

**PROJETO PRÁTICAS CORPORAIS E ESPORTIVAS PARA A JUVENTUDE NO
IFMG SABARA**

Quadro 1 – Programa das atividades e ações que compõem o projeto

| ATIVIDADE | DIAS E HORÁRIOS | LOCAL | PROF. MONITOR | VAGAS | MATERIAL |
|-------------------------------|---|--------------------------------------|------------------------------------|----------------------|---|
| CAPOEIRA | <i>Sexta-feira 14:00 as 15:40</i> | <i>Laboratório EF</i> | <i>Maira</i> | <i>30</i> | <i>Som/berimbal</i> |
| FUTSAL (Fem) | <i>Sexta-feira 16:00 as 17:00</i> | <i>Quadra da APAE</i> | <i>Maira</i> | <i>20</i> | <i>Bolas e rede</i> |
| FUTSAL (Mas) | <i>Sexta-feira 17:00 as 18:00</i> | <i>Quadra da APAE</i> | <i>Maira</i> | <i>20</i> | <i>Bolas e rede</i> |
| GINÁSTICA LABORAL | <i>Quarta-feira 11:30 as 12:15</i> | <i>Laboratório EF</i> | <i>Cida</i> | <i>30</i> | <i>Som/Colchonete s</i> |
| MINI ATLETISMO (Misto) | <i>Quarta-feira 14:00 as 15:40</i> | <i>Laboratório EF</i> | <i>Cida/Maira</i> | <i>30</i> | <i>Pesos/fitas/cone s/areia/giz/etc</i> |
| REIKI | <i>Terça e quinta 07:00 as 07:50 16:10 as 17:00</i> | <i>Enfermaria Laboratório EF</i> | <i>Glábia</i> | <i>20</i> | <i>Colchonetes/tat ame/Maca</i> |
| TAI CHI CHUAN | <i>Terça e quinta 07:00 as 07:50</i> | <i>Pátio externo/LEF– T02</i> | <i>José Marcelo</i> | <i>20</i> | <i>-</i> |
| TENIS DE MESA (Misto) | <i>Segunda-feira 16:00 as 18:00</i> | <i>Laboratório EF</i> | <i>Cida/Maira</i> | <i>20</i> | <i>Mesa/rede, raquetes e bolas</i> |
| VOLEIBOL (Misto) | <i>Quarta-feira 16:00 as 18:00</i> | <i>Quadra APAE</i> | <i>Cida/Maira</i> | <i>30</i> | <i>Bolas e rede</i> |
| XADREZ | <i>Segunda-feira 16:00 as 18:00</i> | <i>Laboratório EF</i> | <i>Maira/Lucca (Monitor)</i> | <i>20</i> | <i>Tabuleiro/mesa/ cdeiras/relógio</i> |
| RECREAÇÃO E LAZER | <i>Segunda a sexta 12:30 as 14:00</i> | <i>Laboratório EF</i> | <i>Maira/Mateu s (monitor)</i> | <i>Livre</i> | <i>Materiais do laboratório</i> |
| Total: 11 atividades | - | - | - | 240 vagas | - |