



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE
CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

EDITAL N.º 003/2017/SESP, DE 04 DE AGOSTO DE 2017

Isenção de pagamento de inscrição de Atividades Esportivas - 2017.2

O SECRETÁRIO DE ESPORTE, no uso de suas atribuições, estabelece as normas para seleção de estudantes para obtenção de isenção de pagamento de taxas de inscrição nas atividades esportivas do Centro de Desportos (CDS/UFSC) para o **semestre 2017/2**.

1. DO OBJETIVO

1.1 O objetivo deste processo seletivo é conceder isenção de pagamento da taxa de inscrição nos Projetos de Extensão nas atividades esportivas do Centro de Desportos (CDS/UFSC) a estudantes regularmente matriculados nos cursos de graduação presencial da UFSC oriundos de família com renda familiar bruta mensal de até 1,5 salários mínimo *per capita*.

2. DOS CRITÉRIOS PARA INSCRIÇÃO

2.1 Ter matrícula regular em curso de graduação presencial do Campus Florianópolis.

2.2 Cursar a carga horária semanal mínima do período letivo, estabelecida no projeto pedagógico do respectivo curso.

2.3 No cadastro socioeconômico, estar com status de análise concluída pelo Serviço de Atenção Sócio assistencial da CoAEs/PRAE.

2.4 Não usufruir de vaga em outro projeto de extensão de atividade esportiva do Centro de Desportos para o semestre 2017.2

2.5 Possuir renda familiar bruta mensal de até 1,5 salários mínimo *per capita*.

2.6 Preencher os requisitos de cada modalidade, expostos neste edital, não sendo permitida troca de turmas.

2.7 Não possuir pendência com o setor financeiro da PRAE.



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE

CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC

TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

3. DAS INSCRIÇÕES

3.1 A inscrição dos(as) estudantes deverá ser realizada de acordo com o seguinte procedimento:

3.1.1 Fazer a inscrição online no endereço eletrônico <https://beneficiosprae.sistemas.ufsc.br/>.

3.1.2 Período de inscrição: 09/08/2017 a 11/08/2017 **até as 17:30hs.**

3.1.3 O(a) estudante poderá realizar inscrição em apenas uma turma oferecida neste edital. A correta seleção da turma é de inteira responsabilidade do(a) estudante.

3.1.4 Não serão aceitas inscrições enviadas via SPA, fax, e-mail, sedex, ou similares.

3.2 Estudantes que não conseguirem efetuar a inscrição online, por **não estarem cursando a carga horária mínima**, devem entregar na SESP (pisos térreo da Biblioteca Universitária, ao lado do Laboratório de Informática), durante o período de inscrição, o formulário de “Solicitação de Inscrição em Isenção de Taxa de Atividades Esportivas” disponível em www.prae.ufsc.br/formularios, **com os respectivos anexos solicitados no formulário.**

4. DOS CRITÉRIOS PARA SELEÇÃO

4.1 Preenchidos os requisitos estabelecidos nos itens “2” e “3” do presente Edital, a classificação final dos(as) candidatos(as) por Modalidade/Turma será feita na ordem crescente do Índice Socioeconômico, até o limite de vagas estipulado por este Edital.

5. DO NÚMERO DE VAGAS

5.1 São ofertadas **84, distribuídas por Modalidade/Turma** aos estudantes oriundos de família com renda familiar bruta mensal de até 1,5 salários mínimos *per capita*.



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

6. DA RELAÇÃO DE MODALIDADES E TURMAS OFERECIDAS PELO CDS À PRAE

6.1 ATLETISMO E DESENVOLVIMENTO HUMANO

| | |
|---|---|
| ATIVIDADE: | ATLETISMO, DESENVOLVIMENTO HUMANO E SAÚDE |
| Pequena descrição da atividade: | O projeto busca oportunizar a comunidade, além do desfrute de um novíssimo ambiente recém-construído no Centro de Desportos, o Complexo Atlético com Pista Sintética de Atletismo, um esporte que tem como característica fundamental a vivência com os movimentos humanos básicos, esperando oportunizar o desenvolvimento humano, promoção da saúde dos participantes e a participação em eventos tendo como ferramentas as vivências e aprendizagem das provas atléticas do Atletismo. |
| Coordenador: | Jolmerson de Carvalho |
| Contato e-mail e/ou telefone: | jolmerson.carvalho@gmail.com |
| Atestado Médico: Necessário ou não? Prazo de apresentação. | É necessário Atestado Médico, prazo de duas semanas a partir do início do projeto. |
| Traje/Acessórios: | Calção/Short, camiseta e tênis. |

| Turma | Faixa Etária (mínima e máxima): | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|--------------|--|-----------------------|-----------------|----------------------------|------------------------|
| 19 | 15 a 65 anos | 2ª, 4ª e 6ª feira | 17:30 às 20:30 | Pista de Atletismo da UFSC | 7 |

6.2 CONDICIONAMENTO FÍSICO E MUSCULAÇÃO

6.2.1

| | |
|--|---|
| ATIVIDADE: | ACADEMIA DE MUSCULAÇÃO PARA COMUNIDADE |
| Pequena descrição da atividade: | A Academia de Musculação da UFSC tem como objetivo oportunizar a prática de exercícios localizados por meio de acompanhamento individualizado, buscando melhora na saúde. |
| Coordenador: | Ricardo Dantas de Lucas |
| Contato e-mail e/ou telefone: | E-mail: ricardo.dantas@ufsc.br / Tel.: (48) 3721-4775 |
| Atestado Médico: | Entregar Atestado médico de que está apto(a) a fazer atividade |



