

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

<b>Bom Princípio do Oeste</b>	<b>4ª</b>	<b>14h às 15h</b>	<b>Ginástica</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>Alice</b>
<b>Vila Industrial</b>	<b>4ª</b>	<b>8h às 11h</b>	<b>Bocha</b>	<b>60+</b>	<b>Misto</b>	<b>Lucas</b>
<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>Juliana</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>Juliana</b>

Atualizado 25/02/2026