

Os Centros Esportivos não tem lista de espera. As vagas nas modalidades são disponibilizadas aos munícipes no 1º dia útil de cada mês, devendo comparecer presencialmente nos centros esportivos para constatar se há vagas disponíveis. Os interessados deverão comparecer na secretaria dos clubes com a carteirinha do respectivo centro esportivo e atestado médico válido para práticas desportivas.

Quem não tiver a carteirinha, segue abaixo a documentação necessária:

-2 fotos 3x4

-Xerox do RG e CPF

-Comprovante de Residência de Santos

-Para maiores de 64 anos e para quem tem alguma patologia, é necessário trazer atestado médico, caso contrário temos o PAR-Q que é um termo válido como atestado médico para o ano vigente.

-Atestados médicos tem validades de 06 meses, sendo necessário a apresentação de um novo para a renovação do atestado.

RELAÇÃO DE ATIVIDADES POR LOCAL

ARENA SANTOS

Av. Rangel Pestana, 184 - Vila Matias

Telefone: (13) 3228-8780

Secretaria de segunda a sexta, das 9h às 17h.

Alongamento, GAP, Condicionamento Físico, Ginástica Localizada, Pilates Solo, Pilates Aparelho, Jazz Adulto, Judô e Karatê.

CER- M. NASCIMENTO JR.

Rua João Fracarolli, s/n - Jd. Sta. Maria

Telefone : (13) 3203-3802

Atividades: de terça a sexta, das 8h às 21h.

Secretaria: de segunda a sexta-feira, das 8h às 12h e das 13h às 17h.

Academia ao ar livre, aero-gap, alongamento, futsal, ginástica localizada, ginástica artística feminina, masculina e mista, ginástica artística treinamento, ginástica 3ª idade, hidrogenástica, hidrogenástica 3ª idade, judô, natação, ritmos, step + funcional, taekwondo, tênis de mesa, treinamento funcional.

CER- ZN - Dale Coutinho

Rua Fausto Félicio Bruzarrosco, s/n - Jd. Castelo

Tel. 3203-4448

Horário da secretaria: Segunda a sexta-feira, das 08h00 às 12hs e das 13h às 16h30.

A secretaria fica fechada nos finais de semana.

Horários do CER- ZN:

Segunda a sexta-feira, 7h00 às 22hs.
Aos sábados das 7h às 21h. Aos domingos das 7h às 20h.

Alongamento, Basquete feminino, Basquete masculino, Boxe, Futebol Society, Ginástica Localizada, Ginástica 3ª idade, handebol, Hidroginástica Adaptada, Hidroginástica, Judô, Karatê, Musculação, Natação Adulto e Infantil, Natação Adaptada, Patinação, Taekwondo, Tênis de mesa, Tai-Chi-Chuan, Volêi 3ª idade.

CER- PAGÃO

Rua Bulcão Viana, 148-294 - Bom Retiro, Santos - SP
Secretaria: segunda a sexta, das 8h às 12h e das 14h às 17h
Funciona de segunda à sexta-feira, das 08h às 22h40 e final de semana das 7h às 19h.

Escolinha de Futebol e Agendamentos Municipais*
(*Tem que pegar ofício na Semes - Pça Eng. José Rebouças, Ponta da Praia)

CER-REBOUÇAS

Praça Eng. José Rebouças, S/N - Ponta da Praia
A secretaria abre de segunda à sexta, das 8h às 12h e 14h às 17h.
Contatos: 3261-1980 ou rebouca@santos.sp.gov.br

Alongamento, atletismo paralímpico, basquete, basquete adaptado (Sespad), bike indoor, escolinha de ciclismo, esgrima, futsal, ginástica localizada, ginástica holística, hidroginástica, hidroginástica adaptada (Sespad), judô, karatê, musculação, musculação adaptada (Sespad), natação, natação adaptada (Sespad), natação treinamento, natação 3ª idade, patinação, taekwondo, tai-chi-chuan, tênis de mesa, vôlei, vôlei 3ª idade, xadrez, yoga.

No local tem pista de cooper, calha de malha, ginásio com arquibancada, salas multiuso, sala de avaliação física e de esporte adaptado.

-Em breve novas quadras e também quadras para esportes de praia: vôlei de praia, futevôlei e beach tennis.

