

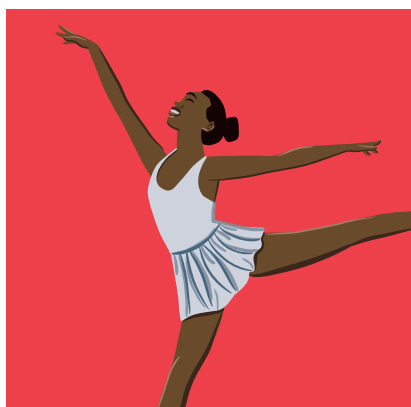
NÚCLEO DE ATIVIDADES  
COMPLEMENTARES

NAC

ATIVIDADES

COMPLEMENTARES

2025



# ATIVIDADES COMPLEMENTARES 2025

\*Para abertura das turmas em 2025, será necessário a confirmação de no mínimo 6 alunos matriculados.

## Educação Infantil

	Modalidade	Faixa Etária	Dias	Horário
Artísticas	Dança Baby	B - Infantil 5 C - Infantil 3 e 4 D - Infantil 4 e 5 E - Infantil 5 e 1º ano F - Infantil 3 e 4	3ª feira 3ª e 5ª feira 4ª feira 3ª e 5ª feira 2ª feira	18h10 às 19h25 10h15 às 11h05 12h10 às 13h 9h20 às 10h10 18h10 às 19h
	Dança Básico	A - 2º ao 5º ano B - 1º e 2º ano C - 1º e 2º ano	3ª e 5ª feira 3ª e 5ª feira 2ª e 4ª feira	8h às 9h15 12h10 às 13h20 18h10 às 19h25
	Desenho Infantil	Infantil 5 e 1º ano	2ª feira	18h10 às 19h
	Musicalização Infantil	Infantil 5 e 1º ano	4ª feira	18h10 às 19h
	Teatro Infantil	Infantil 5 ao 2º ano	2ª feira	18h10 às 19h
Esportivas	Capoeira	Infantil 4 ao 5º ano	5ª feira	18h10 às 19h
	Circo Iniciantes	A - Infantil 5 e 1º ano	3ª e 5ª feira	9h10 às 10h
	Ginástica Artística Iniciantes	B - Infantil 5 e 1º ano C - a partir do 1º ano E - Infantil 5 e 1º ano G - Infantil 5 e 1º ano I - a partir do 1º ano	3ª e 5ª feira 2ª e 4ª feira 4ª feira 2ª feira 3ª e 5ª feira	9h20 às 10h10 12h30 às 13h20 18h10 às 19h25 18h10 às 19h25 12h10 às 13h
	Ginástica Rítmica Baby	Infantil 4 e 5	2ª feira	18h20 às 19h10
	Ginástica Rítmica Iniciantes	B - Infantil 5 e 1º ano D - Infantil 5 e 1º ano E - Infantil 5 e 1º ano	3ª e 5ª feira 3ª e 5ª feira 3ª e 5ª feira	18h20 às 19h10 18h20 às 19h10 9h20 às 10h10
	Iniciação Esportiva	A1 - Infantil 3 e 4 A2 - Infantil 5 e 1º ano A3 - Infantil 4 ao 2º ano A4 - Infantil 3 e 4 B1 - Infantil 5 e 1º ano B2 - Infantil 5 e 1º ano	3ª e 5ª feira 3ª e 5ª feira 3ª e 5ª feira 2ª feira 3ª e 5ª feira 2ª feira	10h15 às 11h05 9h20 às 10h10 12h10 às 13h20 18h10 às 19h 18h10 às 19h 18h10 às 19h
	Judô Baby	A - Infantil 5 e 1º ano B - Infantil 3 e 4 C - Infantil 3 ao 1º ano D - Infantil 3 e 4 E - Infantil 5 e 1º ano F - Infantil 5 e 1º ano	3ª e 5ª feira 3ª e 5ª feira 4ª feira 3ª feira 5ª feira 6ª feira	9h20 às 10h10 10h15 às 11h05 12h10 às 13h 18h10 às 19h 18h10 às 19h 18h10 às 19h
	Xadrez Infantil	Infantil 3 ao 1º ano	5ª feira	18h10 às 19h
Acadêmicas				

