

SECRETARIA DE ESPORTE E LAZER
JF Esporte Cidadania
PRÁTICAS DE SAÚDE

REGIÃO CENTRAL							
Bairro	Atividade	Local	Dias	Início	Término	Endereço	Professor (a)
Bairu	Pilates	Acadêmicos Bairu	4ª e 6a	07:30	08:30	Rua César Turatti, 237	Mary Norma
	Hidroginástica	Acadêmicos Bairu	4ª e 6a	08:30	10:50	Rua César Turatti, 237	
	Natação	Acadêmicos Bairu	4ª e 6a	10:50	12:00	Rua César Turatti, 237	
Bom Pastor	Hidroginástica	Clube Bom Pastor	3ª e 5ª	10:00	12:00	Rua Senador Salgado Filho. 313	Marcele
Cascatinha	Hidroginástica	Cascatinha Country Club	4ª e 6a	13:30	16:00	Rua Miguel José Mansur, 380	Michele
	Natação	Cascatinha Country Club	4ª e 6a	16:00	17:30	Rua Miguel José Mansur, 380	
Centro	Ginástica/Alongamento	Cons. Central Diocesano	3ª e 5ª	08:00	09:10	Rua São Sebastião. 454	Luiz Alexandre
	Ginástica/Alongamento	Cons. Central Diocesano	2ª e 4ª	14:30	16:20	Rua São Sebastião. 454	
	Ginástica	UBS – Centro Sul	2ª e 4ª	07:00	09:00	Av. Barão do Rio Branco, 3132	Ângela
	Ginástica	UBS – PAM Marechal	2ª e 4ª	07:00	09:00	Rua Marechal Deodoro, 496	Antônio Marcos
	Ginástica	UBS – PAM Marechal	2ª e 4ª	17:00	19:00	Rua Marechal Deodoro, 496	
	Caminhada	Associação de Cegos	2ª e 4ª	14:00	16:00	Av. dos Andradas, 455	Letayf
	Ginástica	Olimpico A.Clube	3ª e 4ª	08:30	09:30	R. Benjamin Constant, 177	Carla
	Hidroginástica	Olimpico A.Clube	3ª e 4ª	09:30	13:30	R. Benjamin Constant, 177	
	Hidroginástica	Olimpico A.Clube	6ª	08:30	12:00	R. Benjamin Constant, 177	
Cruzeiro do Sul	Ginástica	UBS - Cruzeiro do Sul	3ª e 5ª	07:00	09:00	Rua Pedro Celeste, 01	Jeane
	Ginástica	UBS - Cruzeiro do Sul	3ª e 5ª	17:00	19:00	Rua Pedro Celeste, 01	
Dom Bosco	Ginástica	UBS – Dom Bosco	3ª e 5ª	07:00	09:00	Rua João Manata, 93	Antônio Marcos
	Ginástica	UBS – Dom Bosco	3ª e 5ª	17:00	19:00	Rua João Manata, 93	
	Ginástica	Semente	3ª e 5ª	13:50	15:00	Rua Belo Valle, 138	Sônia
Granbery	Ginástica	UBS – Casa do Idoso	3ª	09:00	11:00	Rua Batista de Oliveira, 943	Marcelo
	Ginástica	UBS – Casa do Idoso	4ª	08:00	11:00	Rua Batista de Oliveira, 943	
Jardim Glória	Hidroginástica	Esporte Clube Jardim Glória	2ª e 6ª	13:30	17:00	R. Marcílio Dias, 45	Mary Norma
	Ginástica	Esporte Clube Jardim Glória	2ª e 6ª	08:00	10:30	R. Marcílio Dias, 45	Ana Márcia
Mariano Procópio	Hidroginástica	Clube D. Pedro	2ª e 4ª	07:00	09:00	R. Oscar Surerus, 245	Vitor
	Hidroginástica	Clube D. Pedro	3ª e 6ª	07:00	09:00	R. Oscar Surerus, 245	
	Caminhada e ginástica	Museu Mariano Procópio	3ª e 5ª	07:00	08:20	Rua Mariano Procópio, 1100	Rosanne
	Caminhada	Museu Mariano Procópio	3ª a 5ª	18:00	20:00	Rua Mariano Procópio, 1100	Nanianne
	Pilates	Ambulatório Igreja da Glória	3ª e 5ª	13:30	15:40	Rua Sen. Feliciano Pena, 187	Ângela
Santa Cecília	Caminhada	Salão Igreja	2ª, 4ª e 6ª	07:00	08:20	Rua Olegário Mariano, 220	Neusa
	Ginástica	Salão Igreja	2ª, 4ª e 6ª	08:20	10:40	Rua Olegário Mariano, 220	