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

| | |
|--|---|
| Necessário ou não? Prazo de apresentação. | física, no máximo, até 15 dias após o início das aulas. |
| Traje/Acessórios: | Traje adequado para atividade física/toalha. |

| Turmas | Faixa Etária (mínima e máxima): | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|---------------|--|-----------------------|-----------------|-------------------------------------|------------------------|
| 20 | 18 a 70 anos | 3ª, 5ª e 6ª feira | 08:20 às 09:10 | Laboratório de Musculação – Bloco 6 | 2 |
| 21 | 18 a 70 anos | 3ª, 5ª e 6ª feira | 09:10 às 10:00 | Laboratório de Musculação – Bloco 6 | 2 |
| 22 | 18 a 70 anos | 2ª e 4ª feira | 15:10 às 16:00 | Laboratório de Musculação – Bloco 6 | 2 |
| 23 | 18 a 70 anos | 3ª e 5ª feira | 13:30 às 14:20 | Laboratório de Musculação – Bloco 6 | 2 |

6.2.2

| | |
|---|---|
| ATIVIDADE: | PROGRAMA DE CONDICIONAMENTO FÍSICO RELACIONADO À SAÚDE |
| Pequena descrição da atividade: | Atividades físicas serão desenvolvidas 2 vezes por semana. Serão realizadas atividades de musculação, caminhadas/corridas, ginástica localizada, exercícios em circuito, para o desenvolvimento da aptidão cardiorrespiratória, força/resistência muscular localizada, flexibilidade, coordenação, ritmo e equilíbrio. As sessões serão compostas de 3 partes: Aquecimento (10 a 15 minutos); Parte principal (30 a 40 minutos) e Volta à Calma (5 a 10 minutos). Para verificar o efeito do programa sobre a aptidão física relacionada à saúde dos participantes, no início e final dos semestres serão realizadas medidas antropométricas e testes motores, quando oportuno. |
| Coordenador: | Kelly Samara da Silva |
| Contato e-mail e/ou telefone: | E-mail: kelly.samara@ufsc.br |
| Atestado Médico: Necessário ou não? Prazo de apresentação. | Entregar Atestado médico de que está apto(a) a fazer atividade física, no máximo, até 15 dias após o início das aulas. |
| Traje/Acessórios: | Roupa de ginástica, tênis e toalha. |



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

| Turmas | Faixa Etária (mínima e máxima): | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|---------------|---|-----------------------|-------------------|--|------------------------|
| 24 | 18 a 59 anos | 3ª e 5ª feira | 18:20 às 19:20 | Laboratório de Musculação – Bloco 6 | 2 |
| 25 | 18 a 59 anos | 3ª e 5ª feira | 19:20 às 20:20 | Laboratório de Musculação – Bloco 6 | 2 |

6.3 DANÇAS

6.3.1

| ATIVIDADE: | BALÉ CLÁSSICO BÁSICO |
|--|---|
| Pequena descrição da atividade: | Curso básico de balé clássico para moças e rapazes. Aprendizado da linguagem clássica e fundamentos básicos de técnicas do Balé. Desenvolvimento da coordenação motora, flexibilidade, resistência, fortalecimento muscular, velocidade dos movimentos e equilíbrio. Aquisição de leveza nos portes de braços e conhecimento dos passos de fácil combinação em exercícios de transferência de peso, liberação da perna de ação e coordenação motora. Progressão de acordo com a turma, respeitando os limites individuais do corpo para o desenvolvimento da técnica em giros, saltos, adágios e baterias. Possibilidade de entrar em técnica de pontas para moças e técnica específica masculina para rapazes. |
| Coordenador: | Profa. Cristiane Ker |
| Responsável pela Atividade: | Profa. Luciana Fiamoncini |
| Contato e-mail e/ou telefone: | E-mail: projetopraticascorporais.ufsc@gmail.com / Tel.: (48) 3721-4778 |
| Traje/Acessórios: | Roupa leve, confortável e adequada à prática corporal. |

| Turma | Faixa Etária (mínima e máxima): | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|--------------|---|-----------------------|------------------|-----------------------------------|---------------------------|
| 26 | A partir de 18 anos | 2ª feira | 8:20 às 10:00 | Laboratório de Dança – Bl. 5 B | 1 Feminino 1 Masculino |



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE

CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC

TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

6.3.2

| ATIVIDADE: | DANÇA BRASILEIRA FORRÓ PÉ DE SERRA I E II |
|---|--|
| Pequena descrição da atividade: | Este curso de extensão 'Dança brasileira Forró pé de serra' I e II é oferecido aqui no CDS/UFSC há 15 anos. Já ensinamos por volta de umas 2000 pessoas a dançar Forró. O nosso compromisso é ensinar de forma simples fortalecendo a naturalidade rítmica do Forró autêntico, original. Partimos do pressuposto que todas as pessoas sabem dançar - é só começar; que não existe erro; que o Forró é alegria - expressão genuína de cultura brasileira. Que a alegria também se aprende (é melhor que ser triste). É um espaço de sociabilidade, pois o Forró é muito mais que dança, - é uma Festa - pretendemos que todas as aulas sejam uma Festa; que a camaradagem na aprendizagem possibilita a todos se tornarem amigos e, assim, os vínculos sócio afetivos extrapolam a sala de dança; é também oportunidade para se conhecer pessoas de diferentes origens, de diferentes cursos da UFSC, de fora da UFSC, de fora do Brasil, de diferentes idades, de diferentes regiões, de diferentes classes sociais. Essas diferenças, essa mistura, é uma característica importante da cultura Brasileira. O lúdico (ritmo e harmonia) é pressuposto teórico e recurso didático e, nessa conjugação, apontamos para uma estética cheia de humanidade e leveza. Assim, ensinamos o Forró pé de serra adotando a sua essência de festa, dançamos o xote, xaxado, baião, arrasta pé e universitário. Uma dança muito maior que deslocamentos e gestos, uma celebração da vida. |
| Coordenador: | Prof. ^a Dra. Iracema Soares de Sousa |
| Contato e-mail e/ou telefone: | cemassaa@yahoo.com.br |
| Pré-Requisitos: | <u>Para o Forró I</u> – gostar de dançar e estar a fim de aprender (maiores de 16 anos) <u>Para o Forró II</u> – já saber dançar o forró pé de serra e ter frequentado o curso no Forró I, que faz parte do projeto Dança brasileira Forró pé de serra. Inscrição que não atenda este pré-requisito será transferida para a turma Forró I. |
| Atestado Médico: Necessário ou não? Prazo de apresentação. | Quem se inscrever já assume que está em boas condições de saúde (em geral) apropriadas para a atividade. |
| Traje/Acessórios: | Sem restrições de trajes, mas, todos dançam descalços/as ou com sapatilha própria de dança, sem salto. E, cheirosos. |



