

ATIVIDADES COMPLEMENTARES



2019





Escreva uma história com esportes, cultura e arte.

Formar cidadãos plenos de suas habilidades, com autonomia e capacidade de dialogar com diferentes realidades, são princípios da Educação Marista. Para isso, cultura, esporte e arte se unem, proporcionando vivências que ultrapassam a sala de aula, colorindo a narrativa escolar com descobertas e novos talentos. O Núcleo de Atividades Complementares é o setor responsável por oferecer essas modalidades que estimulam a autoestima e integram os alunos. Por meio do espírito de equipe e do aprendizado mútuo, contamos histórias plurais em que se aprende a ser protagonista, respeitando as diferenças e a individualidade.

Conheça as atividades do NAC. São modalidades diversas para todas as idades.



Matrículas Abertas



ATIVIDADES COMPLEMENTARES NAC

Educação Infantil

Modalidade	Dias	Horários	Segmento	Investimento
Ballet 5	Terça e Quinta	12h às 12h50	Inf 4 ao 1º Ano	R\$ 180,00
Ballet 6	Segunda e Quarta	18h20 às 19h10	Inf 4 ao 1º Ano	R\$ 180,00
Ballet Baby 1	Terça e Quinta	17h30 às 18h20	Inf 2 e 3	R\$ 180,00
Capoeira 1	Terça e Quinta	18h10 às 19h00	Inf 4 ao 1º Ano	R\$ 160,00
Capoeira 3	Terça e Quinta	12h às 12h50	Inf 4º ao 5º Ano	R\$ 160,00
Capoeira 4	Sexta	12h às 12h50	Inf 2 e 3	R\$ 112,00
Capoeira 5	Terça e Quinta	17h30 às 18h10	Inf 2 e 3	R\$ 160,00
Circo 1	Sexta	18h10 às 19h00	Inf 4 ao 1º Ano	R\$ 112,00
Circo 3	Terça e Quinta	12h às 12h50	Inf 4 ao 5º Ano	R\$ 160,00
Circo 4	Terça e Quinta	18h10 às 19h00	Inf 4 ao 2º Ano	R\$ 160,00
Coral 2	Quinta	18h10 às 19h	Inf 4 ao 1º Ano	Gratuito
Dança - Ampliado 1	Terça e Quinta	14h às 14h50	Inf 4 ao 2º Ano	R\$ 180,00
Futsal - Ampliado 1	Terça e Quinta	14h às 14h50	Inf 4 ao 2º Ano	R\$ 160,00
Futsal - Escolinha 1 - Manhã	Segunda e Quarta	12h às 12h50	Inf 4 ao 2º Ano	R\$ 160,00
Futsal - Escolinha 1 - Tarde	Sexta	18h10 às 19h50	Inf 4 e 5	R\$ 160,00
Futsal - Escolinha 2 - Tarde	Segunda e Quarta	18h10 às 19h	Inf 4 ao 1º Ano	R\$ 160,00
Futsal - Escolinha 4 - Tarde	Terça e Quinta	18h10 às 19h50	Inf 5 ao 3º Ano	R\$ 220,00
Ginástica Rítmica - Infantil 1	Segunda e Quarta	18h10 às 19h	Inf 4 ao 1º Ano	R\$ 160,00
Ginástica Rítmica - Infantil 2	Segunda e Quarta	12h às 12h50	Inf 4 ao 1º Ano	R\$ 160,00
Guitarra	À Combinar		Inf 5 ao Ensino Médio	R\$ 170,00
Iniciação Esportiva - Ampliado 1	Terça e Quinta	14h às 14h50	Inf 4 ao 2º Ano	R\$ 160,00
Iniciação Esportiva 1	Segunda e Quarta	18h10 às 19h	Inf 4 ao 1º Ano	R\$ 160,00
Jazz 3	Terça e Quinta	18h10 às 19h	Inf 4 ao 2º Ano	R\$ 180,00
Judô 1	Terça e Quinta	17h30 às 18h20	Inf 2 e 3	R\$ 160,00
Judô 2	Segunda e Quarta	12h às 12h50	Inf 3 ao 2º Ano	R\$ 160,00
Judô 4	Terça e Quinta	18h20 às 19h10	Inf 4 ao 1º Ano	R\$ 160,00
Karatê 1	Quarta e Sexta	18h10 às 19h	Inf 4 ao 1º Ano	R\$ 160,00
Violão	À Combinar		Inf 5 ao Ensino Médio	R\$ 170,00
Teclado	À Combinar		Inf 5 ao Ensino Médio	R\$ 170,00

