**QUESTIONÁRIO PARA LEVANTAMENTO DE SERVIÇOS OFERECIDOS PELA PREFEITURA DE PINDAMONHANGABA**

***ELABORAÇÃO DE CARTA DE SERVIÇOS***

**Aula de Musculação**

**Descrição:**

Aulas de musculação, com objetivo de melhoria da condição física e qualidade de vida.

Turmas nos períodos da manhã, tarde e noite.

**Forma de atendimento:**

Informações via telefone e presencial

Inscrições de forma presencial.

**Telefone:**

Centro Esportivo José Ely de Miranda (Zito): 36375425

E-mail: cezito@pindamonhangaba.sp.gov.br

Centro Esportivo João Carlos de Oliveira (João do Pulo): 36481146

E mail: semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br

**Serviço on-line**

Não há serviço on-line.

**Local de atendimento:**

Centro Esportivo José Ely de Miranda (Zito):

Av. Dr. Adhemar César Ribeiro, nº 1111, Jardim Carlota, CEP: 12440-020

Centro Esportivo João Carlos de Oliveira (João do Pulo):

Rua Eng. Orlando Drumond Murgel, nº493, Parque São Domingos, CEP:12410-310

**Dia e horário de atendimento:**

De segunda à sexta, das 08h00 às 11h30 e das 13h30 às 17h00.

**Previsão de tempo de espera na área de atendimento:**

Tempo de espera para ser atendido é de 5 a 15 minutos.

**Secretaria e Órgão envolvido:**

Orgão responsável: SEMELP – Secretaria Municipal de Esportes e Lazer - Departamento de Lazer.

**Meios de contato:**

Centro Esportivo José Ely de Miranda (Zito): 36375425

E-mail: cezito@pindamonhangaba.sp.gov.br

Centro Esportivo João Carlos de Oliveira (João do Pulo): 36481146

E mail: semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br

**Quem pode solicitar:**

Podem participar munícipes à partir de 18 anos.

**Requisitos e documentos necessários:**

Para relação de lista de espera apenas apresentar RG

Para efetivar inscrição, 2 fotos 3x4, RG e atestado médico.

**Fluxo:**

Obter informação na secretaria do Centro Esportivo sobre horários e vagas disponíveis; colocar o nome na lista de espera e aguardar vaga. No caso de vaga imediata, realizar a inscrição.

**Forma de acompanhamento:**

Via telefone, com número do protocolo recebido.

**Prazo:**

Verificar prazo na secretaria do local, pois depende local e horário.

**Taxas:**

Isento

**Horário de aula**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **C.E. ZITO** | |  | |
| **Modalidade** | **Dias** | | **Horário** | |
| Musc. Fem. | 2ª, 4ª e 6ª | | 7h00 às 8h00 | |
| Musc.Mista | 2ª, 4ª e 6ª | | 8h00 às 9h00 | |
| Musc. Masc. | 2ª ,4ª e 6ª | | 9h00 às 10h00 | |
| Musc.Ac. 55 anos | 2ª e 4ª | | 10h00 às 11h00 | |
| Musc. Mista | 2ª e 4ª | | 11h00 às 12h00 | |
| Musc. Mista | 2ª ,4ª e 6ª | | 13h00 às 14h00 | |
| Musc. Mista | 2ª ,4ª e 6ª | | 14h00 às 15h00 | |
| Musc. Mista | 2ª ,4ª e 6ª | | 15h00 às 16h00 | |
| Musc.Mista | 3ª e 5ª | | 7h00 às 8h00 | |
| Musc. Fem. | 3ª e 5ª | | 8h00 às 9h00 | |
| Musc. Masc. | 3ª e 5ª | | 9h00 às 10h00 | |
| Musc. Ac. 55 anos | 3ª e 5ª | | 10h00 às 11h00 | |
| Musc. Ac. 55 anos | 3ª e 5ª | | 11h00 às 12h00 | |
| Musc. MI Trein. | 3ª e 5ª | | 14h00 às 15h00 | |
| Musc. Mista | 3ª e 5ª | | 15h00 às 16h00 | |
| Musc.Mista | 2ª ,4ª e 6ª | | 17h00 às 18h00 | |
| Musc. Ac. 55 anos | 2ª ,4ª e 6ª | | 18h00 às 19h00 | |
| Musc. Fem. | 2ª ,4ª e 6ª | | 19h00 às 20h00 | |
| Musc. Masc. | 2ª ,4ª e 6ª | | 20h00 às 21h00 | |
| Musc.Mista | 2ª ,4ª e 6ª | | 21h00 às 22h00 | |
| Musc.Fem. | 3ª e 5ª | | 18h00 às 19h00 | |
| Musc. Mista | 3ª e 5ª | | 19h00 às 20h00 | |
| Musc. Mista | 3ª e 5ª | | 20h00 às 21h00 | |
| **C. E. João do Pulo** | | | |
| **Modalidade** | **Horário** |  | |
| Musc. Fem.ac 18 | 2ª, 4ª e 6ª | 7h00 às 8h00 | |
| Musc. Ac. 50 anos | 2ª, 4ª e 6ª | 8h00 às 09h00 | |
| Musc.Masc. | 2ª, 4ª e 6ª | 9h00 às 10h00 | |
| Musc.Mista | 2ª, 4ª e 6ª | 10h00 às 11h00 | |
| Musc.Mista | 2ª, 4ª e 6ª | 11h00 às 12h00 | |
| Musc.Mista | 3ª e 5ª | 6h30 às 7h30 | |
| Musc. Fem. | 3ª e 5ª | 7h30 às 8h30 | |
| Musc.Mista | 3ª e 5ª | 8h30 às 9h30 | |
| Musc.Mista | 3ª e 5ª | 9h30 às 10h30 | |
| Musc.Masc. | 3ª e 5ª | 10h30 às 11h30 | |
| Musc.Mista M.I. | 2ª, 4ª e 6ª | 15h00 às 16h00 | |
| Musc.Mista | 2ª, 4ª e 6ª | 16h00 às17h00 | |
| Musc.Mista | 3ª e 5ª | 13h00 às 14h00 | |
| Musc.Mista | 3ª e 5ª | 14h00 às 15h00 | |
| Musc. Mista | 3ª e 5ª | 15h00 às 16h00 | |
| Musc.Mista | 3ª e 5ª | 16h00 às 17h00 | |
| Musc.Misto | 2ª, 4ª e 6ª | 17h00 às 18h00 | |
| Musc.Misto | 2ª, 4ª e 6ª | 18h00 às 19h00 | |
| Musc.Masc. | 2ª, 4ª e 6ª | 19h00 às 20h00 | |
| Musc. Fem. | 2ª, 4ª e 6ª | 20h00 às 21h00 | |
| Musc.Masc. | 2ª,4ª e 6ª | 21h00 às 22h00 | |
| Musc.M.I. | 3ª e 5ª | 18h00 às 19h00 | |
| Musc. Fem. | 3ª e 5ª | 19h00 às 20h00 | |
| Musc.Misto | 3ª e 5ª | 20h00 às 21h00 | |
| Musc. Masc. | 3ª e 5ª | 21h00 às 22h00 | |

