

CRONOGRAMA DE OFICINAS

| | SEGUNDA-FEIRA | |
|----------------|-------------------------------------------------------|---------------------|
| Horário | Oficinas | Ensalamento |
| 07:00 às 08:00 | Alongamento/Aeróbico Neka | BEM ESTAR |
| 07:00 às 12:00 | Hipnoterapia Clínica Julian | SALA DOS FUNDOS |
| 08:00 às 09:00 | Violão Iniciante Agnaldo | AR LIVRE |
| 08:00 às 14:00 | Nutricionista Marina | SALA ADMINISTRATIVO |
| 08:00 às 12:00 | Alfabetização Simone | EMPREENDEDORISMO |
| 08:00 às 17:00 | Cassino Pedagógico Sandra | ESPAÇO ABERTO |
| 08:00 às 09:00 | Fortalecimento Muscular Neka | BEM ESTAR |
| 08:00 às 12:00 | Corte de Cabelo, Tintura, Escova Rosa Maria | AUTOESTIMA |
| 08:30 às 12:30 | Corte de Cabelo, Tintura, Escova Roberta | AUTOESTIMA |
| 09:00 às 10:00 | Violão Intermediário Agnaldo | AR LIVRE |
| 09:00 às 10:00 | Pilates Solo Thais | BEM ESTAR |
| 10:00 às 11:00 | Fortalecimento muscular Neka | BEM ESTAR |
| 10:00 às 12:00 | Aula de Francês Adulto Maxime | SALA DE AULA |
| 11:00 às 12:00 | Aula de Violão Agnaldo | AR LIVRE |
| 13:00 às 14:00 | Acupuntura Thais | EMPREENDEDORISMO |
| 13:00 às 14:00 | Alongamento Iara | BEM ESTAR |
| 13:30 às 14:30 | Aula de Inglês Infantil (5 a 8 anos) Gisela | SALA DE AULA |
| 14:30 às 15:30 | Aula de Inglês Iniciante Gisela | SALA DE AULA |
| 14:30 às 15:15 | Baby Class (4 anos a 7 anos) Iara | BEM ESTAR |
| 15:00 às 16:00 | Violão Avançado Thiago | SALA DE GRUPO |
| 15:30 às 16:15 | Dança do Ventre Deise | BEM ESTAR |
| 16:00 às 17:00 | Terapia de Reiki | AUTOESTIMA |

| | | |
|----------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------|
| | Nazareno/Glaucia | |
| 16:00 às 17:00 | Inglês Intermediário Rodrigo | SALA DE AULA |
| 17:00 às 18:00 | Ritmos Iara | BEM ESTAR |
| 18:00 às 19:00 | Canto/Coral Adulto Thiago/Paulo | SALA DE GRUPOS |
| 18:00 às 19:00 | GAP (Glúteo, Abdomen e Pernas) Alba | BEM ESTAR |
| 19:00 às 20:00 | Aerobox Alba | BEM ESTAR |
| | TERÇA-FEIRA | |
| 07:00 às 08:00 | Fortalecimento Muscular Neka | BEM ESTAR |
| 07:00 às 12:00 | Hipnoterapia Clínica Julian | SALA DOS FUNDOS |
| 08:00 às 17:00 | Cassino Pedagógico Sandra | ESPAÇO ABERTO |
| 08:00 às 14:00 | Nutricionista Marina | SALA ADMINISTRATIVO |
| 08:00 às 09:00 | Alongamento Neka | BEM ESTAR |
| 08:00 às 11:00 | Designer sobrancelha, depilação egípcia Sonia | AUTOESTIMA |
| 08:00 às 11:00 | Micropigmentação Sonia | AUTOESTIMA |
| 08:30 às 12:00 | Micropigmentação Veronica | AUTOESTIMA |
| 09:00 às 10:00 | Inglês Infantil (6 a 10 anos) Gisela | SALA DE AULA |
| 09:00 às 11:00 | Pense Leve Christina | PENSE LEVE |
| 09:00 às 10:00 | Pilates Solo Thais | BEM ESTAR |
| 10:00 às 11:00 | Alfabetização Simone | EMPREENDEDORISMO |
| 10:00 às 10:45 | Ritmos Alba | BEM ESTAR |
| 10:00 às 12:00 | Constelação Familiar (Grupo) Dirla | SALA DE GRUPO |
| 10:45 às 11:30 | GAP (Glúteo, Abdomen e Pernas) Alba | BEM ESTAR |
| 11:00 às 12:00 | Canto/Coral Infantil Agnaldo | EMPREENDEDORISMO |
| 13:00 às 16:30 | Massagem Relaxante Chinesa (Shiatsu) Greice/Ana Carla | AUTOESTIMA |
| 13:00 às 14:00 | Alongamento Iara | BEM ESTAR |
| 13:30 às 15:00 | Italiano Iniciante Marcolla | SALA DE AULA |