Ensino Fundamental - Anos Iniciais

Modalidade	Dias	Horários	Segmento	Investimento
Atletismo - Escolinha	Terça e Quinta Sábado	18h10 às 19h 09h às 11h30	2º ao 5º Ano	R\$ 118,00
Ballet 1	Segunda e Quarta	12h às 12h50	2º ao 5º Ano	R\$ 180,00
Ballet 2	Terça e Quinta	18h20 às 19h10	1º ao 3º Ano	R\$ 180,00
Ballet 3	Terça e Quinta	19h10 às 20h	3º ao 5º Ano	R\$ 180,00
Ballet 5	Terça e Quinta	12h às 12h50	Inf 4 ao 1º Ano	R\$ 180,00
Ballet 6	Segunda e Quarta	18h20 às 19h10	Inf 4 ao 1º Ano	R\$ 180,00
Ballet - Avançado	Segunda, Quarta e Sexta	12h50 às 13h40	4º ao 9º Ano	R\$ 220,00
Basquete - Escolinha	Segunda e Quarta	18h10 às 19h	3º ao 5º Ano	R\$ 160,00
Canto	Segunda	18h10 às 19h00	2º ao 5º Ano	R\$ 160,00
Capoeira 1	Terça e Quinta	18h10 às 19h00	Inf 4 ao 1º Ano	R\$ 160,00
Capoeira 2	Segunda e Quarta	18h10 às 19h00	2º ao 5º Ano	R\$ 160,00
Capoeira 3	Terça e Quinta	12h às 12h50	Inf 4º ao 5º Ano	R\$ 160,00
Circo 1	Sexta	18h10 às 19h00	Inf 4 ao 1º Ano	R\$ 112,00
Circo 2	Segunda e Quarta	18h10 às 19h00	1º ao 5º Ano	R\$ 160,00
Circo 3	Terça e Quinta	12h às 12h50	Inf 4 ao 5º Ano	R\$ 160,00
Circo 4	Terça e Quinta	18h10 às 19h00	Inf 4 ao 2º Ano	R\$ 160,00