REGIÃO LESTE

Bairro	Atividade	Local	Dias	Início	Término	Endereço	Professor(a)
Aracy	Ginástica	Guarda Municipal	2ª e 4ª	14:00	16:00	R. Prof. Ernesto Evangelista, 140	Carol
	Ginástica	Guarda Municipal	3ª e 5ª	15:00	16:00	R. Prof. Ernesto Evangelista, 140	
	Pilates	Guarda Municipal	3ª e 5ª	14:00	15:00	R. Prof. Ernesto Evangelista, 140	
	Pilates	Guarda Municipal	2ª, 3ª, 4ª e 5ª	16:00	17:00	R. Prof. Ernesto Evangelista, 140	
Grajaú	Ginástica	Salão – Igreja Batista	3ª e 5ª	07:45	10:15	R. Miguel Jacobe, 283	Douglas
Linhares	Ginástica	UBS – Linhares	3ª e 5ª	07:00	09:00	Rua Ministro Odilon Braga, s/n	Érica
	Ginástica	UBS – Linhares	3ª e 5ª	17:00	19:00	Rua Ministro Odilon Braga, s/n	
	Hidroginástica	ADPM	3ª e 5ª	09:00	12:00	Rua Capitão Maurício Sávio, 743	Adeline
	Hidroginástica	ADPM	3ª e 5ª	13:00 e 15:00		Rua Capitão Maurício Sávio, 743	
	Pilates	ADPM	3ª e 5ª	14:00	15:00	Rua Capitão Maurício Sávio, 743	
	Hidroginástica	ADPM	3ª e 5ª	16:00	17:00	Rua Capitão Maurício Sávio, 743	
Marumbi	Caminhada	UBS - Igreja São Lucas	3ª e 5ª	07:00	09:00	Rua Luiz Fávero, 175	Érica
N. Sra. Aparecida	Caminhada	Quadra Grizzu	3ª e 5ª	07:00	08:40	Rua Luiz Creozol 3	Lutz
	Ginástica	Salão Igreja	2ª e 4ª	16:00	17:00	Rua Luiz Creozol 3	
Progresso	Caminhada/Ginástica	Igreja Divino E. Santo	3ª e 5ª	07:00	09:15	Rua José Antônio Benhame, 3560	Sônia
Santa Cândida	Ginástica	Salão Igreja	3ª e 5ª	08:00	09:00	Praça Francisco Bellei	Natanael
Santa Paula	Ginástica	Salão Igreja	3ª e 5ª	17:00	19:00	Rua Maria Luíza Alves, 305	Sônia
Santa Rita	Ginástica	Comunidade Santa Maria	3ª e 5ª	08:40	10:40	Rua José Vicente, 295	Lutz
São Benedito	Ginástica	Salão Igreja	3ª e 5ª	09:30	10:30	Rua Agilberto Costa	Natanael
Três Moinhos	Ginástica	E. M. Antônio Faustino	2ª e 4ª	08:00	10:00	R. Diva Garcia, 226	Natanael
Vitorino Braga	Ginástica	TVB	3ª e 5ª	07:30	09:30	Praça Teotônio Vilela	Nanianne
	Ginástica	Casa da Mulher	3ª e 5ª	13:30	17:30	Rua Garibaldi Campinhos, 169	Lídia