**Ginástica e Condicionamento físico**

**Descrição:**

Aulas de ginástica com objetivo de melhoria da condição física e qualidade de vida.

Turmas nos períodos da manhã e noite.

**Forma de atendimento:**

Informações via telefone e presencial

Inscrições de forma presencial.

**Telefone:**

Centro Esportivo José Ely de Miranda (Zito): 36375425

E-mail: [cezito@pindamonhangaba.sp.gov.br](mailto:cezito@pindamonhangaba.sp.gov.br)

Centro Esportivo João Carlos de Oliveira (João do Pulo): 36481146

E mail: [semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br](mailto:semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br)

Centro de treinamento Luis Caloi: 36432851

E mail: [semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br](mailto:semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br)

Ginásio de Esportes Pai João: 36375069

E-mail: [cezito@pindamonhangaba.sp.gov.br](mailto:cezito@pindamonhangaba.sp.gov.br)

**Serviço on-line**

Não há serviço on-line.

**Local de atendimento:**

Centro Esportivo José Ely de Miranda (Zito):

Av. Dr. Adhemar César Ribeiro, nº 1111, Jardim Carlota

CEP 12440-020

Centro Esportivo João Carlos de Oliveira (João do Pulo):

Rua Eng. Orlando Drumond Murgel, nº493, Parque São Domingos, CEP:12410-310

Centro Esportivo Araretama

Rua Nicanor Ramos Nogueira, nº 378, Araretama

CEP 12425-010

Ginásio de Esportes Manoel César Ribeiro – “Quadra Coberta”

Praça Melvin Jones, s/n, Galega

CEP: 12422-020

Ginásio de Esportes João de Campos - “Pai João”

R. Guilherme Nicoleti, s/nº, Vila São Benedito

CEP: 12445-120

Recinto São Vito

Av. Dr. José Adhemar César Ribeiro, s/n, Moreira César

Parque da Cidade

Av. Geraldo José Rodrigues Alckmin, nº 480, Santa Luzia

**Dia e horário de atendimento:**

De segunda à sexta, das 08h00 às 11h30 e das 13h30 às 17h00.

**Previsão de tempo de espera na área de atendimento:**

Tempo de espera para ser atendido é de 5 a 15 minutos.

**Secretaria e Órgão envolvido:**

Orgão responsável: SEMELP – Secretaria Municipal de Esportes e Lazer - Departamento de Lazer.

**Meios de contato:**

Centro Esportivo José Ely de Miranda (Zito): 36375425

E-mail: [cezito@pindamonhangaba.sp.gov.br](mailto:cezito@pindamonhangaba.sp.gov.br)

Centro Esportivo João Carlos de Oliveira (João do Pulo): 36481146

E mail: [semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br](mailto:semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br)

Centro Esportivo Araretama: 36431913

E-mail: ceararetama@gmail.com

Ginásio de Esportes Manoel César Ribeiro – “Quadra Coberta”: 36454699

**Quem pode solicitar:**

Podem participar munícipes à partir de 18 anos.

