






Espaços EEFUFOP – Semestre 2024/2

Legenda

	Atividades acadêmicas
	Atividades de extensão/pesquisa
	Treinamento das equipes da UFOP
	Treinamento das Atléticas
	Parceria externa

GINÁSIO POLIESPORTIVO

Horário	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB	DOM
07:00h		MEDUFOP					
08:00h		MEDUFOP				Handebol F	
09:00h						Handebol F	
10:00h		EFD 301	EFD 302		Arena ²	Handebol M	
11:00h		EFD 301	EFD 302		Arena ²	Handebol M	
12:00h							
13:00h							
14:00h			Futsal		Futsal		
15:00h	Handebol F	Arena ¹	Futsal	EFD 301	Futsal		
16:00h	Handebol F	Arena ¹	Futsal	EFD 301	Futsal		
17:00h	EFD 359	Futsal M ³	Futsal F	Futsal M			
18:00h	EFD 359	Futsal M ³	Futsal F	Futsal M			
19:00h	EFD 005	Radioativa	EFD 349	EFD 005	EFD 346		
20:00h	EFD 005	Radioativa	EFD 349	EFD 005	EFD 346		
21:00h	EFD 005	EFD 344	EFD 408	EFD 345			
22:00h	EFD 005	EFD 344	EFD 408	EFD 345			

¹ Horário do projeto Arena de Lazer: Voleibol Misto das 15:30h às 16:30h e Futsal das 16:30h às 17:30h.

² Horário do projeto Arena de Lazer: Voleibol Misto das 10h às 11h e Futsal das 11h às 12h.

³ Horário do treinamento de Futsal masculino: Terças-feiras das 17:30h às 19h.

GINÁSIO DE GINÁSTICA

Horário	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB	DOM
07:00h							
08:00h		Trp. Ouro ⁴		Trp. Ouro ⁴			
09:00h		Trp. Ouro ⁴		Trp. Ouro ⁴			
10:00h						Kung Fu	
11:00h						Kung Fu	
12:00h						Kung Fu	
13:00h							
14:00h	Inst. Tramp ¹ .	Inst. Tramp.	Inst. Tramp ¹ .	Inst. Tramp.	Inst. Tramp.		
15:00h	Inst. Tramp ¹ .	Inst. Tramp.	Inst. Tramp ¹ .	Inst. Tramp.	Inst. Tramp.		
16:00h	Fitness Pro	Inst. Tramp.	Fitness Pro	Inst. Tramp.	Inst. Tramp.		
17:00h	Fitness Pro	Aerodance	Fitness Pro		Fitness Pro		
18:00h		Aerodance					
19:00h	EFD 115 ²		EFD 125	EFD 153	EFD 132 ³		
20:00h	EFD 115 ²		EFD 125	EFD 153	EFD 132 ³		
21:00h	EFD 134			EFD 134	EFD 007		
22:00h	EFD 134			EFD 134	EFD 007		

¹ Horário de treinamento do Instituto Trampolim: Segundas às sextas-feiras das 14h às 17h.

² Horário de aula da disciplina EFD 115: Segundas-feiras das 19h às 20:40h.

³ Horário de aula da disciplina EFD 132: Segundas e sextas-feiras das 19h às 20:40h.

⁴ Horário do projeto Trampolim de Ouro: Terças e quintas-feiras das 08:30h às 10:30h.

TATAME

Horário	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB	DOM
07:00h	loga ¹	Yoga ²	loga ¹	Yoga ²			
08:00h	loga ¹	Yoga ²	loga ¹	Yoga ²			
09:00h	Muay-Thai		Muay-Thai				
10:00h	Def. Pessoal	Jiu Jitsu		Jiu Jitsu	Def. Pessoal	Jiu Jitsu	
11:00h		Jiu Jitsu		Jiu Jitsu		Jiu Jitsu	
12:00h							
13:00h	Prep. Fís.		Prep. Fís.				
14:00h							
15:00h				Karatê			
16:00h				Karatê			
17:00h		Judô	Kung Fu	Judô	Taekwondo		
18:00h	EFD 353	Judô	Kung Fu	Judô	EFD 353		
19:00h	Kung Fu	Aikidô		Aikidô			
20:00h	Kung Fu	Aikidô	Karatê	Aikidô			
21:00h			Karatê				
22:00h							

¹ Horário do projeto loga para mulheres no climatério: Segundas e quartas-feiras das 07:30h às 08:30h.

² Horário do projeto Yoga para Todos: Terças e quintas-feiras das 07:30h às 08:30h.

SALA DE DANÇA (Sala 05)

Horário	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB	DOM
07:00h							
08:00h							
09:00h							
10:00h		Danças Afr.		Danças Afr.		Danças Afr.	
11:00h		Danças Afr.		Danças Afr.		Danças Afr.	
12:00h							
13:00h							
14:00h					Danças Afr.		
15:00h					Danças Afr.		
16:00h							
17:00h			Forró		Kung Fu		
18:00h			Forró		Kung Fu		
19:00h		Tai Chi		Tai Chi	EFD 116		
20:00h					EFD 116		
21:00h			EFD 116		EFD 006		
22:00h			EFD 116		EFD 006		