ATIVIDADES COMPLEMENTARES NAC

Ensino Fundamental - Anos Iniciais

Modalidade	Dias	Horários	Segmento	Investimento
Coral 1	Terça	18h10 às 19h	2° ao 5° Ano	Gratuito
Coral 2	Quinta	18h10 às 19h	Inf 4 ao 1° Ano	Gratuito
Coral 3	Segunda	14h às 14h50	5° ao 9° Ano	Gratuito
Dança - Ampliado 1	Terça e Quinta	14h às 14h50	Inf 4 ao 2° Ano	R\$ 180,00
Dança - Ampliado 2	Terça e Quinta	11h às 11h50	3° ao 5° Ano	R\$ 180,00
Futebol de Campo - Escolinha	Terça e Quinta	18h10 às 19h	3° ao 5° Ano	R\$ 160,00
Futsal - Ampliado 1	Terça e Quinta	14h às 14h50	Inf 4 ao 2° Ano	R\$ 160,00
Futsal - Ampliado 2	Terça e Quinta	11h às 11h50	3° ao 5° Ano	R\$ 160,00
Futsal - Escolinha 1 - Manhã	Segunda e Quarta	12h às 12h50	Inf 4 ao 2° Ano	R\$ 160,00
Futsal - Escolinha 2 - Manhã	Terça e Quinta	12h às 12h50	3° ao 5° Ano	R\$ 160,00
Futsal - Escolinha 2 - Tarde	Segunda e Quarta	18h10 às 19h	Inf 4 ao 1° Ano	R\$ 160,00
Futsal - Escolinha 3 - Tarde	Terça e Quinta	18h10 às 19h	2° ao 5° Ano	R\$ 160,00
Futsal - Escolinha 4 - Tarde	Terça e Quinta	18h10 às 19h50	Inf 5 ao 3° Ano	R\$ 220,00
Futsal - Escolinha 5 - Tarde	Segunda e Quarta	18h10 às 19h50	4° e 5° Ano	R\$ 220,00
Ginástica Rítmica - Intermediário	Terça e Quinta	19h às 19h50	4° e 5° Ano	R\$ 160,00
Ginástica Rítmica - Avançado	Terça e Quinta	14h às 15h15	4° ao 9° Ano	R\$ 160,00
Ginástica Rítmica - Infantil 1	Segunda e Quarta	18h10 às 19h	Inf 4 ao 1° Ano	R\$ 160,00
Ginástica Rítmica - Infantil 2	Segunda e Quarta	12h às 12h50	Inf 4 ao 1° Ano	R\$ 160,00
Ginástica Rítmica 1	Terça e Quinta	12h às 12h50	2° ao 5° Ano	R\$ 160,00
Ginástica Rítmica 2	Terça e Quinta	18h10 às 19h	2° ao 5° Ano	R\$ 160,00
Ginástica Rítmica 3	Segunda e Quarta	14h às 15h15	4° ao 9° Ano	R\$ 160,00
Guitarra	À Combinar		Inf 5 ao Ensino Médio	R\$ 170,00
Handebol - Escolinha	Terça e Quinta	18h10 às 19h	2° ao 5° Ano	R\$ 160,00
Hip Hop - Avançado	Segunda e Quarta	15h30 às 16h20	4° ao 9° Ano	R\$ 180,00
Hip Hop 1	Segunda e Quarta	18h10 às 19h	2° ao 5° Ano	R\$ 180,00
Hip Hop 2	Segunda e Quarta	19h às 19h50	3° ao 5° Ano	R\$ 180,00
Hip Hop 3	Terça e Quinta	19h às 19h50	2° ao 5° Ano	R\$ 180,00
Iniciação Esportiva - Ampliado 1	Terça e Quinta	14h às 14h50	Inf 4 ao 2° Ano	R\$ 160,00
Iniciação Esportiva - Ampliado 2	Terça e Quinta	11h às 11h50	3° ao 5° Ano	R\$ 160,00
Iniciação Esportiva 1	Segunda e Quarta	18h10 às 19h	Inf 4 ao 1° Ano	R\$ 160,00
Iniciação Esportiva 2	Terça e Quinta	18h10 às 19h	2° ao 5° Ano	R\$ 160,00
Iniciação Esportiva 3	Segunda e Quarta	12h às 12h50	1° ao 6° Ano	R\$ 160,00
Jazz 1	Terça e Quinta	18h10 às 19h	3° ao 5° Ano	R\$ 180,00
Jazz 2	Segunda e Quarta	12h às 12h50	1° ao 5° Ano	R\$ 180,00
Jazz 3	Terça e Quinta	18h10 às 19h	Inf 4 ao 2° Ano	R\$ 180,00
Judô - Competição 2	Terça e Quinta	19h10 às 20h	4° ao 9° Ano	R\$ 160,00
Judô 2	Segunda e Quarta	12h às 12h50	Inf 3 ao 2° Ano	R\$ 160,00
Judô 3	Segunda e Quarta	18h10 às 19h	2° ao 5° Ano	R\$ 160,00
Judô 4	Terça e Quinta	18h20 às 19h10	Inf 4 ao 1° Ano	R\$ 160,00
Judô 5	Terça e Quinta	12h às 12h50	3° ao 6° Ano	R\$ 160,00
Judô 6	Sexta	18h às 18h50	2° ao 5° Ano	R\$ 112,00
Karatê 1	Quarta e Sexta	18h10 às 19h	Inf 4 ao 1° Ano	R\$ 160,00
Karatê 2	Terça e Quinta	18h10 às 19h	2° ao 5° Ano	R\$ 160,00
Mangá 1	Segunda e Quarta	18h10 às 19h	3° ao 5° Ano	R\$ 160,00
Street Jazz	Segunda e Quarta	13h30 às 14h20	5° ao 9° Ano	R\$ 180,00
Super Cérebro	Segunda e Quarta	18h10 às 19h	2° ao 5° Ano	R\$ 160,00
Teatro 1	Terça e Quinta	16h10 às 17h50	5° ao 9° Ano	R\$ 170,00
Teatro 2	Segunda e Quarta	18h10 às 19h00	2° ao 5° Ano	R\$ 170,00
Teclado	À Combinar		Inf 5 ao Ensino Médio	R\$ 170,00
Violão	À Combinar		Inf 5 ao Ensino Médio	R\$ 170,00
Voleibol - Escolinha	Terça e Quinta	18h10 às 19h	2° ao 5° Ano	R\$ 160,00