**Requisitos e documentos necessários:**

Para relação de lista de espera apenas apresentar RG

Para efetivar inscrição, 2 fotos 3x4, RG e atestado médico.

**Fluxo:**

O cidadão interessado deverá obter informação na secretaria do Centro Esportivo sobre horários e vagas disponíveis; colocar o nome na lista de espera e aguardar vaga. No caso de vaga imediata, realizar a inscrição.

**Forma de acompanhamento:**

Via telefone, com número do protocolo recebido.

**Prazo:**

Verificar nos locais de atendimento, pois varia de acordo com horário e local.

**Taxas:**

Serviço gratuito

**Horário de aula**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | |  | |  |  | |
| **Centro Esportivo Araretama** | |  | |  | | |
| Ginástica | | 3ª e 5ª | | 18:30 às 19:30 | | |
|  | |  | |  | | |
| **Ginásio de Esportes Quadra Coberta** | |  | |  | | |
| Gin. Mista | | 2ª e 4ª | | 7h00 às 8h00 | | |
| Gin. Mista | | 2ª e 4ª | | 8h00 às 9h00 | | |
|  | |  | |  | | |
| **Centro Esportivo Zito** | |  | |  | | |
| Medida Certa (condicionamento físico) | | 2ª e 4ª | | 06h30 às 07h20 | | |
| Medida Certa (condicionamento físico) | | 2ª e 4ª | | 07h20 às 08h10 | | |
| Gin. Melhor Idade | | 2ª e 6ª | | 17h00 às18h00 | | |
| Gin.Mis | | 2ª e 6ª | | 18h00 às19h00 | | |
| Gin.Mis | | 2ª e 6ª | | 19h00 às 20h00 | | |
|  | |  | |  | | |
| **Centro Esportivo João do Pulo** | |  | |  | | |
| Treinamento Funcional | | 2ª, 4ª e 6ª | | 6h30 às 7h30 | | |
| Gin. Fem. | | 2ª, 4ª e 6ª | | 7h30 às 8h30 | | |
| Gin. Fem. | | 2ª, 4ª e 6ª | | 8h30 às 9h30 | | |
| Gin. Fem. | | 3ª e 5ª | | 7h30 às 8h30 | | |
| Gin. Melhor Idade | | 3ª e 5ª | | 8h30 às 9h30 | | |
| Gin. Fem. | | 3ª e 5ª | | 18h00 às 19h00 | | |
| Gin. Fem. | | 2ª, 4ª | | 18h00 às 19h00 | | |
| Gin. Fem. | | 2ª, 4ª | | 19h00 às 20h00 | | |
| Gin. Fem. | | 2ª, 4ª | | 20h00 ás 21h00 | | |
|  | |  | |  | | |
| **Parque da Cidade** | |  | |  | | |
| Medida Certa (condicionamento físico) | | 3ª e 5ª | | 06h30 às 07h30 | | |
| Medida Certa (condicionamento físico) | | 3ª e 5ª | | 07h30 às 08h30 | | |
| Medida Certa (condicionamento físico) | | 3ª e 5ª | | 08h30 às 09h30 | | |
|  | |  | |  | | |
| **Centro de Treinamento Luis Caloi** | |  | |  | | |
| Ginástica masculina | | 3ª e 5ª | | 19h00 às 20h30 | | |
|  | |  | |  |  | |
| **Ginásio de Esportes “Pai João”** | |  | |  |  | |
| Ginástica Melhor Idade | | 3ª e 5ª | | 19h00 às 20h00 | | |
| Ginástica | | 3ª e 5ª | | 20h00 às 21h00 | | |
|  | |  | |  |  | |
|  | |  | |  |  | |
|  | |  | |  |  | |
|  | |  | |  |  | |
| **Recinto São Vito** | |  | |  | | |
| Ginástica | | 3ª e 5ª | | 09h30 às 10h30 | | |
| Ginástica Melhor Idade - MI | | 4ª e 6ª | | 07h30 às 09h00 | | |
| Ginástica Melhor Idade - MI | | 4ª e 6ª | | 09h00 às 10h30 | | |
|  | |  | |  | | |

**Aulas de Alongamento**

**Descrição:**

Aulas de alongamento, com objetivos de melhoria da postura, da consciência corporal e redução das tensões musculares.

Turmas nos períodos da manhã e noite.

**Forma de atendimento:**

Informações via telefone e presencial

Inscrições de forma presencial.

**Telefone:**

Centro Esportivo José Ely de Miranda (Zito): 36375425

E-mail: cezito@pindamonhangaba.sp.gov.br

Centro Esportivo João Carlos de Oliveira (João do Pulo): 36481146

E mail: semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br

**Serviço on-line**

Não há serviço on-line.

**Local de atendimento:**

Centro Esportivo José Ely de Miranda (Zito):

Av. Dr. Adhemar César Ribeiro, nº 1111, Jardim Carlota

CEP 12440-020

Centro Esportivo João Carlos de Oliveira (João do Pulo):

Rua Eng. Orlando Drumond Murgel, nº493, Parque São Domingos, CEP:12410-310

**Dia e horário de atendimento:**

De segunda à sexta, das 08h00 às 11h30 e das 13h30 às 17h00.

