



Programa de Atividade Física e Esportiva USP 60+ Pró-Reitoria 1º Semestre de 2024



Turmas	Cursos	Dias	Horários	Nível / Sexo	Professor(a)	Local	Vagas
1	CAMINHADA	3ª/5ª	08h30-10h	I/MF	Baccani	Pista/Trilha/Campus	2
2	CAPOEIRA 50+	4ª	09h45h-11h	I / II / MF	Vinicius	Espaço Multiuso	10
3	CIRCUITO	2ª/4ª	08h-09h	I/MF	Ana Cristina	Pista e Sala Fitness	2
4	CIRCUITO	2ª/4ª	09h-10h	I/MF	Ana Cristina	Pista e Sala Fitness	2
5	TÉCNICAS DE MEDITAÇÃO	2ª/4ª	09h-10h	I/MF	Danilo	Espaço Multiuso	2
6	TÉCNICAS DE MEDITAÇÃO	3ª/5ª	08h-09h	I/MF	Danilo	Espaço Multiuso	2
7	YOGA	2ª/4ª	08h-09h	I/MF	Danilo	Espaço Multiuso	2
8	YOGA	2ª/4ª	11h30-12h30	I/MF	Danilo	Espaço Multiuso	2
9	YOGA	2ª/4ª	12h30-13h30	I/MF	Danilo	Espaço Multiuso	2
10	YOGA	3ª/5ª	07h-08h	I/MF	Danilo	Espaço Multiuso	2
11	YOGA	3ª/5ª	13h30-14h30	I/MF	Danilo	Espaço Multiuso	2
12	YOGA	3ª/5ª	14h30-15h30	I/MF	Danilo	Espaço Multiuso	2
Total							32

Para se inscrever nos cursos, realize cadastro no site www.cepe.usp.br, clicar em "[acesse o sistema Cepeusp](#)".
Após realizar o cadastro, acesse com e-mail e senha clique [Meus Atestados](#), preencha [Formulário Novo Par-Q](#) (60 a 69 anos);
70 anos ou mais: anexar no perfil o atestado médico, datado a partir de julho de 2023, apto para atividade física.

Inscrições: 04 a 08 de março de 2024, no site www.cepe.usp.br/cursos USP 60+
Taxa: Isento

Documentos necessários:

Aluno antigo: Carteira Cepeusp atualizada.

Aluno novo: enviar 1 foto atual digital (selfie) e R.G. no e-mail carteiras.cepe@usp.br

Início das aulas: 04/03/2024

Término: 05/03/2024

Informações: curscepe@usp.br ou Tel.: 3091-3361, 2ª a 6ª feira das 08h30 às 16h30.

Profº Jose Carlos Simon Farah
Chefe Técnico de Divisão de Educação Física

