 A 10 ANOS)	TER - QUI	8h10 - 8h50	PISCINA MASTER
		TER - QUI	9h - 9h40	PISCINA HIDROGINÁSTICA
		SÁBADO	8h40 - 9h40	
		QUA - SEX	17h20 - 18h	
APRENDIZADO II (6 A 16 ANOS)		QUA - SEX	16h30 - 17h10	PISCINA ATLÉTICA (INFERIOR)
ADULTO (INICIANTE)	SEG/QUA/SEX	19h - 19h40	PISCINA HIDROGINÁSTICA	
	SEG/QUA/SEX	19h40 - 20h20		
	ADULTO (INTERMEDIÁRIO)	SEG/QUA/SEX	20h20 - 21h	PISCINA ATLÉTICA
ADULTO (AVANÇADO)	TER - QUI	19h40 - 20h20	PISCINA MASTER (SUPERIOR)	
	TER - QUI	20h20 - 21h		
LUIS CLÁUDIO	APERFEIÇOAMENTO I AVANÇADO (A PARTIR DE 12 ANOS)	SÁBADO	8h40 - 9h40	PISCINA ATLÉTICA (INFERIOR)
	APERFEIÇOAMENTO II (7 A 16 ANOS)	SÁBADO	8h40 - 9h40	
FÁBIO MOUTA	INICIAÇÃO (3 A 5 ANOS)	TER - QUI	14h50 - 15h30	PISCINA ATLÉTICA
		SEGUNDA	17h20 - 18h	PISCINA HIDROGINÁSTICA
	APERFEIÇOAMENTO I (6 A 10 ANOS)	QUA - SEX	16h30 - 17h10	
	APERFEIÇOAMENTO I (6 A 10 ANOS)	TER - QUI	17h20 - 18h	PISCINA MASTER (SUPERIOR)
	APERFEIÇOAMENTO (ATÉ 17 ANOS)	TER - QUI	15h40 - 16h20	
	APERFEIÇOAMENTO (ATÉ 17 ANOS)	QUA - SEX	17h20 - 18h	
MARCELO AUGUSTO	ADULTO (INTERMEDIÁRIO)	TER - QUI	16h30 - 17h10	PISCINA ATLÉTICA
		TER - QUI	14h20 - 15h	PISCINA HIDROGINÁSTICA
	APERFEIÇOAMENTO I (6 A 10 ANOS)	TER - QUI	16h30 - 17h10	
	APERFEIÇOAMENTO I AVANÇADO (6 A 13 ANOS)	TER - QUI	15h - 15h40	PISCINA ATLÉTICA (INFERIOR)

NATAÇÃO

MARCELO AUGUSTO	APERFEIÇOAMENTO (ATÉ 17 ANOS)	TER - QUI	17h20 - 18h	PISCINA MASTER (SUPERIOR)
	ADULTO	TER - QUI	12h - 13h	PISCINA ATLÉTICA (INFERIOR)
	ADULTO (INICIANTE/ INTERMEDIÁRIO)	TER - QUI	15h40 - 16h20	
		TER - QUI	20h20 - 21h	
	ADULTO (AVANÇADO)	SEG - QUA	20h20 - 21h	PISCINA MASTER (SUPERIOR)
		QUA - SEX	20h20 - 21h	
		SEG/QUA/SEX	20h20 - 21h	
JULIANY MARINHO	INICIAÇÃO (3 A 5 ANOS)	TER - QUI	14h - 14h40	PISCINA ATLÉTICA
		TER - QUI	15h - 15h40	PISCINA HIDROGINÁSTICA
		TER - QUI	15h40 - 16h20	
	APRENDIZADO II (6 A 13 ANOS)	TER - QUI	17h20 - 18h	PISCINA ATLÉTICA (INFERIOR)
		QUA - SEX	17h20 - 18h	
	APERFEIÇOAMENTO (ATÉ 17 ANOS)	TER - QUI	16h30 - 17h10	PISCINA MASTER (SUPERIOR)
QUA - SEX		16h30 - 17h10		
RICARDO TORRES	APRENDIZADO I AVANÇADO (6 A 16 ANOS)	QUA - SEX	16h30 - 17h10	PISCINA ATLÉTICA (INFERIOR)
		TER - QUI	17h20 - 18h	
	APRENDIZADO II (6 A 13 ANOS)	TER - QUI	16h30 - 17h	
		TER - QUI	15h40 - 16h20	
	APRENDIZADO II (6 A 16 ANOS)	QUA - SEX	15h40 - 16h20	
		QUA - SEX	15h40 - 16h20	
	ADULTO (INICIANTE)	TER - QUI	6h - 6h40	
		SEG/QUA/SEX	6h - 6h40	
		SEG A SEX	6h - 6h40	
	ADULTO (INTERMEDIÁRIO)	SEG - QUA	6h40 - 7h20	
		TER - QUI	6h40 - 7h20	
		QUA - SEX	6h40 - 7h20	
		SEG/QUA/SEX	6h40 - 7h20	
		SEG A SEX	6h40 - 7h20	
SEG - QUA		7h20 - 8h		
TER - QUI		7h20 - 8h		
TER - QUI		7h20 - 8h		

NATAÇÃO

RICARDO TORRES	ADULTO (INTERMEDIÁRIO)	TER/QUI/SEX	7h20 - 8h	PISCINA ATLÉTICA (INFERIOR)
		TER/QUA/QUI/SEX	7h20 - 8h	
		SEG A SEX	7h20 - 8h	
		TER - QUI	8h10 - 8h50	
		SEG/QUA/SEX	8h10 - 8h50	
	ADULTO (AVANÇADO)	SEG A SEX	8h10 - 8h50	PISCINA MASTER (SUPERIOR)
		SEG - QUA	19h40 - 20h20	
		QUA - SEX	19h40 - 20h20	
	SEG/QUA/SEX	19h40 - 20h20		

HIDROGINÁSTICA

PATRÍCIA BRAGA	A PARTIR DE 17 ANOS	QUA - SEX	6h10 - 7h	PISCINA HIDROGINÁSTICA
		TER - QUI	6h10 - 7h	
		TER/QUA/QUI	6h10 - 7h	
		TER/QUA/QUI/SEX	6h10 - 7h	
		QUA - SEX	7h05 - 7h55	
		TER - QUI	7h05 - 7h55	
		TER/QUA/QUI	7h05 - 7h55	
		TER/QUA/QUI/SEX	7h05 - 7h55	
		TER - QUI	8h - 8h50	
		QUA - SEX	8h - 8h50	
MANOEL NAZARENO	A PARTIR DE 17 ANOS	QUA/QUI/SEX	8h - 8h50	PISCINA HIDROGINÁSTICA
		TER/QUA/QUI	8h - 8h50	
		TER/QUA/QUI/SEX	8h - 8h50	
		TER - QUI	18h - 18h50	
		QUA - SEX	18h - 18h50	
		SEG/QUA/SEX	18h - 18h50	
		SEG/TER/QUA/QUI	18h - 18h50	
		TER/QUA/QUI/SEX	18h - 18h50	
		SEG A SEX	18h - 18h50	
		TER - QUI	18h55 - 19h45	

**#SIM
VOCÊ
PODE**

*Venha aproveitar as
vantagens de ser sócio
do nosso clube!*