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

| Turmas | Faixa Etária (mínima e máxima): | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|----------------|---------------------------------|----------------|----------------|--------------------------------|---------------------------|
| 27 Forró I | A partir de 16 anos | 3ª e 5ª feira | 18:30 às 19:50 | Laboratório de Dança - Bl. 5 B | 2 Masculino 2 Feminino |
| 28 Forró II | A partir de 16 anos | 3ª e 5ª feira | 20:00 às 21:30 | Laboratório de Dança - Bl. 5 B | 2 Masculino 2 Feminino |

6.3.3

| ATIVIDADE: | INICIAÇÃO À DANÇA BURLESCA |
|--|---|
| Pequena descrição da atividade: | O burlesco é uma modalidade das artes cênicas que mistura várias técnicas dependendo do artista que executa. Nesse semestre serão abordados conteúdos de diferentes modalidades de dança como a sinuosidade da dança do ventre, a precisão da dança indiana aliada às técnicas teatrais. As aulas são inspiradas em mitologias do sagrado feminino, nas deusas da antiguidade que com suas danças salvaram o dia! Trabalha-se também as nossas deusas da atualidade e seus ritmos, do funk ao pop e ao rock. Além daquelas músicas conhecidas, temas de nossos super heróis e heroínas e personagens marcantes por sua atmosfera dramática e teor cômico. Entre essa miscelânea de ritmos, histórias e dança, a dança burlesca busca um encontro com o que há de mais sagrado em cada pessoa: sua particularidade, beleza, comicidade. Diferente das outras modalidades, trabalha-se também com os erros como possibilidade criativa dando ferramentas para a autonomia do(a) interprete/performer. Obs.: Para homens e mulheres. |
| Coordenador: | Profa. Cristiane Ker |
| Responsável pela Atividade: | Profa. Luciana Fiamoncini |
| Contato e-mail e/ou telefone: | e-mail: projeto praticas corporais.ufsc@gmail.com / Tel.: (48) 3721-4778 |
| Traje/Acessórios: | Roupa leve, confortável e adequada à prática corporal. |

| Turma | Faixa Etária (mínima e máxima): | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|-------|---------------------------------|----------------|----------------|----------------------------------|-----------------|
| 29 | A partir de 18 anos | 6ª feira | 10:10 às 11:50 | Laboratório de Ginástica Bl. 5 A | 2 |



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

6.3.4

| | |
|--|---|
| ATIVIDADE: | DANÇA CIGANA ARTÍSTICA |
| Pequena descrição da atividade: | As Danças Ciganas são danças intensas e envolventes que, por terem recebido influência da cultura de diversos povos, manifestam-se de diferentes formas em cada clã, ou grupo. Para tal serão trabalhadas diferentes danças ciganas ao longo do semestre, cada qual com suas particularidades e similaridades. Além disso, está inserido o estudo e a manipulação de alguns elementos utilizados na Dança Cigana Artística e suas possíveis correspondências ritualísticas. |
| Coordenador: | Profa. Cristiane Ker |
| Responsável pela Atividade: | Profa. Luciana Fiamoncini |
| Contato e-mail e/ou telefone: | e-mail: projeto praticas corporais.ufsc@gmail.com / Tel.: (48) 3721-4778 |
| Pré-Requisitos: | Sexo Feminino |
| Traje/Acessórios: | Roupa leve, confortável e adequada à prática corporal. |

| Turma | Faixa Etária (mínima e máxima): | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|--------------|--|-----------------------|-----------------|------------------------------|------------------------|
| 31 | A partir de 15 anos | 3ª feira | 18:30 às 20:10 | Laboratório de Dança Bl. 5 A | 2 |

6.3.5

| | |
|--|---|
| ATIVIDADE: | CONTEMPORÂNEO + CONTATO IMPROVISAÇÃO |
| Pequena descrição da atividade: | Oficina de dança contemporânea no movimento de fundamentos corporais que permitem ao participante observar o seu corpo e sensações por meio dos padrões neurológicos básicos apontados por Irmgard Bartenieff, discípula de Rudolf von Laban. O contato improvisação encontra aqui a si mesmo, com o espaço próximo a seu corpo e com o outro improvisador, em dinâmicas de toque, proposições de mapas do corpo humano e jogos coletivos. Proposta de conectar exercícios preparatórios e básicos do corpo em movimento somático, laboratórios de mapa corporal e contato improvisação, com ênfase na reeducação corporal e fluidez de movimento. Propõe-se a investigação cíclica da sensação do corpo nas ações de balançar o seu centro de peso, ondular a coluna e |