REGIÃO NORDESTE

Bairro	Atividade	Local	Dias	Início	Término	Endereço	Professor(a)
Bandeirantes	Caminhada	Praça/UBS	3ª, 5ª e 6ª	07:00	08:40	Rua Laurindo Nocelli, 100	Evelize
Centenário	Ginástica	Salão Igreja São Cristovão	2ª e 4ª	07:00	09:00	Rua Santana	Tadeu
Filgueiras	Ginástica	Salão Vicentinos	2ª e 4ª	06:30	10:30	Rua Aníbal Beligoli, 200	Nanianne
Grama	Alongamento/Ginástica	Igreja N. Sra. das Dores	2ª e 4ª	13:30	15:30	Rua Rio de Janeiro, 10	Lutz
	Ginástica	UBS – Grama	3ª e 5ª	07:00	09:00	Praça Áureo Gomes Carneiro	Francisco
	Ginástica	UBS – Grama	3ª e 5ª	17:00	19:00	Praça Áureo Gomes Carneiro	
Granjas Bethânia	Ginástica	Salão Igreja	3ª e 5ª	15:15	18:15	Rua Salvador R. Canávio, 03	Evelize
N. Sra. Graças	Caminhada/Ginástica	UBS – Praça/SPM	2ª, 4ª e 6ª	07:15	08:50	Rua Eng. Pedro Gomes, 21	Gustavo
	Ginástica	Creche Comunitária	3ª e 5ª	18:30	19:30	Rua Aníbal Alves, 100	Rosanne
Parque Guarani	Ginástica	UBS – Parque Guarani	2ª e 4ª	07:00	09:00	Rua Sophia Rafael Zacarias, 658	Francisco
	Ginástica	UBS – Parque Guarani	2ª e 4ª	17:00	19:00	Rua Sophia Rafael Zacarias, 658	
Santa Terezinha	Ginástica	SEL	2ª e 4ª	07:00	10:00	Rua Custódio Tristão, 11	Claudine
	Pilates	SEL	2ª e 4ª	14:50	16:00	Rua Custódio Tristão, 11	Letícia
	Ginástica/Dança Mix	SEL	2ª e 4ª	16:00	20:10	Rua Custódio Tristão, 11	
	Ginástica	SEL	3ª e 5ª	08:30	10:00	Rua Custódio Tristão, 11	Rosanne
	Pilates	SEL	3ª e 5ª	14:30	15:30	Rua Custódio Tristão, 11	
	Ginástica	SEL	3ª e 5ª	15:30	18:00	Rua Custódio Tristão, 11	
	Pilates	SEL	6ª	14:50	20:10	Rua Custódio Tristão, 11	Letícia

REGIÃO NORTE

Bairro	Atividade	Local	Dias	Início	Término	Endereço	Professor(a)
Barbosa Lage	Ginástica	E. E. Bernardo Mascarenhas	3ª e 5ª	7:00 AM	9:00 AM	Av. Antônio Weitzel, 1	Lígia
Bairro Industrial	Ginástica	UBS – Bairro Industrial	3ª e 5ª	16:30	18:30	R. João Gualberto, 110	Leandro
Barreira do Triunfo	Caminhada	Praça/UBS	3ª e 5ª	07:00	08:30	Praça Ana Esméria/Rua Antônio P.da Silva	Luana
Benfica	Ginástica	UBS – Benfica	2ª e 4ª	07:00	09:00	Rua dos Guararapes, s/n	Leandro
	Ginástica	UBS – Benfica	2ª e 4ª	16:00	18:00	Rua dos Guararapes, s/n	
	Ginástica	Rivais da Primavera	3ª e 5ª	08:30	10:30	Rua Evaristo da Veiga, 635	Willian
	Ginástica	Rivais da Primavera	3ª e 5ª	17:00	19:00	Rua Evaristo da Veiga, 635	
Cidade do Sol	Ginástica	Praça	3ª e 5ª	07:00	08:00	Rua Gustavo Capanema	Willian
Esplanada	Ginástica	Sala Multiuso	3ª e 5ª	07:00	11:00	Rua Bias Fortes, 76	Tadeu
	Ginástica	Sala Multiuso	3ª e 5ª	16:00	19:00	Rua Bias Fortes, 76	
Francisco Bernardino	Ginástica	Centro de Convivência – Moinho	3ª e 5ª	14:30	18:00	Av. Juscelino Kubitschek, 900	Talita
Jardim Natal	Ginástica	Igreja Nossa Srª Carmo	3ª e 5ª	07:00	09:00	Rua Antônio Bernardo, 259	
	Ginástica	Igreja Nossa Srª Carmo	3ª e 5ª	18:30	19:30	Rua Antônio Bernardo, 259	
Jóquei Clube 1	Ginástica	UBS- Jóquei Clube I	2ª e 4ª	07:00	09:00	Rua Basílio da Costa,110	Simone
	Ginástica	UBS- Jóquei Clube I	2ª e 4ª	17:30	18:30	Rua Basílio da Costa,110	
Jóquei Clube 2	Ginástica	UBS- Jóquei Clube II	3ª e 5ª	17:00	19:00	Av. Antônio Guimarães Peralva, 130	
Milho Branco	Ginástica	UBS – Milho Branco	3ª e 5ª	07:00	09:00	Rua Nicolau Schuery, s/n	
Monte Castelo	Caminhada/Ginástica	UBS – Toque de Bola	3ª e 5ª	07:00	09:00	R. Geraldo Gomes Ribeiro, 209	Ana Cláudia
	Hidroginástica	E. Clube Vila Branca	3ª e 5ª	09:00	11:00	Rua Cel. Quintão, s/n	
	Hidroginástica	E. Clube Vila Branca	4ª e 6ª	07:00	11:00	Rua Cel. Quintão, s/n	
Náutico	Hidro/natação	Clube Náutico JF	3ª e 5ª	12:00	16:20	Estr. Elías José Mockdeci, 8888	Luana
Nova Era II	Ginástica	UBS – Nova Era II	3ª e 5ª	07:00	10:30	Rua Guimarães Júnior	Patrícia
Novo Triunfo	Ginástica	Espaço Vanderli	3ª e 5ª	08:30	10:40	Rua Prof. Mozart Teixeira Filho, 180	Luana
Parque das Águas	Ginástica	E. M. Jovita Montreuil Brandão	3ª e 5ª	09:15	10:15	Rua Maestro José Quirinio	Talita
Santa Cruz	Caminhada	UBS – Praça	2ª , 4ª e 6ª	07:00	08:30	Rua Antônio Mourão Guimarães	Patrícia
São Judas Tadeu	Ginástica	UBS – Praça	2ª , 4ª e 6ª	08:30	10:30	Rua Sábino Tortura	
Vila Esperança	Ginástica	UBS – Praça	3ª e 5ª	07:00	10:00	R. Nova, 20	Simone