**Previsão de tempo de espera na área de atendimento:**

Tempo de espera para ser atendido é de 5 a 15 minutos.

**Secretaria e Órgão envolvido:**

Orgão responsável: SEMELP – Secretaria Municipal de Esportes e Lazer - Departamento de Lazer.

**Meios de contato:**

Centro Esportivo José Ely de Miranda (Zito): 36375425

E-mail: [cezito@pindamonhangaba.sp.gov.br](mailto:cezito@pindamonhangaba.sp.gov.br)

Centro Esportivo João Carlos de Oliveira (João do Pulo): 36481146

E mail: [semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br](mailto:semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br)

**Quem pode solicitar:**

Podem participar munícipes à partir de 18 anos.

**Requisitos e documentos necessários:**

Para relação de lista de espera apenas apresentar RG

Para efetivar inscrição, 2 fotos 3x4, RG e atestado médico.

**Fluxo:**

O cidadão interessado deverá obter informação na secretaria do Centro Esportivo sobre horários e vagas disponíveis; colocar o nome na lista de espera e aguardar vaga. No caso de vaga imediata, realizar a inscrição.

**Forma de acompanhamento:**

Via telefone, com número do protocolo recebido.

**Prazo:**

Verificar no local de aula, pois depende do horário e local escolhido.

**Taxas:**

Isento

**Anexo: Horário das aulas.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Centro Esportivo Zito** | | | |
| 2ª e 6ª | 20h00 às 21h00 |  |  |
| **Centro Esportivo João do Pulo** | | | |
| 2ª, 4ª e 6ª | 9h30 às 10h30 |  |  |
| 3ª e 5ª | 6h30 às 7h30 |  |  |
| 3ª e 5ª | 9h30 às 10h30 |  |  |
| 3ª e 5ª | 18h00 às 18h45 |  |  |
| 3ª e 5ª | 18h45 às 19h30 |  |  |

|  |
| --- |
|  |

**Aulas de Volei Adaptado**

**Descrição:**

Aulas de em horários pré estabelecidos e tem como objetivo melhoria da condição física e qualidade de vida.

Turmas nos períodos da manhã e noite.

**Forma de atendimento:**

Informações via telefone e presencial

Inscrições de forma presencial.

**Telefone:**

Centro Esportivo José Ely de Miranda (Zito): 36375425

E-mail: [cezito@pindamonhangaba.sp.gov.br](mailto:cezito@pindamonhangaba.sp.gov.br)

Centro Esportivo João Carlos de Oliveira (João do Pulo): 36481146

E mail: [semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br](mailto:semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br)

Centro Esportivo Araretama: 36431913

E-mail: ceararetama@gmail.com

**Serviço on-line**

Não há serviço on-line.

**Local de atendimento:**

Centro Esportivo José Ely de Miranda (Zito):

Av. Dr. Adhemar César Ribeiro, nº 1111, Jardim Carlota

CEP 12440-020

Centro Esportivo João Carlos de Oliveira (João do Pulo):

Rua Eng. Orlando Drumond Murgel, nº493, Parque São Domingos, CEP:12410-310

Centro Esportivo Araretama

Rua Nicanor Ramos Nogueira, nº 378, Araretama

CEP 12425-010

**Dia e horário de atendimento:**

De segunda à sexta, das 08h00 às 11h30 e das 13h30 às 17h00.

**Previsão de tempo de espera na área de atendimento:**

Tempo de espera para ser atendido é de 5 a 15 minutos.

**Secretarias e Órgãos envolvidos:**

Orgão responsável: SEMELP – Secretaria Municipal de Esportes e Lazer - Departamento de Lazer.

**Meios de contato:**

Centro Esportivo José Ely de Miranda (Zito): 36375425

E-mail: [cezito@pindamonhangaba.sp.gov.br](mailto:cezito@pindamonhangaba.sp.gov.br)

Centro Esportivo Araretama: 36431913

E-mail: [ceararetama@gmail.com](mailto:ceararetama@gmail.com)

Centro de Treinamento Luis Caloi: 36432851

E-mail: semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br

**Quem pode solicitar:**

Podem participar munícipes à partir de 50 anos.

**Requisitos:**

Para relação de lista de espera apenas apresentar RG

Para efetivar inscrição, 2 fotos 3x4, RG e atestado médico.

**Fluxo:**

O cidadão interessado deverá obter informação na secretaria do Centro Esportivo sobre horários e vagas disponíveis; colocar o nome na lista de espera e aguardar vaga. No caso de vaga imediata, realizar a inscrição.

**Documentos necessários:**

Para relação de lista de espera apenas apresentar RG

Para efetivar inscrição, 2 fotos 3x4, RG e atestado médico.

**Forma de acompanhamento:**

Via telefone, com número do protocolo recebido.

**Prazo:**

Imediato.

**Taxas:**

Serviço gratuito

**Horário de aula:**

Centro de Treinamento Luis Caloi

3ª e 5ª, das 9h15 às 10h30

Centro Esportivo Araretama

2ª, 4ª e 6ª, das 20h00 às 22h00

Centro Esportivo Zito

3ª e 5ª, das 17h00 às 18h00

**Aula de capoeira**

**Descrição:**

Aulas de capoeira que como objetivo melhoria da condição física e qualidade de vida.