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

| | |
|--------------------------------------|---|
| | impulsionar o centro de levitação; estudo de obras coreográficas do gênero e movimento expressivo em grupo. |
| Coordenador: | Profa. Cristiane Ker |
| Responsável pela Atividade: | Profa. Luciana Fiamoncini |
| Contato e-mail e/ou telefone: | e-mail: projeto praticas corporais.ufsc@gmail.com / Tel.: (48) 3721-4778 |
| Traje/Acessórios: | Roupa leve, confortável e adequada à prática corporal. |

| Turma | Faixa Etária (mínima e máxima): | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|-------|---------------------------------|----------------|---------------|------------------------------|-----------------|
| 32 | A partir de 18 anos | 3ª feira | 8:20 às 10:00 | Laboratório de Dança Bl. 5 B | 2 |

6.3.6

| | |
|--|---|
| ATIVIDADE: | DANÇA EM LINHA – MERENGUE E COUNTRY <i>Projeto Dança Poesia em Movimento</i> |
| Pequena descrição da atividade: | A categoria de danças em linha inclui todos os grupos de danças sociais praticadas coletivamente e sem a necessidade de um(a) parceiro(a). Estas são dançadas em fileiras e/ou colunas nas quais os participantes tem a liberdade de se expressar a partir de uma estrutura coreográfica previamente organizada. Neste curso, o destaque será dado ao Merengue, dança popular da República Dominicana caracterizada por movimentos velozes e divertidos, assim como ao Country, dança oriunda do sul dos Estados Unidos marcada por movimentos ágeis e sincronizados. |
| Coordenador: | Vera Torres |
| Contato e-mail e/ou telefone: | e-mail: madabritoz@hotmail.com |
| Traje/Acessórios: | Roupas adequadas para a prática da atividade física. |

| Turma | Faixa Etária (mínima e máxima): | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|-------|---------------------------------|----------------|----------------|--------------------------------|-----------------|
| 33 | 14 a 65 anos | 3ª feira | 12:00 às 13:00 | Laboratório de Dança – Bl. 5 B | 2 |

6.3.7

| | |
|-------------------|----------------------------------|
| ATIVIDADE: | DANÇA – CORPO & RITMO |
|-------------------|----------------------------------|



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

| | Projeto Dança Poesia em Movimento |
|--|---|
| Pequena descrição da atividade: | Esta oficina visa, através de exercícios específicos, desenvolver atividades de preparação corporal para a dança. Proporcionará também aos participantes vivências em técnicas como o Jazz, Hip-hop, Dancehall, Vogue Dance, House Dance e Funk. Além disto, serão propostos procedimentos de composição e montagem coreográfica. |
| Coordenador: | Vera Torres |
| Contato e-mail e/ou telefone: | e-mail: marttinsju@gmail.com |
| Traje/Acessórios: | Roupas adequadas para a prática de atividade física. |

| Turma | Faixa Etária (mínima e máxima) : | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|--------------|---|-----------------------|-----------------|--|------------------------|
| 34 | 16 a 55 anos | 2ª, 3ª e 5ª feira | 12:10 às 13:10 | 2ª: Laboratório Ginástica Olímpica 3ª e 5ª: Lab. de Ginástica – Bl. 5 A | 2 |

6.3.8

| ATIVIDADE: | DANÇA VOGUE & STILETTO Projeto Dança Poesia em Movimento |
|--|--|
| Pequena descrição da atividade: | Esta oficina irá desenvolver atividades de dança que tem como referência a Vogue dance, que se caracteriza pelas posições típicas de manequins, com movimentos corporais traçados por linhas e poses. Isto articulado à prática do Stiletto, cujas técnicas e vocabulário derivam de uma ampla gama de estilos de danças, entre os quais destacamos o Jazz e do Hip-hop. A característica distintiva do Stiletto é o uso de sapatos de salto alto durante a performance. |
| Coordenador: | Vera Torres |
| Contato e-mail e/ou telefone: | igorvalentimbruno@gmail.com |
| Traje/Acessórios: | Roupas adequadas para a prática da atividade física. |



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

| Turma | Faixa Etária (mínima e máxima): | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|--------------|---|-----------------------|-----------------|------------------------------------|------------------------|
| 35 | 16 a 55 anos | 6ª feira | 18:30 às 20:10 | Laboratório de Ginástica – Bl. 5 A | 2 |

6.3.9

| | |
|--|--|
| ATIVIDADE: | DANÇAS URBANAS <i>Projeto Dança Poesia em Movimento</i> |
| Pequena descrição da atividade: | A oficina pretende proporcionar uma experiência dentro do contexto do Hip hop, privilegiando a prática de danças urbanas e suas vertentes tais como: Breaking, House Dance, Popping, Locking, Krump e Hip hop Dance; além de abordar os diferentes contextos históricos relacionados ao desenvolvimento dessas danças. As atividades propostas enfatizam o desenvolvimento da consciência e expressão corporal, percepção rítmica, expressividade e o aprendizado de diferentes técnicas de movimento. |
| Coordenador: | Vera Torres |
| Contato e-mail e/ou telefone: | kevin-velez@hotmail.com |
| Traje/Acessórios: | Roupas adequadas para a prática da atividade física. |

| Turma | Faixa Etária (mínima e máxima): | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|--------------|---|-----------------------|-----------------|------------------------------------|------------------------|
| 36 | 14 a 55 anos | 6ª feira | 16:20 às 18:00 | Laboratório de Ginástica – Bl. 5 A | 2 |

6.3.10

| | |
|--|---|
| ATIVIDADE: | DANÇA DE SALÃO: VALSA VIENENSE <i>Projeto Dança Poesia em Movimento</i> |
| Pequena descrição da atividade: | As danças de salão são danças que enfatizam a integração social e o entretenimento. Entre essas, a Valsa Vienense é considerada uma das mais românticas e elegantes. Neste curso, os participantes terão oportunidade de vivenciar a dança, aprendendo noções básicas da dinâmica de seus movimentos e percebendo o ritmo, a postura e o desenho espacial no salão, |



