



Realização

PROGRAMA

MAIS SAÚDE



Pela atividade física e esportes

Apresentação

É com grande satisfação que a *Universiade do Estado do Rio Grande do Norte* apresenta a toda comunidade universitária o **PROGRAMA MAIS SAÚDE pela atividade física e esportes.**

A UERN, preocupada com a saúde dos professores, funcionários, dependentes e comunidade em geral, oferece através da Faculdade de Educação Física – FAEF, a sua infraestrutura e recursos humanos com várias práticas de atividades físicas e esportivas.

Portanto, convidamos a todos a participarem deste Programa em busca de **MAIS SAÚDE!**

A coordenação

Atividades Oferecidas

Projeto Pra Nadar

Natação para iniciantes (08 aos 13 anos)
SEG/QUA – 17:30H ÀS 18:20H

Natação intermediária (08 aos 13 anos)
TER/QUI – 17:30H ÀS 18:20H

Natação iniciantes e intermediária (a partir dos 14 aos)
TER/QUI – 18:20H ÀS 19:10H

Hidroginástica
SEG/QUA/SEX – 18:20H ÀS 19:10H
TER/QUI/SEX – 06:00H ÀS 06:50H

Projeto Bola na Quadra

Futsal Mirim (08 aos 12 anos)
SEG/QUA – 17:30H ÀS 18:20H

Futsal Infantil (13 aos 17 anos)
SEG/QUA – 18:20H ÀS 19:10H

Futsal Adulto
SEG/QUA – 19:10H ÀS 20:00H

Voleibol infantil (13 aos 17 anos)
TER/QUI – 17:30H ÀS 18:20H

Voleibol Adulto
TER/QUI - 18:20H ÀS 19:10H

Basquetebol Adulto
TER/QUI – 19:10H ÀS 20:00H

Projeto DANCEF

Dança Infantil (07 aos 14 anos)
SEG/QUA – 08:00H ÀS 09:00H
SEG/QUA – 14:00h às 15:00h

Aula de Ritmos
SEG/QUA – 09:00H ÀS 10:00H
SEG/QUA – 18:00H ÀS 19:00H

Companhia de Dança
SEG a QUI – 10:30H ÀS 11:30H
Dança sem Limites (pessoas c/ deficiência)
SEG/QUA – 17:00H ÀS 18:00H

Projeto de Ginástica Aeróbica

Ginástica Localizada
TER/QUI - 17:00H ÀS 17:50H

STEP
TER/QUI – 18:00H ÀS 18:50H

Projeto de Atletismo

Caminhada Orientada
TER/QUI - 17:00H ÀS 17:50H

Corridas
SEG/QUA – 18:00H ÀS 18:50H
Saltos e Arremessos
TER/QUI - 17:00H ÀS 17:50H

Ficha nº _____

FICHA DE INSCRIÇÃO (favor preencher com letra legível)

Nome: _____ Data de Nasc. _____ / _____ / _____

Endereço: _____ Bairro: _____

Função: () Professor () Funcionário () aluno UERN () Dependente () Comunidade

Modalidade e Horário (conforme o folder): _____

Valor a pagar: () R\$ 10,00 – professores, funcionários e seus dependentes e aluno UERN
() R\$ 20,00 - Comunidade

É necessário agendar avaliações físicas e médicas no ato da inscrição, apresentar identidade e para vinculados a UERN comprovante de vínculo empregatício. Informe-se na recepção sobre a roupa adequada para a prática das atividades físicas e esportivas oferecidas.

Recebido(a) Sr.(a) _____ a quantia supra de _____

R\$ _____ (_____) referente a inscrição na modalidade _____

_____ do PROGRAMA MAIS SAÚDE no dia _____ / _____ / _____

A coordenação