Turma no período da noite.

**Forma de atendimento:**

Informações via telefone e presencial

Inscrições de forma presencial.

**Telefone:**

Centro Esportivo João Carlos de Oliveira (João do Pulo): 36481146

E mail: [semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br](mailto:semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br)

**Serviço on-line**

Não há serviço on-line.

**Local de atendimento:**

Centro Esportivo João Carlos de Oliveira (João do Pulo):

Rua Eng. Orlando Drumond Murgel, nº493, Parque São Domingos, CEP:12410-310

**Dia e horário de atendimento:**

De segunda à sexta, das 08h00 às 11h30 e das 13h30 às 17h00.

**Previsão de tempo de espera na área de atendimento:**

Tempo de espera para ser atendido é de 5 a 15 minutos.

**Secretaria e Órgãos envolvido:**

Orgão responsável: SEMELP – Secretaria Municipal de Esportes e Lazer - Departamento de Lazer.

**Meios de contato:**

Centro Esportivo João Carlos de Oliveira (João do Pulo): 36481146

E mail: [semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br](mailto:semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br)

**Quem pode solicitar:**

Podem participar munícipes à partir de 18 anos.

**Requisitos e documentos necessários:**

Para relação de lista de espera apenas apresentar RG

Para efetivar inscrição, 2 fotos 3x4, RG e atestado médico.

**Fluxo:**

O cidadão interessado deverá obter informação na secretaria do Centro Esportivo sobre horários e vagas disponíveis; colocar o nome na lista de espera e aguardar vaga. No caso de vaga imediata, realizar a inscrição.

**Forma de acompanhamento:**

Via telefone, com número do protocolo recebido.

**Prazo:**

Imediato.

**Taxas:**

Isento

**Horário de aula**

3ª e 5ª, das 20h30 às 22h00

**Aulas de Voleibol Master**

**Descrição:**

Aulas de voleibol com o objetivo melhoria da condição física, qualidade de vida e lazer.

Turmas nos períodos da tarde e noite.

**Forma de atendimento:**

Informações via telefone e presencial

Inscrições de forma presencial.

**Telefone:**

Centro Esportivo José Ely de Miranda (Zito): 36375425

E-mail: [cezito@pindamonhangaba.sp.gov.br](mailto:cezito@pindamonhangaba.sp.gov.br)

Centro Esportivo Araretama: 36431913

E-mail: [ceararetama@gmail.com](mailto:ceararetama@gmail.com)

Ginásio de Esportes Pai João: 36375069

E-mail: [cezito@pindamonhangaba.sp.gov.br](mailto:cezito@pindamonhangaba.sp.gov.br)

Centro de Treinamento Luis Caloi

E-mail: semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br

**Serviço on-line**

Não há serviço on-line.

**Local de atendimento:**

Centro Esportivo José Ely de Miranda (Zito):

Av. Dr. Adhemar César Ribeiro, nº 1111, Jardim Carlota

CEP 12440-020

Centro Esportivo Araretama

Rua Nicanor Ramos Nogueira, nº 378, Araretama

CEP: 12425-010

Ginásio de Esportes João de Campos - “Pai João”

R. Guilherme Nicoleti, s/nº, Vila São Benedito

CEP: 12445-120

Centro de Treinamento Luis Caloi

Rua Alcides Ferreira, 340, Parque São Domingos

CEP: 12410430

**Dia e horário de atendimento:**

De segunda à sexta, das 08h00 às 11h30 e das 13h30 às 17h00.

**Previsão de tempo de espera na área de atendimento:**

Tempo de espera para ser atendido é de 5 a 15 minutos.

**Secretaria e Órgão envolvido:**

Orgão responsável: SEMELP – Secretaria Municipal de Esportes e Lazer - Departamento de Lazer.

**Meios de contato:**

Centro Esportivo José Ely de Miranda (Zito): 36375425

E-mail: [cezito@pindamonhangaba.sp.gov.br](mailto:cezito@pindamonhangaba.sp.gov.br)

Centro Esportivo Araretama: 36431913

E-mail: [ceararetama@gmail.com](mailto:ceararetama@gmail.com)

**Quem pode solicitar:**

Podem participar munícipes à partir de 18 anos.

**Requisitos e documentos necessários:**

Para relação de lista de espera apenas apresentar RG

Para efetivar inscrição, 2 fotos 3x4, RG e atestado médico. Além disso o interessado deve ter noções básicas do voleibol.

**Fluxo:**

O cidadão interessado deverá obter informação na secretaria do Centro Esportivo sobre horários e vagas disponíveis; colocar o nome na lista de espera e aguardar vaga. No caso de vaga imediata, realizar a inscrição.

**Forma de acompanhamento:**

Via telefone, com número do protocolo recebido.