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

| | |
|--------------------------------------|--|
| | além de abordar aspectos de sua história. |
| Coordenador: | Vera Torres |
| Contato e-mail e/ou telefone: | E-mail: madabrito@hotmial.com |
| Traje/Acessórios: | Roupas adequadas para a prática da atividade física. |

| Turma | Faixa Etária (mínima e máxima) : | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|--------------|---|-----------------------|-----------------|---------------------------------|------------------------|
| 37 | 14 a 65 anos | 6ª feira | 13:10 às 14:10 | Laboratório de Dança - Bloco 5B | 2 |

6.3.11

| | |
|--|--|
| ATIVIDADE: | DANÇA DE SALÃO: ZOUK BRASILEIRO (Nível 1 - INICIANTE) <i>Projeto Dança Poesia em Movimento</i> |
| Pequena descrição da atividade: | Este curso irá proporcionar uma imersão específica no Zouk Brasileiro, que com seu estilo marcante, alia movimentos sinuosos com muita sensualidade, tornando o ensino e a prática desta dança algo muito agradável e prazeroso. Atenção especial será dada à postura corporal e as formas de condução e resposta da dança em casal. |
| Coordenadora: | Vera Torres |
| Contato e-mail e/ou telefone: | E-mail: larisecoo@gmail.com |
| Traje/Acessórios: | Trajes adequados para a prática da atividade física. |

| Turma | Faixa Etária (mínima e máxima): | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|--------------|---|-----------------------|-----------------|--------------|------------------------|
|--------------|---|-----------------------|-----------------|--------------|------------------------|



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

| | | | | | |
|----|----------------------|---------------|----------------|--------------------------------|---------------------------|
| 38 | A partir de 14 anos. | 2ª e 4ª feira | 12:00 às 13:00 | Laboratório de Dança – Bl. 5 B | 1 Masculino 1 Feminino |
|----|----------------------|---------------|----------------|--------------------------------|---------------------------|

6.3.12

| | |
|--|---|
| ATIVIDADE: | DANÇA DE SALÃO: SALSA E BACHATA (Nível 1 - INICIANTE) <i>Projeto Dança Poesia em Movimento</i> |
| Pequena descrição da atividade: | Este curso irá proporcionar uma imersão específica na Salsa e na Bachata. A Salsa trabalhada será a Salsa L.A. (Los Angeles) ou Salsa em Linha. A Bachata é um ritmo musical e uma dança com origens na República Dominicana que teve reconhecimento mundial por seu ritmo marcante e sua característica sensualidade. A prática associada destas duas modalidades, dadas as suas características rítmicas, facilita o aprendizado. |
| Coordenadora: | Vera Torres |
| Contato e-mail e/ou telefone: | E-mail: larisecoo@gmail.com |
| Traje/Acessórios: | Trajes adequados para a prática da atividade física. |

| Turma | Faixa Etária (mínima e máxima): | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|-------|---------------------------------|----------------|----------------|--------------------------------|---------------------------|
| 39 | A partir de 14 anos. | 4ª feira | 13:30 às 15:00 | Laboratório de Dança – Bl. 5 B | 1 Masculino 1 Feminino |

6.3.13

| | |
|--|---|
| ATIVIDADE: | JAZZ CLÁSSICO |
| Pequena descrição da atividade: | O Jazz é uma forma de expressão pessoal criada e sustentada pelo improviso. Na sua origem a Dança Jazz tem raízes essencialmente populares. Com uma evolução inicial paralela à da música Jazz, surgiu nos E.U.A no final do século passado com influência das Danças Africanas. Neste nível iniciante serão abordadas as técnicas da Dança Jazz nas manifestações corporais acompanhada de música, por meio de atividades coletivas, com diferentes passos e combinações, respeitando a individualidade de cada um, havendo progressões de acordo com a evolução da turma. A experiência proposta compõe-se por: movimentações básicas da dança, incentivo à criatividade, elementos de teatralidade e de performance na dança, musicalidade, ritmo, |



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

| | |
|--------------------------------------|---|
| | preparação do corpo para dança, bem como a abordagem de algumas peculiaridades das técnicas de Dança Jazz e as influências do Ballet e, criação de sequências e coreografias. |
| Coordenador: | Profa. Cristiane Ker |
| Responsável pela Atividade: | Profa. Luciana Fiamoncini |
| Contato e-mail e/ou telefone: | E-mail: projetopraticascorporais.ufsc@gmail.com / Tel.: (48) 3721-4778 |
| Traje/Acessórios: | Roupa leve, confortável e adequada à prática corporal. |

| Turma | Faixa Etária (mínima e máxima): | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|--------------|---|-----------------------|-----------------|------------------------------------|------------------------|
| 40 | A partir de 14 anos | 3ª e 5ª feira | 17:10 às 18:00 | Laboratório de Ginástica – Bl. 5 A | 2 |

6.3.14

| | |
|--|--|
| ATIVIDADE: | JAZZ FUNK |
| Pequena descrição da atividade: | <p>O Jazz é uma forma de expressão pessoal criada e sustentada pelo improviso. Na modalidade Jazz Funk ocorre a junção de Danças Urbanas com o Jazz, muito utilizado em videoclipes de músicas do gênero pop.</p> <p>Em nível iniciante, serão abordadas as técnicas da Dança Jazz com influências das Danças Urbanas acompanhada de música, por meio de atividades coletivas, com diferentes passos e combinações, respeitando a individualidade de cada um, havendo progressões de acordo com a evolução da turma.</p> <p>A experiência proposta compõe-se por: movimentações básicas da dança, incentivo à criatividade, elementos de teatralidade e de performance na dança, musicalidade, ritmo, preparação do corpo para dança, bem como a abordagem de algumas peculiaridades das técnicas de Dança Jazz e as influências das Danças Urbanas e, criação de sequências e coreografias.</p> |
| Coordenador: | Profa. Cristiane Ker |
| Responsável pela Atividade: | Profa. Luciana Fiamoncini |
| Contato e-mail e/ou telefone: | E-mail: projetopraticascorporais.ufsc@gmail.com / Tel.: (48) 3721-4778 |
| Traje/Acessórios: | Roupa leve, confortável e adequada à prática corporal. |