## Ensino Fundamental Anos Iniciais

	Modalidade	Faixa Etária	Dias	Horário
Artísticas	Ballet Básico	a partir do 3º ano	2ª e 4ª feira	18h10 às 19h25
	Ballet Intermediário	I - a partir do 4º ano II - a partir do 6º ano	3ª e 5ª feira 3ª e 5ª feira	15h35 às 17h15 13h30 às 15h10
	Contemporâneo	Intermediário - a partir do 4º ano	3ª e 5ª feira	14h50 às 16h20
	Coral Bate-Papo	2º ao 7º ano	3ª e 5ª feira	18h10 às 19h25
	Dança Básico	A - 2º ao 5º ano B - 1º e 2º ano C - 1º e 2º ano	3ª e 5ª feira 3ª e 5ª feira 2ª e 4ª feira	8h às 9h15 12h10 às 13h20 18h10 às 19h25
	Desenho	I - 2º ao 5º ano II - 2º ao 5º ano III - 4º ao 9º ano	3ª feira 4ª feira 5ª feira	18h10 às 19h 18h10 às 19h 18h10 às 19h
	Jazz Básico	A - a partir do 3º ano B - a partir do 5º ano	2ª e 4ª feira 3ª e 5ª feira	18h10 às 19h25 13h30 às 14h45
	Jazz Intermediário	I - a partir do 4º ano II - a partir do 4º ano	3ª e 5ª feira 3ª e 5ª feira	14h45 às 16h25 16h25 às 18h
	Musicalização Juvenil	2º e 3º ano	3ª e 5ª feira	18h10 às 19h
	Pintura em Tela	A partir do 3º ano	3ª feira	18h10 às 19h
	Teatro Iniciantes	3º ao 5º ano	4ª feira	18h10 às 19h25

# Ensino Fundamental Anos Iniciais

	Modalidade	Faixa Etária	Dias	Horário	
Esportivas	Atletismo	Iniciantes I - 3º ao 7º ano Iniciantes II - 4º ao 8º ano	2ª, 4ª e 6ª feira 2ª, 4ª e 6ª feira	18h10 às 19h 13h30 às 15h10	
	Basquete Infantil Misto	A partir do 4º ano	3ª e 5ª feira	18h10 às 19h	
	Capoeira Iniciais	A partir do 2º ano	5ª feira	18h10 às 19h	
	Circo	Iniciantes B - a partir do 2º ano Intermediário A - a partir do 2º ano Avançado - a partir do 3º ano	4ª e 6ª feira 3ª e 5ª feira 3ª e 5ª feira	18h10 às 19h25 8h às 9h15 13h40 às 15h45	
	Futsal Infantil	A - a partir do 4º ano B - 5º ano C - 4º ano D - 4º e 5º ano FEM	3ª e 5ª feira 3ª e 5ª feira 4ª e 6ª feira 3ª e 5ª feira	8h às 9h15 18h10 às 19h25 18h10 às 19h25 18h10 às 19h25	
	Ginástica Artística Iniciais	A - 2º ao 6º ano C - a partir do 1º ano D - a partir do 2º ano F - a partir do 2º ano H - a partir do 4º ano I - a partir do 1º ano	3ª e 5ª feira 2ª e 4ª feira 2ª e 4ª feira 3ª e 5ª feira 3ª e 5ª feira 3ª e 5ª feira	8h às 9h15 12h30 às 13h20 18h10 às 19h25 18h10 às 19h25 13h40 às 14h30 12h10 às 13h	
	Ginástica Artística Intermediário	A - a partir do 3º ano B - a partir do 3º ano C - a partir do 2º ano	3ª e 5ª feira 2ª e 4ª feira 3ª e 5ª feira	14h30 às 16h10 14h30 às 16h10 18h10 às 19h50	
	Ginástica Artística Treinamento (Agendar avaliação)	Pré-treinamento - 1º ao 3º ano Treinamento A - a partir do 4º ano Treinamento B - a partir do 3º ano	2ª, 4ª e 6ª feira 2ª, 4ª e 6ª feira 2ª a 6ª feira	18h10 às 19h50 14h às 16h50 18h10 às 19h50	
	Ginástica Rítmica	Iniciantes A - 2º ao 5º ano Iniciantes C - a partir do 2º ano Intermediário - a partir do 2º ano Pré-Intermediário - a partir do 2º ano	3ª e 5ª feira 3ª e 5ª feira 4ª e 6ª feira 3ª e 5ª feira	8h às 9h15 13h30 às 14h20 18h10 às 19h50 18h10 às 19h25	
	Ginástica Rítmica Pré-trein.	A - a partir do 3º ano B - 3º ao 9º ano C - 2º e 3º ano D - 2º a 5º ano	3ª e 5ª feira 2ª, 4ª e 6ª feira 2ª, 4ª e 6ª feira 3ª e 5ª feira	14h20 às 16h40 18h10 às 19h50 18h10 às 19h50 13h40 às 16h	
	GR Treinamento A e B	Agendar avaliação	2ª, 4ª e 6ª feira	13h40 às 16h	
	Iniciação Esportiva	C1 - 2º e 3º ano C2 - 2º e 3º ano	3ª e 5ª feira 3ª e 5ª feira	8h às 9h15 18h10 às 19h	
	Escolinha Esportiva (Futsal, Basquetebol, Handebol, Voleibol)	A - 3º ao 5º ano B - 3º ao 5º ano	3ª e 5ª feira 2ª e 4ª feira	12h10 às 13h 18h10 às 19h	
	Judô Escolinha	A - 2º e 3º ano B - 2º ao 5º ano C - 2 e 3º ano	3ª e 5ª feira 3ª e 5ª feira 4ª e 6ª feira	11h10 às 12h 12h10 às 13h 18h10 às 19h	
	Judô Intermediário	A - 4º e 5º ano B - 4º e 5º ano	3ª e 5ª feira 2ª e 4ª feira	8h às 9h15 18h10 às 19h25	
	Judô treinamento	B- 2º ao 5º ano	3ª e 5ª feira	18h10 às 19h30	
	Voleibol Infantil Misto	A partir do 4º ano	3ª e 5ª feira	18h10 às 19h00	
	Acadêmicas	Robótica	A1 - 2º ano A2 - 3º ano B - 4º e 5º ano C1 - 2º e 3º ano C2 - 4º e 5º ano D - 4º e 5º ano F - 5º e 6º ano	2ª feira 2ª feira 3ª feira 4ª feira 4ª feira 5ª feira 3ª feira	18h10 às 19h10 18h10 às 19h10 18h10 às 19h10 18h10 às 19h10 18h10 às 19h10 18h10 às 19h10 12h30 às 13h30
		Xadrez Básico	I - a partir do 2º ano II - a partir do 2º ano	3ª feira 4ª feira	18h10 às 19h 18h10 às 19h
		Oficina de Educação Financeira	Informações na Secretaria do NAC		