NOVO QUEBRA-MAR - (Pq. Roberto Mário Santini)

Av. Pres. Wilson – José Menino
Telefone: 32015643 ou 5644
COPRAIA - Horário para inscrição de segunda a sexta-feira, das 9h às 12h e 14h às 17h.

Academia ao ar livre, ginástica 3ª idade, tai-chi-chuan
Centro de Treinamento Municipal Santos de Surf - vagas só por seletiva
Escola de Surf - Picuruta Salazar - (13) 99753-0896
Escola de Skate (www.cbsk.com.br)

ACADEMIA AO AR LIVRE

Praça Bezerra de Menezes, ao lado do Posto 1, é coordenada pela Sepref.
A musculação sob orientação dos professores da Semes acontece em dois horários:
9h às 12h e das 14h às 17h.
Cada turma tem capacidade para 50 alunos.
As matrículas devem ser feitas na secretaria da Copraia

Telefone: 32015643 ou 5644

POSTOS DE SALVAMENTO

Posto 2, Posto 5 e Posto 6

Inscrições na secretaria do Novo Quebra-Mar na COPRAIA
A secretaria fica fechada nos finais de semana.

ATIVIDADES

Ginástica Localizada, ginástica 3ª idade, circuito e alongamento

Aulas: Duas turmas na parte da manhã (9h às 12h) e duas de tarde (14h às 17h).
Cada turma tem capacidade para 50 alunos.

ESCOLA RADICAL de SURF - Posto 2

Av. Presidente Wilson, Pompeia.

Inscrições para novos alunos e rematrículas entrar em contato no telefone (13) 3251-9838.

Escola de Surf e BodyBoard 50+ (mais de 50 anos)

2ª e 3ª feira: 8h30 - 10h30 e 14h30 - 15h30

4ª, 5ª e 6ª feira (demais idades)

8h - 9h/ 9h30 - 10h30

14h - 15h/ 15h30 - 16h30

ESCOLA DE SURF ADAPTADO- Posto 3

Em frente - Av Presidente Wilson, R. Marcílio Dias, 200 – Gonzaga

Telefone (13) 3235-8081

Escola de Surf adaptado

ESCOLA DE ESPORTES NÁUTICOS - SENAUT/SEMES - Posto 7

Orla da Ponta da Praia, junto ao canal 6

Inscrições na secretaria do Rebouças de segunda à sexta-feira.

Caiaque e Stand-Up Paddle

(Terça a sexta)

Manhã: 7h, 8h, 9h e 10h.

Tarde: 14h, 15h30 e 16h30.

Sábado: 7h, 8h30 e 9h30.

Canoa Havaiana

Terça a sexta: 8h30 e 10h

As inscrições são abertas aos munícipes a cada 4 meses ou quando a turma vigente totaliza 30 aulas realizadas. Os munícipes devem comparecer com os documentos necessários diretamente na secretaria do Rebouças na data pronunciada através das mídias de comunicação oficiais da Prefeitura de Santos.

CARUARA

As aulas são dadas na Rua Santo Antônio, 82.

✓ Informações:

WhatsApp:

→ 📞 (13) 99794-7308

→ 📞 Falar com a coordenadora Ellen: (13) 98180-2557

Os interessados em participar das atividades devem apresentar atestado médico e, no caso de menores de idade, é necessário se inscrever acompanhado de um responsável legal, além de entregar certificado de matrícula escolar.

Alongamento, Caminhada, Futebol de campo, Jiu-jitsu, Judô, Karatê, Kickboxing, Musculação e Ritmos/Funcional

MORROS

CECON MANUEL MATIAS – MORRO JOSÉ MENINO

Inscrições das 7h00 às 21h00

Tel. (13) 97402-1341

-Alongamento, karatê e ginástica

QUADRA MILTON RUIZ

Rua Cruzeiro / Morro S.Bento

(Inscrição direto com professora 2ª e 4º, às 10hs)

-Alongamento e ginástica

CENTRO TURÍSTICO ESPORTIVO E CULTURAL MORRO S.BENTO

Rua São Marcos, s/n

Tel. (13) 3223-7970

Inscrições das 8 às 18hs

- FUTSAL