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

| Turma | Faixa Etária (mínima e máxima): | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|--------------|---|-----------------------|-----------------|------------------------------------|------------------------|
| 41 | A partir de 14 anos | 3ª feira | 19:20 às 21:00 | Laboratório de Ginástica – Bl. 5 A | 2 |

6.3.15

| ATIVIDADE: | PREPARAÇÃO DO CORPO PARA DANÇA E TEATRO |
|--|---|
| Pequena descrição da atividade: | Treinamento físico para liberar tensões do corpo e articular seu peso em movimento, por meio do fortalecimento do centro do corpo. A proposta é usar o próprio corpo para definir os músculos, potencializar a força pelo centro, ampliar a flexibilidade e melhorar o equilíbrio. A aula reúne exercícios de condicionamento físico, dança contemporânea e treino funcional, com abdominais e pranchas isométricas. Ótimo para liberar as tensões do cotidiano e mover o corpo de um modo inovador, preparando o corpo do ator e do bailarino. |
| Coordenador: | Profa. Cristiane Ker |
| Responsável pela Atividade: | Profa. Luciana Fiamoncini |
| Contato e-mail e/ou telefone: | E-mail: projeto praticas corporais.ufsc@gmail.com / Tel.: (48) 3721-4778 |
| Traje/Acessórios: | Roupa leve, confortável e adequada à prática corporal. |

| Turma | Faixa Etária (mínima e máxima): | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|--------------|---|-----------------------|-----------------|----------------------------------|------------------------|
| 42 | A partir de 18 anos | 2ª feira | 10:10 às 11:50 | Laboratório de Dança - Bloco 5 B | 2 |



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

6.3.16

| | |
|--|---|
| ATIVIDADE: | OFICINA SAMBA NO PÉ (Iniciantes) Projeto Dança Poesia em Movimento |
| Pequena descrição da atividade: | Esta oficina visa oportunizar aos alunos vivências relacionadas ao samba, porém voltada especialmente ao ensino do <i>Samba no pé</i> . O curso abordará aspectos históricos do Samba e os participantes terão oportunidade de apreender noções básicas da dinâmica de seus movimentos. As atividades propostas enfatizam o desenvolvimento da consciência e expressão corporal, percepção rítmica, expressividade, o aprendizado da técnica do samba no pé propriamente dita e suas vertentes em formas coreográficas. |
| Coordenador: | Vera Torres |
| Contato e-mail e/ou telefone: | E-mail: lays.matias@hotmail.com |
| Traje/Acessórios: | Roupas adequadas para a prática da atividade física. |

| Turma | Faixa Etária (mínima e máxima): | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|--------------|--|-----------------------|-----------------|-------------------------------|------------------------|
| 43 | A partir de 14 anos | 5ª feira | 12:00 às 13:00 | Laboratório de Dança – Bl. 5B | 2 |

6.3.17

| | |
|--|--|
| ATIVIDADE: | DANÇA DO VENTRE I (Iniciantes) |
| Pequena descrição da atividade: | Introdução ao estudo dos conteúdos culturais (histórico, origem, acessórios, músicas e ritmos etc.), bem como dos principais passos básicos; deslocamentos; direções do corpo no espaço e equilíbrio; posturas de braços; movimentos de mãos; movimentos ondulatórios; técnica de movimentação de quadril; passos folclóricos e tradicionais; tremidos; desinibição na dança. Preparação do Corpo: alongamento/flexibilidade, soltura de quadril, postura, consciência corporal. |
| Coordenador: | Profa. Cristiane Ker |
| Responsável pela Atividade: | Profa. Luciana Fiamoncini |
| Contato e-mail e/ou telefone: | E-mail: projetopraticascorporais.ufsc@gmail.com / Tel.: (48) 3721-4778 |
| Pré-Requisitos: | Sexo Feminino |
| Traje/Acessórios: | Roupa leve, confortável e adequada à prática corporal. |



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

| Turma | Faixa Etária (mínima e máxima): | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|-------|------------------------------------|----------------|----------------|-----------------------------------|-----------------|
| 44 | A partir de 15 anos | 4ª feira | 19:20 às 21:00 | Laboratório de Dança Bloco 5 A | 2 |

6.3.18

| ATIVIDADE: | VIVÊNCIAS EM DANÇAS PARAENSES |
|--|--|
| Pequena descrição da atividade: | As danças paraenses possuem forte influência das mitologias e do imaginário popular da floresta. Em sua expressão artística as movimentações narram com poesia e beleza os mitos e o cotidiano das comunidades do interior do Pará que contam histórias de mistério, paixões e terror. Durante o semestre se dá ênfase em três modalidades desenvolvidas no estado do Pará, sendo o Lundum Marajoara, o Siriá e o Carimbó. Essas são danças típicas muito difundidas hoje no mundo pelas suas cores fortes, quentes, conhecidas pelo sinuoso e hipnotizante rebolado com o quadril e o jogo lúdico com grandes saias. Obs: Para homens e mulheres. |
| Coordenador: | Profa. Cristiane Ker |
| Responsável pela Atividade: | Profa. Luciana Fiamoncini |
| Contato e-mail e/ou telefone: | E-mail: projeto praticas corporais.ufsc@gmail.com / Tel.: (48) 3721-4778 |
| Traje/Acessórios: | Roupa leve, confortável e adequada à prática corporal. |

| Turma | Faixa Etária (mínima e máxima): | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|-------|------------------------------------|----------------|----------------|---------------------------------------|-----------------|
| 45 | A partir de 14 anos | 6ª feira | 13:30 às 15:10 | Laboratório de Ginástica – Bl. 5 A | 2 |