**Prazo:**

**Verificar lista de espera**

**Taxas:**

Isento

**Horário de aula.**

C. T. Luis Caloi

3ª e 5ª, das 20h30 às 22h00

Centro Esportivo Araretama

3ª e 5ª, das 19h30 às 21h30

Ginásio de Esportes “Pai João”

3ª e 5ª, das 17h00 às 18h00

**Aulas de Projeto Viva Melhor**

**Descrição:**

Aulas de tai-chi-chuan, meditação e caminhada meditativa.

**Forma de atendimento:**

Informações via telefone e presencial

Não há necessidade de inscrição, atividade aberta ao público.

**Telefone:**

Centro de Treinamento Luis Caloi: 36432851

E-mail: semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br

**Serviço on-line**

Não há serviço on-line.

**Local de atendimento:**

Parque da Cidade

Av. Geraldo José Rodrigues Alckmin, nº 480, Santa Luzia

**Dia e horário de atendimento:**

De segunda à sexta, das 08h00 às 11h30 e das 13h30 às 17h00.

**Previsão de tempo de espera na área de atendimento:**

Tempo de espera para ser atendido é de 5 a 15 minutos.

**Secretarias e Órgãos envolvidos:**

Orgão responsável: SEMELP – Secretaria Municipal de Esportes e Lazer - Departamento de Lazer.

**Meios de contato:**

Centro de Treinamento Luis Caloi: 36432851

E-mail: semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br

**Quem pode solicitar:**

Podem participar munícipes à partir de 18 anos.

**Requisitos:**

Não necessita de inscrição. É uma aula aberta ao público.

**Fluxo:**

O cidadão interessado deverá obter informação na Secretaria do Centro de Treinamento Luis Caloi sobre horário ou comparecer no próprio local e horário de aula.

**Documentos necessários:**

**Forma de acompanhamento:**

Contato telefônico.

**Prazo:**

Imediato

**Taxas:**

Isento

**Horário de aula**

3ª às 9h15

6ª às 08h00

**Ginástica para todos**

**Descrição:**

Aulas de ginástica com utilização de elementos da ginástica artística.

Turmas no período da noite.

**Forma de atendimento:**

Informações via telefone e presencial

Inscrições de forma presencial.

**Telefone:**

Centro de Treinamento Luis Caloi: 36432851

E-mail: semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br

**Serviço on-line**

Não há serviço on-line.

**Local de atendimento:**

Centro de Treinamento Luis Caloi

Rua Alcides Ferreira, 340, Parque São Domingos

CEP: 12410430

**Dia e horário de atendimento:**

De segunda à sexta, das 08h00 às 11h30 e das 13h30 às 17h00.

**Previsão de tempo de espera na área de atendimento:**

Tempo de espera para ser atendido é de 5 a 15 minutos.

**Secretarias e Órgãos envolvidos:**

Orgão responsável: SEMELP – Secretaria Municipal de Esportes e Lazer - Departamento de Lazer.

**Meios de contato:**

Centro de Treinamento Luis Caloi: 36432851

E-mail: semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br

**Quem pode solicitar:**

Podem participar munícipes à partir de 18 anos.

**Requisito e documentos necessários**

Para relação de lista de espera apenas apresentar RG

Para efetivar inscrição, 2 fotos 3x4, RG e atestado médico.

**Fluxo:**

Obter informação na secretaria do Centro Esportivo sobre horários e vagas disponíveis; colocar o nome na lista de espera e aguardar vaga. No caso de vaga imediata, realizar a inscrição.

**Forma de acompanhamento:**

Via telefone, com número do protocolo recebido.

**Prazo:**

Imediato

**Taxas:**

Serviço gratuito

**Anexo: Horário das aulas.**

**4ª e 6ª, das 19h30 às 20h30**

**Parcerias com CCI’s – Centro de Convivência de Idosos**

**Descrição:**

Nas parcerias com os CCI’s são desenvolvidas aulas de ginástica e dança (dança sênior somente no CCI Moreira César), prioritariamente com idosos.

Turmas no período da manhã e noite.

**Forma de atendimento:**

Informações via telefone e presencial

Inscrições de forma presencial.

**Telefone:**

Centro de Treinamento Luis Caloi: 36432851

E-mail: [semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br](mailto:semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br)

ACCI Vila Rica: 36456841

E-mail: accipinda@hotmail.com

**Serviço on-line**

Não há serviço on-line.

**Local de atendimento:**

ACCI Vila Rica:

Rua Abel Correa Guimaraes, nº 1451, Vila Rica

CCI Campinas (Casa do Jovem):

Rua Marco Antonio Ferreira, s/n, Campinas

CCI Moreira César (Centro Comunitário Vale das Acácias):

Rua dos Cravos, nº 240, Vale das Acácias

**Dia e horário de atendimento:**

De segunda à sexta, das 08h00 às 11h30 e das 13h30 às 17h00.

**Previsão de tempo de espera na área de atendimento:**

Tempo de espera para ser atendido é de 5 a 15 minutos.

**Secretarias e Órgãos envolvidos:**

Orgão responsável: SEMELP – Secretaria Municipal de Esportes e Lazer - Departamento de Lazer.

**Meios de contato:**

Centro de Treinamento Luis Caloi: 36432851

E-mail: semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br

**Quem pode solicitar:**

Podem participar munícipes à partir de 50 anos.

