

Programas de Atividades Físicas e Esportivas USP 60+ Pró-Reitoria



2º Semestre de 2022



Turma	Atividades	Dias	Horários	Nível / Sexo	Professor(a)	Local	Vagas
1	ALONGAMENTO	2ª/4ª	08h-09h	I/MF	Luzimar	Salas 2 e 6/Estádio	2
2	CAMINHADA	3ª/5ª	08h30-10h	I/MF	Baccani	Pista/Trilha/Campus	2
3	CAPOEIRA	6ª	10h-11h	I / II / MF	Vinícius	Espaço Multiuso	2
4	CIRCUITO	2ª/4ª	08h-09h	II/MF	Ana Cristina	Pista e Sala 1/Estádio	2
5	CIRCUITO	2ª/4ª	09h-10h	II/MF	Ana Cristina	Pista e Sala 1/Estádio	2
6	GINÁSTICA	3ª/5ª	09h-10h	II/MF	Fabiane	Sala 1/Estádio	3
7	TÉCNICAS DE MEDITAÇÃO	2ª/4ª	09h-10h	I/MF	Danilo	Espaço Multiuso	2
8	TÉCNICAS DE MEDITAÇÃO	3ª/5ª	08h-09h	I/MF	Danilo	On-line	2
9	YOGA	2ª/4ª	08h-09h	I/MF	Danilo	Espaço Multiuso	2
10	YOGA	2ª/4ª	11h30-12h30	I/MF	Danilo	Espaço Multiuso	2
11	YOGA	2ª/4ª	12h30-13h30	I/MF	Danilo	Espaço Multiuso	2
12	YOGA	3ª/5ª	09h-10h	I/MF	Danilo	On-line	2
13	YOGA	3ª/5ª	11h15-12h15	I/MF	Danilo	On-line	2
14	YOGA	3ª/5ª	14h30-15h30	I/MF	Danilo	Espaço Multiuso	2
Total							29

Para se inscrever nos cursos deve ser realizado cadastro no site www.cepe.usp.br, clicar em "acesse o sistema Cepeusp". Após realizar o cadastro, acesse c/ 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 novembro de 2021, apto para atividade física.

Inscrições: 26 a 29 de Julho de 2022, no site www.cepe.usp.br/cursos USP 60+
Taxa: Isento

Documentos Necessários:

Aluno antigo: Carteira Cepeusp atualizada.

Aluno novo: encaminhar 1 foto digital JPG atual e R.G. no e-mail carteiras.cepe@usp.br

Início das aulas : 08/08/2022

Término: 09/12/2022

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