| | | |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| 14:00 às 15:00 | Canto/coral Thiago/Paulo | SALA DE GRUPO |
| 14:00 às 15:30 | Pintura em Tela Isabel | EMPREENDEDORISMO |
| 14:00 às 15:00 | Aula de Xadrez Humberto | AR LIVRE |
| 14:30 às 15:15 | Ginástica Rítmica (7 anos a 12 anos) Iara | BEM ESTAR |
| 15:00 às 16:30 | Aula de Espanhol Graciela | SALA DE AULA |
| 15:00 às 16:00 | Violão Iniciante Thiago | AR LIVRE |
| 15:30 às 16:30 | Retro Dance Deivisson | BEM ESTAR |
| 16:30 às 17:30 | Terapia de Reiki Graciela | AUTOESTIMA |
| 16:30 às 17:30 | Violão Intermediário Thiago | SALA DE GRUPO |
| 16:45 às 20:00 | Tricologia Capilar (O que o cabelo revela sobre a sua saúde) Sonia Miotto | EMPREENDEDORISMO |
| 17:00 às 18:00 | Defesa Pessoal Felipe | BEM ESTAR |
| 17:30 às 18:30 | Terapia de Reiki Lauro | AUTOESTIMA |
| 17:45 às 19:00 | Canto/Coral Thiago/Paulo | SALA DE GRUPO |
| 18:15 às 18:45 | FitDance Paty | BEM ESTAR |
| 19:00 às 20:00 | Dança do Ventre Sue Ellen | BEM ESTAR |
| QUARTA-FEIRA | | |
| 07:00 às 08:00 | Alongamento/Aeróbico Neka | BEM ESTAR |
| 07:00 às 12:00 | Hipnoterapia Clínica Julian | SALA DOS FUNDOS |
| 08:00 às 14:00 | Nutricionista Marina | SALA ADMINISTRATIVO |
| 08:00 às 12:00 | Alfabetização Simone | EMPREENDEDORISMO |
| 08:00 às 17:00 | Cassino Pedagógico Sandra | ESPAÇO ABERTO |
| 08:00 às 09:00 | Fortalecimento Muscular Neka | BEM ESTAR |
| 09:00 às 10:00 | Violão Iniciante Agnaldo | AR LIVRE |
| 09:00 às 10:00 | Pilates Solo Thais | BEM ESTAR |
| 10:00 às 11:00 | Aula de Inglês Beatriz | SALA DE AULA |
| 10:30 às 12:30 | Curso de Designer de Sobancelha Vivian | AUTOESTIMA |

| | | |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------|---------------------|
| 10:30 às 11:30 | Violão Intermediário Agnaldo | AR LIVRE |
| 13:00 às 14:00 | Canto/Coral Infantil Agnaldo | EMPREENDEDORISMO |
| 13:00 às 14:00 | Aula de Inglês Infantil (5 a 8 anos) Gisela | SALA DE AULA |
| 13:00 às 14:00 | Ritmos Iara | BEM ESTAR |
| 13:30 às 15:00 | Auto Maquiagem Roberta | AUTOESTIMA |
| 14:00 às 17:00 | Clube de Mães (Pintura em tela, MDF) Marisa | EMPREENDEDORISMO |
| 14:00 às 15:00 | Aula de Inglês Iniciante Rodrigo | SALA DE AULA |
| 14:30 às 15:30 | Palestra Motivacional a cada 15 dias Roberto | SALA DE GRUPOS |
| 14:30 às 15:30 | Palestra Motivacional a Cada 15 dias Elvira | SALA DE GRUPOS |
| 14:30 às 15:15 | Baby Class (4 anos a 7 anos) Iara | BEM ESTAR |
| 15:30 às 17:10 | Barra de Access Claudia | AUTOESTIMA |
| 15:30 às 18:30 | Clube de Mães Mariza | SALA DE GRUPOS |
| 16:00 às 17:00 | Tai-chi-chuan Paulo | BEM ESTAR |
| 16:00 às 17:00 | Violão para crianças a partir de 7 anos Thiago(iniciante) | AR LIVRE |
| 16:30 às 19:00 | Curso de cuidador de idosos Daltiele | SALA DE AULA |
| 17:00: às 18:00 | Consultoria para microempreendedor individual Sandra | ADMINISTRAÇÃO |
| 17:00: às 18:00 | Alongamento Iara | BEM ESTAR |
| 17:40 às 19:30 | Português Para Estrangeiro Edilea | EMPREENDEDORISMO |
| 18:00 às 19:00 | Dança de Salão (Para casais) Fabian | BEM ESTAR |
| 19:00 às 20:00 | Aerobox Alba | BEM ESTAR |
| QUINTA-FEIRA | | |
| 07:00 às 08:00 | Funcional/Circuito Neka | BEM ESTAR |
| 07:00 às 12:00 | Hipnoterapia Clinica Julian | SALA DOS FUNDOS |
| 08:00 às 09:00 | Violão Intermediário Agnaldo | SALA DE AULA |
| 08:00 às 14:00 | Nutricionista Marina | SALA ADMINISTRATIVO |
| 08:00 às 09:00 | Alongamento Neka | BEM ESTAR |