ATIVIDADES COMPLEMENTARES NAC

Ensino Fundamental - Anos Finais

Modalidade	Dias	Horários	Segmento	Investimento
Atletismo	Terça, Quinta e Sexta Sábado	14h às 16h30 09h às 11h30	6° ao Ensino Médio	R\$ 118,00
Ballet - Avançado	Segunda, Quarta e Sexta	12h50 às 13h40	4° ao 9° Ano	R\$ 220,00
Basquete Feminino	Terça e Quinta	14h45 às 16h	6° ao Ensino Médio	R\$ 118,00
Basquete Masculino 1	Terça e Quinta	13h15 às 14h45	6° e 7° Ano	R\$ 118,00
Basquete Masculino 2	Quarta e Sexta	16h às 17h40	8° e 9° Ano	R\$ 118,00
Coral 3	Segunda	14h às 14h50	5° ao 9° Ano	Gratuito
Futebol de Campo 1	Segunda e Quarta	14h às 15h40	6° ao 9° Ano	R\$ 118,00
Futsal - Masculino 4	Terça e Quinta	13h30 às 15h10	6° e 7° Ano	R\$ 118,00
Futsal Sábado 1	Sábado	10h às 12h	8° ao 9° Ano	R\$ 118,00
Futsal Feminino	Segunda e Quarta	14h às 16h	6° ao Ensino Médio	R\$ 118,00
Futsal Masculino 1	Terça e Quinta	15h30 às 16h45	6° e 7° Ano	R\$ 118,00
Futsal Masculino 2	Terça e Quinta	16h45 às 18h	8° e 9° Ano	R\$ 118,00
Ginástica Rítmica - Avançado	Terça e Quinta	14h às 15h15	4° ao 9° Ano	R\$ 160,00
Ginástica Rítmica 3	Segunda e Quarta	14h às 15h15	4° ao 9° Ano	R\$ 160,00
Guitarra	À combinar		Inf 5 ao Ensino Médio	R\$ 170,00
Handebol	Segunda, Quarta e Sexta	14h às 15h	6° ao 7° Ano	R\$ 118,00
Handebol Feminino	Segunda, Quarta e Sexta	17h às 18h	8° ao Ensino Médio	R\$ 118,00
Handebol Masculino 1	Segunda, Quarta e Sexta	15h às 16h	8° e 9° Ano	R\$ 118,00
Hip Hop - Avançado	Segunda e Quarta	15h30 às 16h20	4° ao 9° Ano	R\$ 180,00
Hip Hop - Juvenil	Segunda e Quarta	16h30 às 17h20	6° ao Ensino Médio	R\$ 180,00
Iniciação Esportiva 3	Segunda e Quarta	12h às 12h50	1° ao 6° Ano	R\$ 160,00
Judô - Competição 1	Terça e Quinta	16h30 às 17h20	6° ao Ensino Médio	R\$ 160,00
Judô - Competição 2	Terça e Quinta	19h10 às 20h	4° ao 9° Ano	R\$ 160,00
Judô 5	Terça e Quinta	12h às 12h50	3° ao 6° Ano	R\$ 160,00
Karatê 3	Terça e Quinta	17h às 17h50	6° ao Ensino Médio	R\$ 160,00
Mangá 2	Quarta	13h30 às 15h10	6° ao Ensino Médio	R\$ 160,00
Muay Thai 3	Segunda e Quarta	16h às 16h50	6° ao 9° Ano	R\$ 118,00
Street Jazz	Segunda e Quarta	13h30 às 14h20	5° ao 9° Ano	R\$ 180,00
Super Cérebro	Segunda e Quarta	13h40 às 14h30	6° ao Ensino Médio	R\$ 160,00
Teatro - Avançado	Terça e Quinta	15h00 às 16h40	6° ao Ensino Médio	R\$ 170,00
Teatro 1	Terça e Quinta	16h10 às 17h50	5° ao 9° Ano	R\$ 170,00
Teclado	À combinar		Inf 5 ao Ensino Médio	R\$ 170,00
Violão	À combinar		Inf 5 ao Ensino Médio	R\$ 170,00
Voleibol Feminino 1	Terça e Quinta	16h às 17h40	6° ao 7° Ano	R\$ 118,00
Voleibol Feminino 2	Segunda e Quarta	13h30 às 16h	8° ano ao 1ª Série do Ensino Médio	R\$ 118,00
Voleibol Masculino 1	Terça e Quinta	16h às 17h40	6° Ano	R\$ 118,00
Voleibol Masculino 2	Segunda e Quarta	13h30 às 16h	7° e 8° Ano	R\$ 118,00
Voleibol Masculino 3	Segunda Sexta	16h às 18h 18h às 20h	9° ao Ensino Médio	R\$ 118,00