REGIÃO OESTE (CIDADE ALTA)

Bairro	Atividade	Local	Dias	Início	Término	Endereço	Professor
Aeroporto	Natação	Sociedade Portuguesa	3ª e 5ª	14:30	15:30	Avenida Guadalajara, 535	Claudine
	Hidroginástica	Sociedade Portuguesa	3ª e 5ª	13:30	16:30	Avenida Guadalajara, 535	
Borboleta	Ginástica	Sport Club Borboleta	3ª e 5ª	14:00	18:00	Rua Irmão Menrado, 133	Vitor
Jardim Casablanca	Ginástica	Obra Social Sta. Catarina	2ª e 4ª	07:50	10:20	Rua Monteiro Lobato, 147	Luiz Alexandre
	Ginástica	Obra Social Sta. Catarina	3ª e 5ª	15:00	16:10	Rua Monteiro Lobato, 147	
Santos Dumont	Caminhada	UBS – Santos Dumont	2ª, 4ª e 6ª	07:30	08:50	Rua Álvaro José Rodrigues, 25	Rodrigo Vianelo
São Pedro	Caminhada	UBS/UFJF	3ª, 4ª e 5ª	07:20	09:00	Rua José Lourenço Kelmer, 1533	Ana Márcia
	Ginástica	Igreja São Pedro	3ª e 5ª	17:00	20:00	Av. Sr. Dos Passos, 1592	