| | | |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 09:00 às 10:00 | Inglês Infantil (6 a 10 anos) Gisela | SALA DE AULA |
| 09:00 às 11:00 | Pense Leve Christina | PENSE LEVE |
| 09:00 às 10:00 | Pilates Solo Thais | BEM ESTAR |
| 09:30 às 10:30 | Violão Iniciante Agnaldo | AR LIVRE |
| 10:00 às 11:00 | Espanhol Iniciante Lucia | SALA DE AULA |
| 10:00 às 11:00 | Alongamento Neka | BEM ESTAR |
| 10:15 às 13:00 | Micro Fisioterapia Luis Henrique | SALA DE GRUPOS |
| 13:00 às 16:00 | Constelação Familiar Dirla | SALA DE GRUPOS |
| 13:15 às 16:20 | Terapia de Reiki com Áudios de Reprogramação mental com coaching holístico - Neiva | AUTOESTIMA |
| 13:20 às 14:30 | Aula de jiu jitsu a partir de 6 anos Henrique | BEM ESTAR |
| 14:00 às 15:30 | Italiano Intermediario Marcolla | SALA DE AULA |
| 14:00 às 17:30 | Pintura em Tecido Alzira | EMPREENDEDORISMO |
| 14:30 às 15:15 | Ginástica Rítmica (7 anos a 12 anos) Iara | BEM ESTAR |
| 15:00 às 16:00 | Violão Iniciante Thiago | AR LIVRE |
| 15:30 às 16:30 | Retro Dance Deivisson | BEM ESTAR |
| 15:30 às 16:30 | Aula de Violão Iniciante Wandick | SALA DE AULA |
| 16:30 às 17:30 | Aula de Violão Iniciante Wandick | SALA DE AULA |
| 16:30 às 17:30 | Violão Iniciante Thiago | AR LIVRE |
| 17:00 às 18:30 | Designer de Sobancelha Raquel | AUTOESTIMA |
| 17:30 às 19:30 | Auriculoterapia Vanessa | AUTOESTIMA |
| 17:30 às 18:15 | Aula de Jump Kelly | BEM ESTAR |
| 18:00 às 19:00 | Canto/coral Thiago/Paulo | SALA DE GRUPO |
| 18:15 às 18:45 | Fitdance Paty | BEM ESTAR |
| 19:00 às 20:00 | Yoga Pilar | SALA DE GRUPO |
| 19:00 às 20:00 | Teatro Katia Simone | BEM ESTAR |
| | SEXTA-FEIRA | |
| 07:00 às 08:00 | Alongamento/Aeróbico | BEM ESTAR |

| | | |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| | Neka | |
| 08:00 às 17:00 | Cassino Pedagógico Sandra | ESPAÇO ABERTO |
| 08:00 às 14:00 | Nutricionista Marina | SALA ADMINISTRATIVO |
| 08:00 às 09:00 | Fortalecimento Muscular Neka | BEM ESTAR |
| 08:00 às 12:00 | Aula de Alfabetização Simone | SALA DE EMPREENDEDORISMO |
| 09:00 às 10:00 | Grupo Terapêutico de Fibromialgia Douglas | SALA DE GRUPOS |
| 09:00 às 10:00 | Aula de Inglês Beatriz | SALA DE AULA |
| 09:00 às 11:00 | Acupuntura Thais | SALA DOS FUNDOS |
| 09:00 às 12:00 | Orientação Jurídica Gustavo | SALA ADMINISTRATIVO |
| 09:00 às 10:00 | Pilates Solo Thais | BEM ESTAR |
| 10:00 às 11:00 | Mães de Anjos Douglas | SALA DE GRUPOS |
| 10:00 às 11:00 | Libras Língua de Sinais Karen | SALA DE AULA |
| 10:00 às 11:00 | Fortalecimento Muscular Neka | BEM ESTAR |
| 11:00 às 12:00 | Baby Class(7 a 12 anos) Iara | BEM ESTAR |
| 13:30 às 15:00 | Acupuntura Thais | AUTOESTIMA |
| 13:30 às 14:30 | Aula de Inglês Iniciante Rodrigo | SALA DE AULA |
| 13:30 às 14:30 | Dança Gaúcha Vilmar e Maria Helena | BEM ESTAR |
| 14:30 às 17:00 | Clube de Mães (Croche, Trico, Bordado, Macramê, Costura Manual.) | EMPREENDEDORISMO |
| 14:30 às 17:30 | Sextou!!! Tarde Dançante (Baile) Beatriz e Maria do Carmo | BEM ESTAR |
| 17:00 às 19:00 | Orientação Jurídica Suzana | ADMINISTRATIVO |
| 17:30 às 18:30 | Aula de Canto/Coral Thiago/Paulo | SALA DE AULA |
| 18:00 às 19:00 | GAP (Glúteo, Abdomen e Pernas) Alba | BEM ESTAR |
| 19:00 às 20:00 | Aerobox Alba | BEM ESTAR |