# Ensino Fundamental Anos Finais

	Modalidade	Faixa Etária	Dias	Horário
Artísticas	Ballet Intermediário	II - a partir do 6º ano	3ª e 5ª feira	13h30 às 15h10

# Ensino Fundamental Anos Finais

## Artísticas

Modalidade	Faixa Etária	Dias	Horário
Ballet Avançado	A partir do 8º ano	2ª, 4ª e 6ª* feira	16h05 às 17h45 *13h30 às 15h10
Progressing Ballet Technique PBT - DANÇAS E GINÁSTICAS	A partir do 6º ano	2ª, 4ª e 6ª* feira	15h40 às 16h05 *15h10 às 16h
Clube da Música	A partir do 7º ano	6ª feira	15h10 às 16h30
Contemporâneo	Intermediário - a partir do 4º ano Avançado - a partir do 5º ano	3ª e 5ª feira 2ª, 4ª e 6ª feira	14h50 às 16h20 14h30 às 16h
Coral Bate-Papo	2º ao 7º ano	3ª e 5ª feira	18h10 às 19h25
Coral Laços & Cadarços	A partir do 6º ano	6ª feira	13h30 às 15h
Desenho	III - 4º ao 9º ano	5ª feira	18h10 às 19h
Hip Hop	Intermediário - 6º ao 9º ano Avançado - a partir do 6º ano Master - a partir do 7º ano	3ª e 5ª feira 2ª, 4ª e 6ª* feira 2ª, 4ª e 6ª* feira	16h20 às 18h 14h40 às 16h20 *14h às 15h40 16h20 às 18h *13h30 às 16h
Jazz Básico	A - a partir do 3º ano B - a partir do 4º ano	2ª e 4ª feira 3ª e 5ª feira	18h10 às 19h25 13h30 às 14h45
Jazz Intermediário	I - a partir do 4º ano II - a partir do 4º ano	3ª e 5ª feira 3ª e 5ª feira	14h45 às 16h25 16h25 às 18h
Jazz Avançado	A partir do 8º ano	2ª, 4ª e 6ª* feira	14h20 às 16h *13h30 às 15h10
Jazz Master	A partir do 8º ano	2ª, 4ª e 6ª* feira	16h20 às 18h *15h10 às 17h
Pintura em Tela	A partir do 3º ano	3ª feira	18h10 às 19h
Teatro Intermediário	A partir do 4º ano	3ª e 5ª feira	13h30 às 15h10
Teatro Avançado	A partir do 9º ano	3ª e 5ª feira	15h20 às 16h35

