



GRADE DE HORÁRIOS | SÃO JOSÉ DOS PINHAIS

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

SÁBADO

5:00

COMPETIÇÃO
2 HORAS

COMPETIÇÃO
2 HORAS

5:30

JIU JITSU

JIU JITSU

JIU JITSU

6:30

JIU JITSU

JIU JITSU

JIU JITSU

7:00

JIU JITSU

JIU JITSU

8:00

JIU JITSU
INICIANTE

JIU JITSU
FEMININO

JIU JITSU
INICIANTE

JIU JITSU
FEMININO

JIU JITSU
INICIANTE

9:30

JIU JITSU

JIU JITSU
NOGI

JIU JITSU

JIU JITSU
NOGI

JIU JITSU

JIU JITSU

12:00

JIU JITSU

JIU JITSU
INICIANTE

JIU JITSU

JIU JITSU
INICIANTE

JIU JITSU

15:30

JIU JITSU

JIU JITSU
NOGI

JIU JITSU

JIU JITSU
NOGI

JIU JITSU

18:30

JIU JITSU
KIDS

JIU JITSU
KIDS

JIU JITSU
KIDS

JIU JITSU
KIDS

JIU JITSU
KIDS

19:30

JIU JITSU
FEMININO

JIU JITSU
INICIANTE

JIU JITSU
FEMININO

JIU JITSU
INICIANTE

JIU JITSU
FEMININO

20:30

JIU JITSU

JIU JITSU

JIU JITSU

JIU JITSU

JIU JITSU

22:00

JIU JITSU

JIU JITSU

JIU JITSU

JIU JITSU

JIU JITSU