

# GRACIE BARRA

P A Ç O D E A R C O S

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
07H30 - 08H30		07H30 - 08H30		07H30 - 08H30	10H30 - 11H30
<b>GB[1]</b>		<b>GB[1]</b>		<b>GB[1]</b>	<b>GB[k]</b>
12H00 - 13H30	12H00 - 13H30	12H00 - 13H30	12H00 - 13H30	12H00 - 13H30	10H15 - 11H30
<b>GB[1]</b>	<b>GB[1]</b>	<b>GB[2]</b>	<b>GB[1]</b>	<b>GB[1]</b>	<b>GB[3]</b>
<b>TREINO LIVRE</b>	<b>TREINO LIVRE</b>	<b>TREINO LIVRE</b>	<b>TREINO LIVRE</b>	<b>TREINO LIVRE</b>	<b>COMPETIÇÃO</b>
	16H30 - 17H45		16H30 - 17H45		11H30 - 12H30
	<b>GB[j]</b>		<b>NOGI</b>		<b>OPEN MAT</b>
	<b>TREINO LIVRE</b>		<b>TREINO LIVRE</b>		
17H30 - 18H10		17H30 - 18H10		17H30 - 18H10	
<b>GB[k]</b>		<b>GB[k]</b>		<b>GB[k]</b>	
18H15 - 19H10	18H15 - 19H10	18H15 - 19H10	18H15 - 19H10	18H15 - 19H10	18H15 - 19H10
<b>GB[k]</b>	<b>GB[k]</b>	<b>GB[k]</b>	<b>GB[k]</b>	<b>GB[k]</b>	<b>GB[k]</b>
19H15 - 20H30	19H15 - 20H30	19H15 - 20H30	19H15 - 20H30	19H15 - 20H30	19H15 - 20H30
<b>GB[j]</b>	<b>GB[j]</b>	<b>GB[j]</b>	<b>GB[j]</b>	<b>GB[j]</b>	<b>GB[j]</b>
<b>GB[1]</b>	<b>GB[1]</b>	<b>GB[1]</b>	<b>GB[1]</b>	<b>GB[1]</b>	<b>GB[1]</b>
<b>GB[2]</b>	<b>NOGI</b>	<b>GB[2]</b>	<b>GB[2]</b>	<b>NOGI</b>	<b>NOGI</b>
20H30 - 21H30		20H30 - 21H30		20H30 - 21H30	
<b>GB[1]</b>	<b>OPEN MAT</b>	<b>GB[1]</b>	<b>OPEN MAT</b>	<b>GB[2]</b>	
<b>GB[3]</b> COMPETIÇÃO		<b>GB[3]</b> COMPETIÇÃO		<b>GB[3]</b> COMPETIÇÃO	

**GB[k]** MINI CAMPEÕES  
(3 AOS 6 ANOS)

**GB[1]** GB1 - FUNDAMENTALS  
(ABERTO A TODOS)

**NOGI** SEM  
KIMONO

**GB[j]** JUVENIS

**GB[k]** PEQUENOS CAMPEÕES  
(7 AOS 12 ANOS)

**GB[2]** GB2 E GB3  
TREINO AVANÇADO

**TREINO LIVRE** COMBATE/LUTAS

**GB[3]** TREINO DE  
COMPETIÇÃO