## Esportivas

Atletismo	Iniciantes - 4º ao 8º ano Técnico - a partir do 9º ano	2ª, 4ª e 6ª feira 2ª, 4ª e 6ª feira	13h30 às 15h10 14h10 às 15h50
Basquetebol Masculino	Iniciantes - 5º ao 7º ano Intermediário - 8º e 9º ano	2ª, 4ª e 6ª feira 2ª, 4ª e 6ª feira	13h45 às 14h50 14h50 às 16h30
Basquetebol Feminino	Iniciantes - 5º ao 8º ano Técnico - a partir do 9º ano	3ª e 5ª feira 3ª e 5ª feira	14h às 15h40 16h às 17h40
Cheerleading	A partir do 6º ano	2ª e 4ª feira	14h às 15h30
Circo	Avançado - a partir do 3º ano	3ª e 5ª feira	13h40 às 15h45
Futsal Masculino	Iniciantes A - 6º ano Iniciantes B - 7º ano Intermediário A - 7º e 8º ano Intermediário B - 8º e 9º ano	2ª, 3ª e 5ª feira 2ª, 3ª e 5ª feira 2ª, 3ª e 5ª feira 2ª, 3ª e 5ª feira	13h45 às 15h10 13h45 às 15h10 15h10 às 16h50 15h10 às 16h50
Futsal Feminino	Iniciantes - 5º ao 7º ano Intermediário - 8º ao 9º ano	3ª e 5ª feira 3ª e 5ª feira	13h45 às 15h 15h às 16h30
Ginástica Art. Iniciantes	H - a partir do 4º ano	3ª e 5ª feira	13h40 às 14h30
Ginástica Art. Intermediário	A - a partir do 3º ano B - a partir do 3º ano C - a partir do 2º ano	3ª e 5ª feira 2ª e 4ª feira 3ª e 5ª feira	14h30 às 16h10 14h30 às 16h10 18h10 às 19h50
Ginástica Art. Treinamento (Agendar avaliação)	A - a partir do 4º ano B - a partir do 3º ano	2ª, 4ª e 6ª feira 2ª a 6ª feira	14h às 16h50 18h10 às 19h50
Ginástica Rítmica	Intermediário - a partir do 2º ano Pré-Intermediário - a partir do 2º ano	4ª e 6ª feira 3ª e 5ª feira	18h10 às 19h50 18h10 às 19h25
Ginástica Rítmica Pré-trein.	A - a partir do 3º ano B - 3º ao 9º ano	3ª e 5ª feira 2ª, 4ª e 6ª feira	14h20 às 16h40 18h10 às 19h50
Ginástica Rítmica Trein.	A\B - Agendar avaliação	2ª, 4ª e 6ª feira	14h às 17h
Handebol Masculino	Iniciantes - 5º ao 7º ano Intermediário - 8º e 9º ano	2ª, 4ª e 6ª feira 2ª, 4ª e 6ª feira	13h45 às 15h 15h às 16h30
Handebol Feminino	Iniciantes - a partir do 5º ano	2ª e 4ª feira	14h às 15h40
Judô Treinamento	A - a partir do 6º ano	3ª e 5ª feira	14h às 15h20
Voleibol Masculino	Iniciantes - 5º ao 8º ano Técnico - a partir do 9º ano	2ª e 4ª feira 2ª e 4ª feira 6ª feira	13h45 às 15h 15h às 16h50 17h30 às 19h30
Voleibol Feminino	Iniciantes - 5º ao 7º ano Intermediário - 8º e 9º ano	3ª e 5ª feira 3ª, 5ª e 6ª* feira	13h45 às 15h 15h às 16h30 *13h45 às 15h30