ATIVIDADES COMPLEMENTARES NAC

Ensino Médio

Modalidade	Dias	Horários	Segmento	Investimento
Atletismo	Terça, Quinta e Sexta Sábado	14h às 16h30 09h às 11h30	6° ao Ensino Médio	R\$ 118,00
Basquete Feminino	Terça e Quinta	14h45 às 16h	6° ao Ensino Médio	R\$ 118,00
Basquete Masculino 3	Segunda e Quarta	19h às 21h	Ensino Médio	R\$ 118,00
Futebol de Campo 2	Sexta	14h às 15h40	Ensino Médio	R\$ 118,00
Futsal Masculino 3	Terça e Quinta	20h às 21h40	Ensino Médio	R\$ 118,00
Futsal Masculino 6	Segunda e Quarta	20h às 21h40	1ª Série	R\$ 118,00
Guitarra	À Combinar		Inf 5 ao Ensino Médio	R\$ 170,00
Handebol Feminino	Segunda, Quarta e Sexta	17h às 18h	8° ao Ensino Médio	R\$ 118,00
Handebol Masculino 2	Segunda, Quarta e Sexta	16h às 17h	Ensino Médio	R\$ 118,00
Hip Hop - Juvenil	Segunda e Quarta	16h30 às 17h20	6° ao Ensino Médio	R\$ 180,00
Judô - Competição 1	Terça e Quinta	16h30 às 17h20	6° ao Ensino Médio	R\$ 160,00
Karatê 3	Terça e Quinta	17h às 17h50	6° ao Ensino Médio	R\$ 160,00
Mangá 2	Quarta	13h30 às 15h10	6° ao Ensino Médio	R\$ 160,00
Muay Thai 1	Segunda e Quarta	17h às 17h50	Ensino Médio	R\$ 118,00
Super Cérebro	Segunda e Quarta	13h40 às 14h30	6° ao Ensino Médio	R\$ 160,00
Teatro - Avançado	Terça e Quinta	15h00 às 16h40	6° ao Ensino Médio	R\$ 170,00
Teclado	À Combinar		Inf 5 ao Ensino Médio	R\$ 170,00
Violão	À Combinar		Inf 5 ao Ensino Médio	R\$ 170,00
Voleibol Feminino 2	Segunda e Quarta	13h30 às 16h	8° ao 1ª Série do Ensino Médio	R\$ 118,00
Voleibol Feminino 3	Terça e Quinta Sexta	19h às 20h15 13h30 às 16h	Ensino Médio	R\$ 118,00
Voleibol Masculino 3	Segunda Sexta	16h às 18h 18h às 20h	9° ao Ensino Médio	R\$ 118,00

Família Marista

Modalidade	Dias	Horários	Segmento	Investimento
Ballet Power Fit 1	Segunda e Quarta	19h às 19h50	Família Marista	R\$ 118,00
Ballet Power Fit 2	Terça e Quinta	7h30 às 8h20	Família Marista	R\$ 118,00
Condicionamento Físico	Terça e Quinta	19h às 20h40	Família Marista	R\$ 160,00
Funcional 1	Segunda e Quarta	7h15 às 8h	Família Marista	R\$ 118,00
Funcional 2	Segunda e Quarta	19h às 19h50	Família Marista	R\$ 118,00
Futsal Mães	Terça e Quinta	19h30 às 21h	Família Marista	R\$ 65,00
Guitarra	À Combinar		Família Marista	R\$ 170,00
HIIT	Terça e Quinta	17h às 17h50	Família Marista	R\$ 118,00
Muay Thai 2	Terça e Quinta	19h10 às 20h	Família Marista	R\$ 118,00
Nac Melhor Idade	Segunda e Quarta	10h10 às 11h	Família Marista	R\$ 118,00
Pilates 1	Terça e Sexta	7h15 às 8h	Família Marista	R\$ 118,00
Pilates 2	Terça e Quinta	19h às 19h50	Família Marista	R\$ 118,00
Ritmos	Segunda e Quarta	19h às 19h50	Família Marista	R\$ 118,00
Teatro Adulto	Terça e Quinta	19h às 20h40	18 a 50 anos	R\$ 118,00
Teatro Maturidade	Segunda e Quarta	20h às 21h40	Acima de 50 anos	R\$ 118,00
Teclado	À Combinar		Família Marista	R\$ 170,00
Violão	À Combinar		Família Marista	R\$ 170,00

Em 2019 VOCE + Saudável

- + Beba bastante água ao longo do dia.
- + Pratique exercícios físicos regularmente.
- + Alimente-se de forma saudável.
- + Adote uma rotina matinal, mas não esqueça de quebrá-la de vez em quando.
- + Procure fazer atividades ou hobbies que você goste.
- + Durma bem.
- + Cultive sempre bons relacionamentos e fique perto de quem te faz bem.
- + Tente algo novo.



ATIVIDADES
COMPLEMENTARES NAC





COLÉGIO MARISTA
PARANAENSE

GRUPO MARISTA

(41) 3016-2552

paranaensenac@colegiosmaristas.com.br