

Vivenciar e Sentir



PRÁTICAS PARA UMA INTEGRALIDADE DO SER SAUDÁVEL

HORÁRIOS DAS ATIVIDADES FÍSICAS

HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA
08h	-	 Grupo de Dança	 Ballet
09h	-	 Ginástica Laboral nos Setores	 Assessoria (ambulatório)
11h	-	 Power Yoga + Alongamento	-
14h15	-	 Ballet	-
15h30	 Assessoria (ambulatório)	 Assessoria (ambulatório)	-
16h30	 Ginástica Laboral nos Setores	 Assessoria (ambulatório)	-
17h30	 Zumba + Ginástica Aeróbica	 Localizada + Treinamento funcional	-



INSTITUTO FEDERAL
Ceará
Campus Morada Nova