

SERVIÇOS OFERECIDOS PELO CHSA

RPG

Atividade somente para sócios

Profissional: Andressa M. Ferreira (9669-9146)

Local: Fisioterapia

Horário: quinta-feira, das 7h às 13h

Valor: R\$ 60,00 a sessão

Informações: Secretaria do Clube

Pilates

Atividade somente para sócios

Profissional: Thaís Tavares (8151-1892)

Aulas individuais e em grupos

Local: Academia

Horário: terça e quinta-feira, das 7h às 12h e das 18h às 21h; sexta-feira, das 14h às 17h e das 18h às 21h; sábado das 14h às 17h

Valor: sob consulta

Informações: Secretaria da Escola de Equitação

Acupuntura, auriculoterapia, ventosa

Atividade somente para sócios

Local: Fisioterapia

Horário: terça a sexta-feira com hora marcada; sábado e domingo plantão a partir das 13h30

Valor: R\$ 70,00 a sessão

Informações: Secretaria do Clube

Massagem relaxante, drenagem linfática, massagem modeladora e Shiatsu

Atividade somente para sócios

Profissional: Nathalia Ushinohama (9264-6125) e Ediléia Bispo (9946-9058)

Local: Fisioterapia

Horário: terça a sexta-feira, mediante agendamento com as profissionais; sábado e domingo, plantão a partir das 13h30

Valor: R\$ 60,00 a sessão

Informações: Secretaria do Clube

Estética facial (massagem modeladora, limpeza de pele, designer de sobrancelha)

Atividade somente para sócios

Profissional: Janiele (9801-6008)

Local: Fisioterapia

Horário: terça a domingo mediante agendamento com a profissional

Valor: R\$ 60,00 (massagem modeladora, limpeza de pele, hidratação e nutrição facial); R\$30,00 (designer de sobrancelha)

Informações: Secretaria do Clube

Programa Qualidade de Vida para Melhor Idade

Atividade para sócios e não sócios

Profissional: Nathália Ushinohama (9264-6125)

Local: área externa do Clube

Horário: terça e quinta-feira, das 9h às 10h

Valor: R\$ 150,00/mês

Informações: Secretaria do Clube

Equoterapia

Atividade para sócios e não sócios

Profissional: professores com especialização nesta atividade

Local: Equoterapia

Horário: terça a sexta-feira, das 8h às 18h; sábado, das 8h às 12h

Duração: aulas individuais de 30 minutos

Valor: sob consulta

Informações: Escola de Equitação

Volteio

Atividade para sócios e não sócios

Profissional: Eva Tavares e Thaís Tavares (8151-1892)

Local: Volteio

Horário: terça a sexta-fera, das 8h às 18h; sábado, das 8h às 12h

Aulas individuais e em equipe

Duração: 1 hora

Valor: sob consulta

Informações: Secretaria do Clube

Academia

Atividades somente para sócios (acima de 14 anos). Funcionamento de terça a sexta-feira, das 8h às 21h; sábado, domingo e feriado, das 8h às 18h

Aulas de abdômen

Horário: terça e quinta-fera, às 8h; quarta e sexta-feira, às 20h

Aulas de abdômen e glúteos

Horário: quarta e sexta-feira, às 13h30

Aulas de alongamento

Horário: terça e quinta-feira, às 18h; quarta e sexta-feira, às 8h

Aulas de pilates

Profissional: Tatiane Camargo Feliciano

Horário: terça e quinta-feira, às 10h; quarta e sexta-feira, às 15h30

Informações: Academia

Duração: 20 minutos

Tênis

O Departamento de Tênis dispõe de um rebatedor de bolas ao valor de R\$30,00 a hora. Interessados entrar em contato com Wesley dos Santos (Robinho), pelo telefone 7806-0076

Atividade somente para sócios (a partir dos 5 anos)

Professores do Departamento de Tênis

Dioclécio Teodózio da Silva: 9573 4674

Luciano Luiz Gomes: 7771 7734

Ailton da Silva Souza: 7634 3631

Rosa Maria Lobão: 8383 8993

Frederico Oshiro: 9643 1984

José Antonio Ferreira: 8287 1314

Clínica infantil

Horário: terça e quinta-feira, das 15h30 às 16h30

Valor: gratuito

Informações: Departamento de Tênis

Clínica para senhoras

Profissional Dioclécio Teodózio da Silva (9573-4674)

Horário: sábado das 10h30 às 11h30

Valor: gratuito

Informações: Departamento de Tênis

Atividade para sócios e não sócios; aulas individuais, em duplas ou em grupos

Escola de equitação

Atividade para sócios e não sócios (a partir dos 4 anos)

Aulas individuais e em grupos, curso básico, salto e adestramento

Horário: terça a sexta-feira, das 7h às 18h; sábado e domingo, das 8h às 13h

Duração: 30 a 50 minutos

Valor: matrícula R\$ 360,00 e mensalidade de acordo com o nível

Informações: Secretaria da Escola de Equitação

Recreação

Atividade somente para sócios. Em datas comemorativas, as atividades são direcionadas.

Profissional: sempre dois monitores especializados e com formação universitária

Horário: sábado, domingo e feriado das 9h às 17h

Salão de cabeleireiro, feminino, masculino e infantil

Lavagem e hidratação, corte, escova, tintura, manicure e pedicuro, designer de sobrancelha

Horário: quarta-feira a sábado, das 10h às 17h