



## **PROGRAMA DE EXTENSÃO RITMO E MOVIMENTO – UDESC/CEFID** **HORÁRIOS DAS ATIVIDADES SEMESTRE – 2020/1**

### **Dança contemporânea**

Segunda e quarta-feira, das 12h às 13h30

Local: Ginásio 1 UDESC /CEFID

**Início: 02/03/2020**

Aberto à comunidade

Inscrições: No local

### **Alongamento e Ginástica**

Segunda, quarta e sexta-feira, das 7h às 8h

Locais:

Segunda feira: Parque de Coqueiros

Quarta feira: Ginásio 1 CEFID/UDESC

Sexta feira: Ginásio 1 CEFID/UDESC ou Parque de Coqueiros (dependendo do tempo)

**Início: 03/03/2020**

Aberto à comunidade

Inscrições: No local

### **Preparação Física e Alongamento**

Terça e quinta-feira, das 13h30 às 14h30

Local: Ginásio 1 CEFID/UDESC

**Início: 03/03/2020**

Aberto à comunidade

Inscrições: No local

### **Danças Urbanas**

Quinta e sexta-feira, das 12h às 13h

Local: Sala de Judô CEFID/UDESC

**Início: 05/03/2020**

Aberto à comunidade

Inscrições: No local

### **Grupo de Dança do CEFID/UDESC**

Segunda a sexta-feira, das 12h às 13h30

Local: Ginásio 1 CEFID/UDESC

**Início: 18/02/2020**

Aberto aos acadêmicos da UDESC

Inscrições: No local

### **Dança para Mulheres sobreviventes ao Câncer de Mama (Mama Rosa)**

Terça e quinta-feira, das 14h30 às 15h30

Local: Ginásio 1 CEFID/UDESC

**Início: 03/03/2020**

Inscrições: No local

### **Dança para Indivíduos com Doença de Parkinson - BPaRkl**

Terça e sexta-feira, das 13h às 15h

Local: Ginásio 3 e sala de aula CEFID/UDESC

**Início: 03/03/2020**

Inscrições: No local

### **Capoeira**

Segunda, quarta e sexta-feira, das 12h as 13h30

Local: Ginásio 2 CEFID/UDESC

**Início: 02/03/2020**

Inscrições: No local

**Horários da academia de musculação para intervenção de pesquisa de tese da doutoranda Juliana e da mestrandona Daniely**

Segunda, quarta e sexta-feira - 7h30 às 11h30; 13h30 às 15h30; 19h às 22h.

Coordenadora: Adriana. Guimarães

Bolsistas: Breno Hemes, Gleyson Patrick, Matheus Lemos e Kamile Lorencet

Professor: Waldemar Henrique

Informações: Diretamente com a equipe