

# HORÁRIOS

**ENTRADA — A PARTIR DAS 8H00**

**SAÍDA — DAS 17H30 ÀS 18H30**

**TREINOS DE GINÁSTICA BI DIÁRIOS**

**REFORÇO MANHÃ: 10H00 ( NÃO INCLUÍDO)**

**HORÁRIO ALMOÇO: 12H30/13H30**

**HORÁRIO LANCHE TARDE: 15H30/16H30**

# INFORMAÇÕES

**LISTA DE MATERIAL :**

**EQUIPAMENTO HABITUAL PARA O TREINO DE GINÁSTICA ( SAPATILHAS/MEIAS ANTI DERRAPANTES, ELÁSTICO CABELO ETC)**

**CHAPÉU**

**PROTETOR SOLAR**

**GARRAFA DE ÁGUA**

**LANCHE DE REFORÇO DA MANHÃ**

**EQUIPAMENTO PISCINA( TOALHA E CALÇÃO/ FATO BANHO)**

**OUTRAS INFORMAÇÕES:**

A SAÍDA DOS PARTICIPANTES DEVERÁ SER FEZTURA COM O ENCABEÇADO DE