## Acadêmicas

Xadrez Avançado	A partir do 4º ano	5ª feira	13h20 às 14h10
Robótica	F - 5º e 6º ano G - 6º e 7º ano H - 8º a 2ª série do Médio	3ª feira 4ª feira 5ª feira	12h30 às 13h30 13h às 14h 13h30 às 14h30
Oficina de Educação Financeira	Informações na Secretaria do NAC		

# Ensino Médio

	Modalidade	Dias	Horário
Artísticas	Ballet Avançado	2ª, 4ª e 6ª* feira	16h05 às 17h45 *13h30 às 15h10
	Ballet Master	2ª, 4ª e 6ª* feira	14h às 15h40 *16h às 17h40
	Progressing Ballet Technique PBT - DANÇAS E GINÁSTICAS	2ª, 4ª e 6ª* feira	15h40 às 16h05 *15h10 às 16h
	Contemporâneo - Avançado	2ª, 4ª e 6ª feira	14h30 às 16h
	Coral Laços & Cadarços	6ª feira	13h30 às 15h
	Clube da Música	6ª feira	15h10 às 16h30
	Hip Hop Avançado	2ª, 4ª e 6ª* feira	14h40 às 16h20 *14h às 15h40
	Hip Hop Master	2ª, 4ª e 6ª* feira	16h20 às 18h *13h30 às 16h
	Jazz Master	2ª, 4ª e 6ª* feira	16h20 às 18h *15h10 às 17h
	Jazz Intermediário II	3ª e 5ª feira	16h25 às 18h
	Jazz Avançado	2ª, 4ª e 6ª feira	14h20 às 16h *13h30 às 15h10
	Teatro Avançado	3ª e 5ª feira	15h20 às 16h35
Esportivas	Atletismo Técnico	2ª, 4ª e 6ª feira	14h10 às 15h50
	Basquetebol Masculino Técnico	2ª, 4ª e 6ª feira	16h30 às 18h
	Basquetebol Feminino Técnico	3ª e 5ª feira	16h às 17h40
	Cheerleading	2ª e 4ª feira	14h às 15h30
	Circo Avançado	3ª e 5ª feira	13h40 às 15h45
	Futsal Masculino Técnico	2ª, 3ª e 5ª feira	16h50 às 18h30
	Futsal Masculino Equipe	2ª*, 3ª e 5ª feira	18h30 às 20h *16h50 às 18h30
	Futsal Feminino Técnico	3ª e 5ª feira	16h30 às 18h
	Ginástica Artística Iniciantes	3ª e 5ª feira	13h40 às 14h30
	Ginástica Artística Intermediário	3ª e 5ª feira 2ª e 4ª feira	14h30 às 16h10 14h30 às 16h10
	Ginástica Artística Treinamento	2ª, 4ª e 6ª feira	14h às 16h50
	Ginástica Rítmica Treinamento	2ª, 4ª e 6ª feira	14h às 17h
	Handebol Masculino Técnico	2ª, 4ª e 6ª feira	16h30 às 18h10
	Handebol Feminino	2ª e 4ª feira	14h às 15h40
	Judô Treinamento	3ª e 5ª feira	14h às 15h20
Voleibol Masculino Técnico	2ª, 4ª e 6ª feira*	15h às 16h50 *17h30 às 19h30	
Voleibol Feminino Técnico	3ª, 5ª e 6ª feira*	16h30 às 18h *15h30 às 17h30	
Acadêmicas	Robótica	5ª feira	13h30 às 14h30
	Xadrez Avançado	5ª feira	13h20 às 14h10
	Oficina de Educação Financeira	Informações na Secretaria do NAC	

# Pais e Comunidade

Modalidade	Dias	Horário
Coral Bom de Boca	6ª feira	19h30 às 21h
Treinamento funcional	3ª e 5ª feira	7h10 às 8h
Grupo de Dança - Extensão	3ª e 4ª feira	19h30 às 20h50
Pilates Presencial	3ª e 5ª feira	17h10 às 18h
Voleibol Adultos	3ª e 5ª feira	19h às 20h30
Basquetebol Adultos	4ª feira	19h às 20h30

100  
anos

**Educar com afeto inspira!**



COLÉGIO MARISTA  
SANTA MARIA