6.4 GINÁSTICA

6.4.1

| ATIVIDADE: | GINÁSTICA GERAL |
|--|---|
| Pequena descrição da atividade: | É uma modalidade de ginástica inclusiva, participativa, sem fins competitivos e que conduz à autonomia de expressão, estimula a criatividade e permite a articulação entre diferentes formas de expressão corporal. Assim, além dos movimentos gímnicos, utilizamos o tecido acrobático para experimentar a elaboração de composições coreográficas e |



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

| | |
|--------------------------------------|--|
| | ampliar os significados e sentidos dos movimentos. |
| Coordenador: | Profa. Cristiane Ker |
| Responsável pela Atividade: | Profa. Luciana Fiamoncini |
| Contato e-mail e/ou telefone: | lfiamoncini@yahoo.com.br ; |
| Traje/Acessórios: | Roupas adequadas para a prática de atividade física |

| Turma | Faixa Etária (mínima e máxima) : | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|--------------|---|-----------------------|-----------------|---|------------------------|
| 47 | 18 a 60 anos | 5ª feira | 18:30 às 20:10 | Laboratório de Ginástica Olímpica – Bl. 6 | 1 |

6.4.2

| ATIVIDADE: | VIVÊNCIAS CORPORAIS |
|--|--|
| Pequena descrição da atividade: | Trata-se de um projeto de atividade física onde são realizadas diversas práticas, tais como caminhadas, alongamento, relaxamento, danças, ginástica, atividades recreativas. |
| Coordenador: | Lisiane Schilling Poeta |
| Responsável pela Atividade: | Lisiane Schilling Poeta |
| Contato e-mail e/ou telefone: | lisianepoeta@hotmail.com / 3721-9927 |
| Atestado Médico: Necessário ou não? Prazo de apresentação. | Sim. Apresentar na primeira semana de aula. |
| Traje/Acessórios: | Traje para prática de atividade física: tênis, camiseta, bermuda, agasalho. |



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE

CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC

TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

| Turma | Faixa Etária (mínima e máxima): | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|--------------|---|-----------------------|---------------------|----------------------------------|------------------------|
| 49 | 40 a 60 anos | 2ª e 4ª feira | 2ª: 15:10 às 16:00 | Laboratório de Dança – Bloco 5 B | 2 |
| | | | 4ª : 16:20 às 17:10 | Laboratório de Dança – Bloco 5 A | |

6.5 PILATES

| ATIVIDADE: | PILATES SOLO PARA A COMUNIDADE |
|--|--|
| Pequena descrição da atividade: | <p>A proposta pedagógica desenvolvida neste curso tem como eixo fundamental conhecer o corpo e suas possibilidades de autorregulação, em busca do equilíbrio geral e harmônico. Este Método foi concebido por Joseph Pilates e promove, rapidamente, um alinhamento geral à luz do controle preciso do corpo. O centro forte define e sustenta este alinhamento. Enquanto muitas formas de exercícios provocam lesões, o Pilates tem por base o aumento da elasticidade e o fortalecimento uniforme dos músculos do corpo, sem causar nenhum tipo de fadiga e, por consequência, nenhuma lesão. Qualquer pessoa pode praticar. Proporciona uma melhor postura (alinhando e estabilizando a coluna vertebral), um controle muscular total e uma precisa consciência respiratória e espacial. São exercícios sequenciais praticados no chão ou com o auxílio de aparelhos. Neste curso utilizaremos o Pilates solo (ele iniciou o método no solo). A nossa sequência de exercícios é resultado de uma sistematização teórica que já ocorre há 14 anos, aqui no CDS/UFSC. Sustentamos as práticas com os conhecimentos vinculados à propriocepção (consciência corporal), fluidez, coordenação motora (expressão harmônica), controle e busca do vigor orgânico (estados físico-emocionais = tensão - relaxação), a respiração (autoconhecimento) e a contextualização do corpo (ser humano) como síntese histórica na sociedade capitalista. O método abrange tanto as bases filosóficas orientais, as explicações de ordem fisiológicas e elementos das práticas corporais. Percebemos que o Método Pilates solo promove vários benefícios, visíveis rapidamente, quando trabalhamos com a prática elaborada pelo seu fundador Joseph H. Pilates.</p> |



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

| | |
|---|--|
| Coordenador: | Profª Drª Iracema Soares de Sousa |
| Contato e-mail e/ou telefone: | cemassaa@yahoo.com.br |
| Pré-Requisitos: | Estar disposto/a trabalhar corpo/mente/respiração sistematicamente. |
| Atestado Médico: Necessário ou não? Prazo de apresentação. | Quem se inscreve neste curso assume que não possui nenhuma limitação orgânico-fisiológica que a faça impedir a realização de exercícios de média à intensas solicitações. Ou seja, está em condições de saúde para se exercitar. |
| Traje/Acessórios: | Roupa confortável. Podem trazer tapete para uso pessoal. |

| Turmas | Faixa Etária (mínima e máxima): | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|---------------|--|---------------------------|-------------------|----------------------------------|----------------------------|
| 50 | A partir de 16 anos | 2ª e 4ª feira | 20:10 às 21:30 | Laboratório de Dança – Bl. 5B | 2 |
| 51 | A partir de 16 anos | 3ª e 6ª feira | 10:10 às 11:30 | Laboratório de Dança – Bl. 5A | 2 |

