

O Clube do Servidor, graças à parceria com a Guarda Municipal, oferece aos servidores e dependentes as seguintes atividades físicas:

Atividade	Dias da Semana	Horários oferecidos
Banho Livre	Sextas	13:00 hs as 16:00 hs
Dança de Salão	Terças e quintas	12:30 hs as 13:30 hs
		17:00 hs as 19:50hs
Defesa Pessoal	Terças e quintas	11:00 hs as 12:50 hs
Ginástica	Segundas e sextas	08:00 hs as 08:50 hs
		09:00 hs as 09:50 hs
		14:00 hs as 14:50 hs
		15:00 hs as 15:50 hs
		17:00 hs as 17:50 hs
Hidroginástica	Terças e quintas	07:00 s as 07:50 hs
		08:00 hs as 08:50 hs
	Segundas e Quartas	11:00 hs as 12:50 hs
		12:00 hs as 12:50 hs
Jiu Jitsu	Terças e quintas	13:00 hs as 13:50 hs
		09:00 hs as 09:50 hs
		10:00 hs as 10:50 hs
		15:00 hs as 15:50 hs
		16:00 hs as 16:50 hs
Karatê	Terças e quintas	17:00 hs as 17:50 hs
		09:00 hs as 09:50 hs
		15:00 hs as 15:50 hs
Natação Adulto	Terças e quintas	16:00 hs as 16:50 hs
		09:00 hs as 09:50 hs
		10:00 hs as 10:50 hs
		12:00 s as 12:50 hs
		15:00 hs as 15:50 hs
	Segundas e Quartas	16:00 hs as 16:50 hs
		07:00 hs as 07:50 hs
		08:00 hs as 08:50 hs
Natação Infantil	Terças e quintas	09:00 hs as 09:50 hs
		10:00 s as 10:50 hs
	Segundas e quartas	17:00 hs as 17:50 hs
		17:50 hs as 18:20 hs
Sambo Esportivo/Combat	Segundas e quartas	18:00 hs as 18:50 hs
		19:00 hs as 19:50 hs
Sambo Fitness	Segundas e quartas	13:00 hs as 13:50 hs
		14:00 hs as 14:50 hs
Sambo Kids	Tercas e quintas	07:00 hs as 07:50 hs
		08:00 hs as 08:50 hs

		14:00 hs as 14:50 hs
Treinamento Funcional	Terças e quintas	08:00 hs as 08:50 hs
		09:00 hs as 09:50 hs
		16:00 hs as 16:50 hs
		17:00 hs as 17:50 hs
		18:00 hs as 18:50 hs

As vagas são oferecidas conforme disponibilidade aos servidores que manifestem interesse e estejam na fila de espera.

Para ser incluído na fila de espera, o servidor poderá entrar em contato com a Secretaria do Clube através de agendamento no Clube Virtual do servidor (site previ.rio).

Ressaltamos que a agenda de horários acima pode sofrer alterações e não está totalmente em vigor em razão do retorno gradual das atividades e professores, conforme protocolos de segurança, plano de retomada da cidade do Rio de Janeiro e o disposto no inciso VIII do artigo 64 da Lei 94/79 c/c Decreto Rio nº 47247/2020.