REGIÃO SUDESTE

Bairro	Atividade	Local	Dias	Início	Término	Endereço	Professor(a)
Floresta	Ginástica	Centro Comunitário	2ª e 4ª	16:00	18:00	Rua Alameda Cedro s/n	
Furtado de Menezes	Ginástica	Lar Luiza de Marilac	4ª e 6ª	10:00	11:00	Rua Furtado de Menezes	Douglas
	Ginástica	Quadra Juventude Imperial	2ª, 4ª e 6ª	07:00	08:20	Rua Furtado de Menezes 19A	
Jardim da Lua	Ginástica	UBS – Jardim da Lua	3ª e 5ª	07:00	10:30	Rua Adelaide Campos de Rezende	Rodrigo Vianelo
Jardim Esperança	Ginástica	Salão Igreja	2ª e 4ª	07:10	10:30	R. Henrique Pimenta Brasiel, 361	Livia
	Ginástica	Salão Igreja	2ª e 4ª	14:00	19:00	R. Henrique Pimenta Brasiel, 361	
Nossa Sra. de Lourdes	Ginástica	Salão Vicentinos	2ª e 4ª	07:00	09:00	Rua Francisco Alves Barbosa, 193	Flávia
	Ginástica	Salão Vicentinos	3ª e 5ª	07:00	09:00	Rua Francisco Alves Barbosa, 193	Claudine
Olavo Costa	Ginástica	UBS (Travessia)	2ª, 4ª e 6ª	08:40	10:00	Rua Jacinto Marcelino, 16	Douglas
Retiro	Ginástica	UBS – Retiro	2ª e 4ª	07:00	10:00	R. Sebastião Cardoso, 41	
Santo Antônio	Ginástica	Associação Lourenço Hipólito Neto	3ª e 5ª	08:00	10:00	Rua Dalamura, 160	Flávia
	Ginástica	Associação Lourenço Hipólito Neto	3ª e 5ª	16:00	17:00	Rua Dalamura, 160	
Solidariedade	Caminhada/ Ginástica	Capela Nossa Srª da Piedade	2ª e 4ª	09:15	10:15	Rua Amadeo Guimarães, 305	Letayf
Vila Ideal	Caminhada/Alongamento	UBS Vila Ideal	3ª	07:00	08:20	Av. Francisco Valadares, 1900	
	Caminhada/Alongamento	UBS Vila Ideal	6ª	09:00	10:20	Av. Francisco Valadares, 1900	

REGIÃO SUL

Bairro	Atividade	Local	Dias	Início	Término	Endereço	Professor(a)
Ipiranga	Caminhada	Obras Sociais Júlio Grooten	2ª, 4ª e 6ª	09:00	10:10	Rua Etienne Loures, 85	Fernanda
	Ginástica	Obras Sociais Júlio Grooten	2ª e 4ª	15:10	16:10	Rua Etienne Loures, 85	
Santa Efigênia	Ginástica	Casa de Cultura Evalton Vieira	2ª e 4ª	07:00	09:00	Av. Pedro Afonso Pinheiro, 257	Jeane
	Ginástica	Casa de Cultura Evalton Vieira	2ª e 4ª	07:00	09:00	Av. Pedro Afonso Pinheiro, 257	
Santa Luzia	Caminhada	UBS - Praça Santa Luzia	2ª, 4ª e 6ª	07:00	09:40	Rua Torreões	Daniela Denezine
	Ginástica	Salão do Clube Olaria	3ª e 5ª	16:00	19:00	Avenida Santa Luzia, 277	
	Caminhada	Praça Santa Luzia	3ª e 5ª	19:00	20:00	Praça Padre Geraldo Palzers	
São Geraldo	Hidro/Natação	Clube Comerciantes	3ª e 5ª	07:30	11:30	Rua Clóvis Serroa da Motta, 159	Estevão
	Hidro/Natação	Clube Comerciantes	3ª e 5ª	13:00	16:15	Rua Clóvis Serroa da Motta, 159	
	Alongamento	Clube Comerciantes	3ª e 5ª	16:15	17:00	Rua Clóvis Serroa da Motta, 159	
	Hidro/Natação	Clube Comerciantes	3ª e 5ª	07:00	12:00	Rua Clóvis Serroa da Motta, 159	Fabiano
	Hidro/Natação	Clube Comerciantes	3ª e 5ª	13:00	16:00	Rua Clóvis Serroa da Motta, 159	
Teixeiras	Hidroginástica	AABB	4ª e 6ª	08:00	12:00	Rua Deusdedit Salgado, 1690	Livia
	Ginástica	UBS	2ª, 4ª e 6ª	07:00	08:20	Rua Custódio Furtado de Souza, s/n	Letayf
	Ginástica	Salão Igreja São Geraldo	3ª e 5ª	08:00	10:30	Rua Nair Furtado, 10	Neusa
Vale Verde	Caminhada	Casa Ave Maria	2ª, 4ª e 6ª	07:00	09:00	Rua Bady Geara, 1065	Fernanda