



### TF1

6º anos EF à 3ª série EM  
2ª e 4ªf. - 13h30 às 14h30

### TF2

6º anos EF à 3ª série EM  
2ª e 4ªf. - 14h30 às 15h30

### TF3

6º anos EF à 3ª série EM  
3ª e 5ªf. - 13h30 às 14h30

# TREINAMENTO FUNCIONAL

A modalidade de Treinamento Funcional tem como objetivo proporcionar atividades que desenvolvam o corpo de maneira total, tornando suas articulações mais móveis e estáveis, proporcionando alívio de dores melhorando a postura, te deixando mais condicionado para as atividades diárias, te auxiliando no emagrecimento e até melhorando seu desempenho em competições esportivas.

**Venha participar!**

**Inscrições diretamente com os responsáveis pela atividade.**

Informações:

Professor: Bruno Bertotto

 51 99249-9292

 hiitburnbrunobertotto@gmail.com

 @hiit\_burn

**La Salle Santo Antônio**

Rua Luiz de Camões, 372 - Santo Antônio, Porto Alegre-RS  
(51) 3223-1078 ou (51) 99701-4014  
santoantonio@lasalle.org.br