



PROGRAMA

10.Dezembro.2025

18h30/19h30	GLOBAL TRAINING NATAL (Professoras Dinora Mendonça e Fátima Gaboleiro)	GIN.51
-------------	---	--------

12.Dezembro.2025

10h30/11h30	SENIOR FIT NATAL (Professoras Adriana Caeiro e Andreia Alves)	GIN.51
19h00/20h00	GINÁSTICA RÍTMICA (Formação, Competição, Pré-Rítmica de Grupo, Rítmica de Grupo, Atitudes)	GIN.51/52
20h30/21h30	DANÇAS GCP (Imagens, Danças de Salão, Hiphop Teens, Dança Clássica, Inclassse, Sevílhana, Dança Jazz, Anankê)	GIN.51/52

14.Dezembro.2025

09h00/13h00	FESTA DE NATAL PISCINA	PISCINA MUNICIPAL CAMPO DE OURIQUE
09h00/13h00	GAF (Treino Assistido)	GIN.41
09h30/10h15	JUDO	GIN. 42/43
09h30/10h30	FUTEBOL (360, 362)	POLIDESPORTIVO
10h00/12h30	GAM (Treino Pais e Filhos)	GIN.62
10h00/12h00	PENTATLO + LASER RUN (Aula Pais e Filhos)	GIN.01/JARDIM DAS AMOREIRAS
10h30/11h30	FUTEBOL (361, 363)	POLIDESPORTIVO
10h30/11h30	DANÇA CLÁSSICA (Baby Ballet, Ballet Kids, Iniciação I, Iniciação II e Intermédio)	GIN. 51/52
10h45/11h30	BABYGYM (Mega Aula – Todas as Classes)	GIN.42/43
11h00/12h00	ESGRIMA (Aula Pais e Filhos)	GIN.01
12h15/12h30	FUN GYM (Segundas e Quartas)	GIN.51/52
12h30/12h45	FUN GYM (Terças e Quintas)	GIN.51/52
12h45/13h00	FUN GYM (Sábado)	GIN.51/52
14h00/14h10	FORMAÇÃO GÍMNICA BASE (127,124)	GIN.51/52
14h10/14h20	SHORINJI KEMPO	GIN.51/52
14h20/14h30	FORMAÇÃO GÍMNICA AVANÇADA (122,128)	GIN.51/52
14h30/14h40	HIPHOP KIDS + HIPHOP TEENS	GIN.51/52
14h40/14h50	PASSO A PASSO	GIN.51/52
14h50/15h00	FORMAÇÃO GÍMNICA BASE (129,120)	GIN.51/52
15h00/18h00	GAF (Torneio de Natal)	GIN.41
15h30/15h40	FORMAÇÃO GÍMNICA BASE (123,121)	GIN.51/52
15h40/15h50	TEAMGYM	GIN.51/52
15h50/16h00	FORMAÇÃO GÍMNICA AVANÇADA (125,126)	GIN.51/52
16h00/16h10	MINI MIX	GIN.51/52
16h10/16h20	PRÉ-ESPECIAL RAPARIGAS	GIN.51/52
16h20/16h30	ACROBÁTICA	GIN.51/52

15.Dezembro.2025

10h00/10h45	MEGA HIDRO NATAL	PISCINA MUNICIPAL CAMPO DE OURIQUE
-------------	-------------------------	------------------------------------

19.Dezembro.2025

19h00/23h00	TORNEIO DE NATAL PADEL	PADEL GCP
-------------	-------------------------------	-----------

20.21.Dezembro.2025

10h00/20h00	TORNEIO DE NATAL PADEL	PADEL GCP
-------------	-------------------------------	-----------