



Abertura: 8h na Quadra Coberta - PQD (Imprescindível a presença de todos os participantes, sobretudo os de modalidade coletiva).

### •MANHÃ

**Futsal:** 08:45 às 12h (Quadra Coberta)

**Vôlei de praia:** 9h às 12h (Quadra de areia)

**Jogos de mesa:** 9h às 12h (Céu)

**Hidroginástica:** 9h (Piscina)

**Forró:** 10h (Sala de danças - PQD)

**Defesa Pessoal para Mulheres:** 10h (Sala de lutas - PQD)

### •TARDE

**Vôlei/ Basquete/ Handebol:** 13h às 17h (Quadra Coberta)

**Futevôlei:** 13:30 às 17h (Quadra de areia)

**Bandeirinha/ Queimada:** 14h às 17h (Pombal)

**Yoga e Meditação:** 14h (Sala de lutas - PQD)

**Massoterapia:** 14h (Sala de ginástica- PQD)

**Capoeira:** 15h (Sala de dança)

**Slackline:** 15h (Pombal)

**Just Dance:** 15h (Céu)

**Encerramento e premiações:** 17h (Quadra coberta)

