



# CALENDÁRIO

21/12 A 23/12

	SEGUNDA (21/12)	TERÇA (22/12)	QUARTA (23/12)	QUINTA (24/12)	SEXTA
CANAL GERAL	<b>ESPECIAL DE FIM DE ANO</b> 19 H  DANÇA FUTSAL JUDÔ	<b>ESPECIAL DE FIM DE ANO</b> 19 H  DANÇA FUTSAL JUDÔ	<b>ESPECIAL DE FIM DE ANO</b> 19 H  DANÇA FUTSAL JUDÔ	<b>FÉRIAS</b>	<b>FÉRIAS</b>
	<ul style="list-style-type: none"><li>- Alongamento</li><li>- Atividades coordenativas de salto, deslocamento e passada;</li><li>- Brincadeiras;</li><li>- Volta a calma.</li></ul> <b>Materiais:</b> Bola e marcadores.	<ul style="list-style-type: none"><li>- Aquecimento divertido</li><li>- Corrida Maluca</li><li>- Brasil X Argentina</li><li>- Jodo das setas</li><li>- Objetos da Casa</li><li>- Volva a calma</li></ul> <b>Materiais:</b> não tem	<p>Aquecimento:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Dança Livre</li></ul> <p>Atividades:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Embaixadinha;</li><li>- Gol a GoL;</li><li>- Desafio da Luta.</li><li>- Relaxamento</li></ul> <b>Materiais:</b> 1 blusa de frio, travesseiro (almofada), 1 bola, cadeira.		

Accesse a Equipe do SMMEC no *Teams* utilizando o código dc72141

Dúvidas: [contatosmmecc@pucminas.br](mailto:contatosmmecc@pucminas.br)