QUADRA 1

Horário	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB	DOM
07:00h							
08:00h						Vôlei	
09:00h						Vôlei	
10:00h			Arena ¹			Vôlei	
11:00h			Arena ¹			Vôlei	
12:00h							
13:00h							
14:00h							
15:00h			Martelada	Arena ²	Basquete M		
16:00h			Martelada	Arena ²	Basquete M		
17:00h	Vôlei M	Basquete M	Vôlei F	Vôlei M	Vôlei F		
18:00h	Vôlei M	Basquete M	Vôlei F	Vôlei M	Vôlei F		
19:00h	Radioativa	EFD 348	EFD 357	EFD 348	Martelada		
20:00h	Marvin	EFD 348	EFD 357	EFD 348	Martelada		
21:00h	EFD 354	MEDUFOP	EFD 010	EFD 357			
22:00h	EFD 354	MEDUFOP	EFD 010	EFD 357			
23:00h		MEDUFOP ³	MEDUFOP ³				

¹ Horário do projeto Arena de Lazer: Voleibol Misto das 10h às 11h e Futsal das 11h às 12h.

² Horário do projeto Arena de Lazer: Voleibol Misto das 15:30h às 16:30h e Futsal das 16:30h às 17:30h.

³ Horário dos treinos das Atléticas: Segundas às quintas-feiras das 22:40h às 23:50h.

QUADRA 2

Horário	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB	DOM
07:00h							
08:00h		Futsal		Futsal			
09:00h		Futsal		Futsal		Radioativa	
10:00h						Radioativa	
11:00h							
12:00h							
13:00h							
14:00h							
15:00h							Marvin
16:00h		Futsal		Futsal			Marvin
17:00h	Futsal F	Martelada	Handebol M	Piratas	Piratas		
18:00h	Futsal F	Martelada	Handebol M	Piratas	Piratas		
19:00h	Martelada	Radioativa	Radioativa	Marvin	Martelada		
20:00h	Martelada	Radioativa	Radioativa	Marvin	Martelada		
21:00h	Radioativa	Radioativa	EFD 126	MEDUFOP	EFD 126		
22:00h	Radioativa	Marvin	EFD 126	MEDUFOP	EFD 126		
23:00h	Marvin ¹	Marvin ¹	MEDUFOP ¹	MEDUFOP ¹			

¹ Horário dos treinos das Atléticas: Segundas às quintas-feiras das 22:40h às 23:50h.

LABORATÓRIO DE MUSCULAÇÃO

Horário	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB	DOM
07:00h		MVB 1		MVB 1			
08:00h	FINA 1	MVB 2	FINA 1	MVB 2	FINA 1		
09:00h	FINA 2	MAO 1	FINA 2	MAO 1	FINA 2		
10:00h	MQV 1	MAO 2	MQV 1	MAO 2	MQV 1		
11:00h	MQV 2		MQV 2		MQV 2		
12:00h							
13:00h		Prep. Fís.		Prep. Fís.			
14:00h							
15:00h	MQV 3	FINA 3	MQV 3	FINA 3	MQV 3		
16:00h	MQV 4	FINA 4	MQV 4	FINA 4	MQV 4		
17:00h			EFD 302				
18:00h			EFD 302				
19:00h	EFD 145		EFD 131				
20:00h	EFD 145		EFD 131				
21:00h	EFD 131		EFD 131				
22:00h	EFD 131		EFD 131				

PISCINA

Horário	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB	DOM
07:00h							
08:00h							
09:00h	Arena ¹	Arena ¹	Arena ¹	Arena ¹			
10:00h	Arena ¹	Arena ¹	Arena ¹	Arena ¹			
11:00h	Arena ¹	Arena ¹	Arena ¹	Arena ¹			
12:00h							
13:00h							
14:00h							
15:00h	Arena ²	Arena ²	Arena ²	Arena ²			
16:00h	Arena ²	Arena ²	Arena ²	Arena ²			
17:00h	Arena ²	Arena ²	Arena ²	Arena ²	EFD 011		
18:00h	Atléticas ³	Atléticas ³	Atléticas ³	Atléticas ³	EFD 011		
19:00h					Atléticas		
20:00h							
21:00h							
22:00h							

¹ Horário do projeto Arena de Lazer: Segundas às quintas-feiras das 09:30h às 10:30h e das 10:30h às 11:30h.

² Horário do projeto Arena de Lazer: Segundas às quintas-feiras das 15:30h às 16:30h e das 16:30h às 17:30h.

³ Horário das Atléticas: Segundas às quintas-feiras das 17:30h às 18:30h.

SOCIETY

Horário	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB	DOM
07:00h							
08:00h							
09:00h							
10:00h							
11:00h							
12:00h							
13:00h							
14:00h							
15:00h							
16:00h							
17:00h			EFD 302				
18:00h			EFD 302				
19:00h		Carcarás		Carcarás			
20:00h		Carcarás		Carcarás			
21:00h							
22:00h							

CAMPO DE FUTEBOL

Horário	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB	DOM
07:00h							
08:00h							Carcarás
09:00h							Carcarás
10:00h							Carcarás
11:00h							
12:00h							
13:00h							
14:00h							
15:00h							
16:00h							
17:00h							
18:00h							
19:00h							
20:00h							
21:00h							
22:00h							

QUADRAS DE AREIA

Horário	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB	DOM
07:00h							
08:00h							
09:00h							
10:00h							
11:00h							
12:00h							
13:00h							
14:00h							
15:00h							
16:00h							
17:00h							
18:00h							
19:00h							
20:00h							
21:00h							
22:00h							