

Atividades no Cecoflor - 2024

MODALIDADE	DIAS	HORÁRIO
Ginástica Funcional	Seg. - Qua.	10h - 11h
Ginástica 2	Seg. - Qua.	19h - 20h
Musculação 2	Seg. a Sex.	18h - 21h
Musculação 1	Ter. - Qua. - Qui.	8h - 9h
Musculação	Ter. - Qui.	10h/ 11h / 14h / 15h
Ritmos 1	Ter. e Qui.	9h - 10h
Ritmos 2	Ter. e Qui.	19h - 20h
Ritmos	Ter. - Qui.	15h30min
Câmbio	Ter. - Qui.	16h30
Ginástica	Qua. - Sex.	9h



**Prefeitura de
Porto Alegre**

SECRETARIA DE ESPORTE,
LAZER E JUVENTUDE