**Requisito e documentos necessários**

Para relação de lista de espera apenas apresentar RG

Para efetivar inscrição, 2 fotos 3x4, RG e atestado médico.

**Fluxo:**

Obter informação nos CCI’s sobre horários e vagas disponíveis; colocar o nome na lista de espera e aguardar vaga. No caso de vaga imediata, realizar a inscrição.

**Forma de acompanhamento:**

Contato telefônico ou no local de aula.

**Prazo:**

Variação de acordo com local.

**Taxas:**

Isento

**Horário das aulas**

**ACCI Vila Rica:**

2ª e 4ª, das 7h30 às 8h30

2ª e 4ª, das 8h30 às 9h30

2ª e 4ª, das 18h00 às 19h00

**CCI Campinas**

3ª e 5ª, das 17h00 às 18h00

**CCI Moreira César**

4ª e 6ª, das 10h00 às 12h00 (ginástica e dança)

**Projeto Bairro em Ação**

**Descrição:**

Este Projeto promove aulas de ginástica e alongamento, levando a atividade física até comunidade (17 bairros). Torna-se assim, um elo de ligação entre comunidade e poder público.

**Forma de atendimento:**

Informações via telefone e presencial

Inscrições de forma presencial.

**Telefone:**

Centro de Treinamento Luis Caloi: 36432851/ 36421998

E-mail: [semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br](mailto:semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br)

**Serviço on-line**

Não há serviço on-line.

**Locais de atendimento:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Centro Comunitário Alto do Cardoso | | |
| R. Adolfo de Campos, nº 55 | | |
|  |  |  |
| Centro Comunitário Araretama | | |
| R. Gen. Rui de Andrade Costa, nº 05 | | |
|  |  |  |
| Centro Comunitário Crispim | | |
| R. Eloi Pinheiro, nº 105 | | |
|  |  |  |
| Centro Comunitário Feital | | |
| R. Aristides Pires, nº 96 | | |
|  |  |  |
| Centro Comunitário Campos Maia | | |
| R. Tem. Djalma O. Francisco, nº 380 | | |
|  |  |  |
| Centro Comunitário Cidade Jardim | | |
| R. Prof. Wilson Pires César, nº 317 | | |
|  |  |  |
| Centro Comunitário Ouro Verde | | |
| R. Cap. Luiz Francisco C. Guimarães, nº 10 | | |
|  |  |  |
| Centro Comunitário São Judas Tadeu | | |
| R. Antonio dos Santos, nº 170 | | |
|  |  |  |
| Centro Comunitário Santa Cecília | | |
| R. Pedro Correard, nº 270 | | |
|  |  |  |
| Centro Comunitário Vila Suiça | | |
| R. Francisco Ademar Fonseca, nº 90 | | |
|  |  |  |
| Centro Comunitário Mombaça | | |
| R. Francisco de Joaquim de Oliveira, nº 405 | | |
|  |  |  |
| Centro Comunitário Cidade Nova | | |
| R. Mogi das Cruzes, 460 | | |
|  |  |  |
| Centro Educacional e Comunitário Morumbi | | |
| R. Benedita Amélia Batista, s/nº Água Preta | | |
|  |  |  |
| Centro Comunitário Vila Rica | | |
| Av. Abel Correa Guimarães, 1450 | | |
|  |  |  |
| Centro Comunitário Pasin | | |
| Av. Suécia, nº 697 cep 1244-680 | | |
|  |  |  |
| Casa do Jovem - Campinas | | |
| R. Marco Antonio Ferreira, s/ nº | | |
|  |  |  |
| Delta/ Triângulo - Igreja Santíssima Trindade | | |
| R. dos Curiós, 187, Triângulo | | |

**Dia e horário de atendimento:**

De segunda à sexta, das 08h00 às 11h30 e das 13h30 às 17h00.

**Previsão de tempo de espera na área de atendimento:**

Tempo de espera para ser atendido é de 5 a 15 minutos.

**Secretarias e Órgãos envolvidos:**

Orgão responsável: SEMELP – Secretaria Municipal de Esportes e Lazer - Departamento de Lazer.

**Meios de contato:**

Centro de Treinamento Luis Caloi: 36432851/36421998

E-mail: semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br

**Quem pode solicitar:**

Podem participar munícipes à partir de 18 anos.

**Requisito e documentos necessários**

Para efetivar inscrição, 2 fotos 3x4, RG e atestado médico.

**Forma de acompanhamento:**

Contato telefônico ou no local de aula.

