

Atividades no Cecores - 2024

MODALIDADE	DIAS	HORÁRIO
Câmbio	Seg. e Ter.	Segunda - 14h Terça - 18h - 20h
Ginástica	Seg. e Qui.	Segunda - 15h Quinta - 20h - 21h
Vôlei	Seg. - Qui. - Sáb.	Segunda - 17h Quinta - 18h - 20h Sábado - 14h / 18h
Funcional	Seg. a Sex.	Segunda a Sexta - 14h / 15h / 16h / 17h Terça a Sexta - 8h - 11h
Musculação	Seg. - Qua. - Sex.	17h - 21h
Alongamento	Segunda	19h
Ginástica Idosos	Qua. e Sex.	8h - 9h
Caminhada Orientada	Qua. e Sex.	9h - 10h



**Prefeitura de
Porto Alegre**

SECRETARIA DE ESPORTE,
LAZER E JUVENTUDE

MODALIDADE**DIAS****HORÁRIO**

Futebol Campo	Qua. e Sex.	10h
Tênis	Sábado	9h / 12h



**Prefeitura de
Porto Alegre**

SECRETARIA DE ESPORTE,
LAZER E JUVENTUDE