



# Atividades Clube Conviva

## CLIQUE EM MAIS INFORMAÇÕES



- **Academia JB Fitness** – Professores Jaqueline e Júnior 19 98940-6034. Atividades de musculação e fortalecimento, os planos incluem aulas coletivas como spinning, pilates solo e alongamento.

### Mais informações

- **Beach Tennis** – Professor Breno Lodi - 19 98102-3355

### Mais informações

- **Coral Conviva** – Para ingressar no Coral basta ir aos ensaios – atividade gratuita! Ensaios, às quartas-feiras, às 19h30, no Salão Social

### Mais informações

- **Dança Circular** – Professora Elfriede Walzberg - 19 99712-5072 - segundas-feiras, das 15h30 às 17h, no Salão Social

### Mais informações

- **Fisioterapia para idosos** - quartas-feiras, das 10h às 11h, no salão social. Fernanda Damiani, fisioterapeuta - 11 97071-6431.

### Mais informações

- **Futebol Society** - Interessados devem acessar o grupo de WhatsApp da Diretoria Esportiva.

### Mais informações

- **Kung-Fu** - Professor Pablo Stanelli - 19 99253-1686 Salão Social - terças e quintas-feiras, das 19h às 20h15

### Mais informações

- **Pilates de Solo** - Professora Arlete Aparecida Prando 19 98438-6188 - Casarão - às segundas, quartas e sextas-feiras, das 8h30 às 9h30

### Mais informações

**Projeto Qualivida** – Oficina da Memória - Professora Célia Ferreira de Araújo - (19) 9 9210-9577 - Ginástica e Oficina da Memória - Quartas-feiras, das 17h às 18h

### Mais informações

- **YOGA** – Professora Anny Chang - 11 97583-5331 terças e quintas-feiras, com três opções de horários: às 7h45 ou às 19h05 ou às 20h15

### Mais informações

- **YOGA** – Hatha Flow Yoga - Professora Kátia Aguiar - 11 99469-6559 - às segundas e quartas-feiras, às 20h30.

### Mais informações