**Prazo:**

Imediato

**Taxas:**

Isento

**Horário de aula**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Alto do Card.** | Ginástica | 2ª e 4ª | 08h50 as 09h40 |
| Alongamento | 2ª e 4ª | 09h40 as 10h30 |
| **Araretama** | Ginástica | 2ª e 4ª | 07h00 às 08h00 |
| Alongamento | 2ª e 4ª | 08h00 às 09h00 |
| **Campinas** | Ginastica MI | 3ª e 5ª | 17h00 as 18h00 |
| Ginástica | 3ª e 5ª | 18h00 as 19h00 |
| **Campos Maia** | Ginástica | 3ª e 5ª | 07h15 as 08h05 |
| Alongamento | 3ª e 5ª | 08h05 as 08h55 |
| **C. Jardim** | Ginástica | 3ª e 6ª | 07h00 ás 08h00 |
| **Cidade Nova** | Ginástica | 3ª e 5ª | 18h30 as 19h30 |
| **Crispim** | Alongamento | 3ª e 5ª | 07h30 as 08h30 |
| Ginastica | 3ª e 5ª | 08h30ás 09h30 |
| Ginástica | 3ª e 5ª | 18h00 as 19h00 |
| Alongamento | 3ª e 5ª | 19h00 as 20h00 |
| **Delta** | Ginástica | 2ª e 4ª | 07h15 ás 8h15 |
| **Feital** | Ginástica | 2ª e 4ª | 19h00 às 20h00 |
| **Mombaça** | Alongamento | 3ª e 5ª | 17h00 as 18h00 |
| Ginastica | 3ª e 5ª | 18h00 às 19h00 |
| **Morumbi** | Ginástica | 3ª e 5ª | 19h30 as 20h30 |
| **Ouro Verde** | Ginástica MI | 3ª e 5ª | 07h00 as 08h00 |
| Ginástica | 08h00 as 09h00 |
| **Pasin** | Ginástica | 3ª e 5ª | 07h00 às 08h00 |
| Alongamento | 3ª e 5ª | 08h00 ás 09h00 |
| **São Judas** | Ginástica | 2ª e 4ª | 19h00 as 20h00 |
| **Santa Cecília** | Ginástica | 2ª e 4ª | 08h30 as 09h30 |
| **Vila Rica** | Ginástica | 2ª e 4ª | 19h00 ás 20h00 |
| **Suiça** | Ginástica | 3ª e 5ª | 09h00 ás 10h00 |
| **Bela Vista** | Ginastica | 2ª e 4ª | 07h30 as 08h20 |

**Equipes de Competição da Melhor Idade**

**Descrição:**

As equipes de competição da Melhor Idade visam a participação em competições regionais, estaduais e nacionais, além da melhoria da qualidade de vida do idoso, nas seguintes modalidades:

Atletismo, coreografia, damas, dominó, Natação, tênis de mesa, voleibol adaptado e xadrez.

**Forma de atendimento:**

Informações via telefone e presencial

Inscrições de forma presencial.

**Telefone:**

Centro de Treinamento Luis Caloi: 36421998

E mail: semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br

**Serviço on-line**

Não há serviço on-line.

**Local de atendimento:**

Centro Esportivo João Carlos de Oliveira (João do Pulo):

Rua Eng. Orlando Drumond Murgel, nº493, Parque São Domingos, CEP:12410-310

Centro Comunitário do Crispim

Rua Eloi Pinheiro, nº 105, Crispim

Ginásio de Esportes Juca Moreira

Rua Gustavo de Godoy, nº 365, Centro

Ginásio de Esportes “Quadra Coberta”

Praça Melvn Jones, s/n, Galega

Recinto São Vito

Av. Dr. José Adhemar César Ribeiro, s/n, Moreira César

**Dia e horário de atendimento:**

De segunda à sexta, das 08h00 às 11h30 e das 13h30 às 17h00.

Previsão de tempo de espera na área de atendimento:

Tempo de espera para ser atendido é de 5 a 15 minutos.

**Secretaria e Órgão envolvido:**

Orgãos responsáveis: SEMELP – Secretaria Municipal de Esportes e Lazer - Departamento de Lazer e Fundo Social de Solidariedade.

**Meios de contato:**

Centro de Treinamento Luis Caloi: 36432851/ 36421998

E mail: semelp.lazer@pindamonhangaba.sp.gov.br

**Quem pode solicitar:**

Munícipes à partir de 59 anos.

**Requisitos:**

Realizar avaliação física e técnica.

**Documentos necessários:**

Para efetivar inscrição, 2 fotos 3x4, RG e atestado médico.

**Forma de acompanhamento:**

No local de aula.

**Prazo:**

Definido após avaliação.

**Taxas:**

Isento

**Horário das aulas.**

Atletismo: 3ª e 5ª, das 7h00 às 8h00 no Centro Esportivo João do Pulo.

Coreografia: 2ª, 4ª e 6ª, das 8h30 às 10h30, no Centro Comunitário Crispim.

Damas/ Dominó/ Xadrez: 2ª e 4ª, das 13h30 às 16h00, no Recinto São Vito.

Natação: 2ª, 3ª e 5ª, das 11h00 às 12h00, no Centro Esportivo João do Pulo.

Tênis de mesa: 3ª e 5ª, das 8h30 às 10h30, no Recinto São Vito.

Voleibol adaptado feminino:

- Acima de 69 anos - 3 ª e 5ª, das 7h00 às 8h30;

- De 59 à 68 anos – 3ª e 5ª, das 8h30 às 10h30.

Voleibol adaptado masculino

- Acima de 69 anos - 2ª e 4ª, das 17h00 às 18h00;

- De 59 à 68 anos – 2ª e 4ª, das 18h00 às 19h30.