6.6 YOGA

6.6.1

| | |
|---|--|
| ATIVIDADE: | YOGA |
| Pequena descrição da atividade: | Conhecimento e vivência do Yoga como experiência de autoconhecimento, desenvolvimento corporal e aprendizagem de uma ética universal (<i>yamas e niyamas</i>), baseada na auto-observação, auto-controle, disciplina, percepção e integração ao todo. Experimentação de técnicas posturais (<i>asanas</i>), de concentração (<i>dharana</i>), meditação (<i>dhyana</i>), respiração (<i>pranayamas</i>), abstração dos sentidos (<i>pratyahara</i>) e relaxamento (<i>yoga nidra</i>) com o objetivo de alcançar um estado completo de bem estar, paz interior e iluminação (<i>samadhi</i>). |
| Coordenador: | Profa. Cristiane Ker |
| Contato e-mail e/ou telefone: | E-mail: projeto praticas corporais.ufsc@gmail.com Tel.: (48) 3721-4778 |
| Atestado Médico: Necessário ou não? Prazo de apresentação. | Somente em casos de gestantes, cardíacos, pressão alta e/ou, com outras doenças graves que possuem implicações e restrições em relação à prática corporal. |
| Traje/Acessórios: | Roupa leve, confortável e adequada à prática corporal. Obrigatório trazer o <i>mat</i> (Tapete para Yoga) para a prática |



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE
CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC
TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

| Turmas | Faixa Etária (mínima e máxima): | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
|--------|---------------------------------|----------------|----------------|--------------------------------------|-----------------|
| 63 | A partir de 15 anos | 2ª feira | 10:10 às 11:50 | Laboratório de Ginástica - Bloco 5 A | 2 |
| 64 | A partir de 15 anos | 5ª feira | 13:30 às 15:10 | Laboratório de Ginástica - Bloco 5 A | 2 |
| 65 | A partir de 15 anos | 3ª feira | 13:30 às 15:10 | Laboratório de Dança - Bloco 5 A | 2 |
| 66 | A partir de 15 anos | 5ª feira | 10:10 às 11:50 | Laboratório de Dança - Bloco 5 A | 2 |
| 67 | A partir de 15 anos | 6ª feira | 18:30 às 20:10 | Laboratório de Dança - Bloco 5 A | 2 |
| 68 | A partir de 15 anos | 4ª feira | 8:20 às 10:00 | Laboratório de Dança - Bloco 5 A | 2 |
| 69 | A partir de 15 anos | 5ª feira | 18:30 às 20:10 | Laboratório de Dança - Bloco 5 A | 2 |

6.6.2

| ATIVIDADE: | | YOGA - KUNDALINI YOGA | | | |
|---|---------------------------------|--|----------------|------------------------------------|-----------------|
| Pequena descrição da atividade: | | Consiste na prática de meditação, mudras, mantras, asanas e pranayamas na busca de um equilíbrio mental, corporal e emocional através do estímulo à harmonização dos sistemas nervoso e glandular, sincronizando-os com a rede de meridianos, chakras e corpos energéticos, despertando o potencial da energia <i>Kundalini</i> e a elevação do estado de consciência. | | | |
| Coordenador: | | Profa. Cristiane Ker | | | |
| Contato e-mail e/ou telefone: | | E-mail: projetopraticascorporais.ufsc@gmail.com Tel.: (48) 3721-4778 | | | |
| Atestado Médico: Necessário ou não? Prazo de apresentação. | | Somente em casos de gestantes, cardíacos, pressão alta e/ou, com outras doenças graves que possuem implicações e restrições em relação à prática corporal. | | | |
| Traje/Acessórios: | | Roupa leve, confortável e adequada à prática corporal. Obrigatório trazer o <i>mat</i> (Tapete para Yoga) para a prática | | | |
| Turma | Faixa Etária (mínima e máxima): | Dias da Semana | Horários | Local | Número de Vagas |
| 70 | A partir de 15 anos | 4ª feira | 15:10 às 16:50 | Laboratório de Ginástica - Bl. 5 A | 2 |



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
SECRETARIA DE ESPORTE

CAMPUS UNIVERSITÁRIO REITOR JOÃO DAVID FERREIRA LIMA - TRINDADE

CEP: 88040-900 - FLORIANÓPOLIS - SC

TELEFONE: (48) 3721-8326 E-MAIL: sesp@contato.ufsc.br

RESULTADOS

7.1 A divulgação do resultado da seleção será realizada no dia 16/08/2017, no site <http://sesp.ufsc.br/>, não havendo lista de espera.

8. DA MATRÍCULA

8.1 Após o resultado da seleção, os estudantes, selecionados neste edital, deverão se matricular presencialmente na Secretaria de Esporte (SESP), no térreo do Prédio da Biblioteca Universitária (acesso externo), impreterivelmente nos dias **21/08/2017 e 22/08/2017**, das **08:00hs às 11:30hs** e das **14:00hs às 17:30hs**.

9. DAS DISPOSIÇÕES FINAIS

9.1 Este edital poderá ser revogado ou anulado a qualquer tempo, no todo ou em parte, por motivo de interesse público, sem que isso implique direito de indenização de qualquer natureza.

9.2 Todas as informações fornecidas pelo(a) estudante estarão sujeitas à verificação e, comprovada a não veracidade das informações, a qualquer tempo, o estudante perderá o direito ao auxílio, além de estar sujeito às penalidades previstas.

9.3 É de inteira responsabilidade do(a) estudante acompanhar as publicações no site <http://sesp.ufsc.br/>, conferir os dados do seu cadastro socioeconômico e o resultado deste Edital.

9.4 Não será encaminhada correspondência de cunho individual sob forma de e-mail, aviso, lembrete ou assemelhados sobre prazos e procedimentos constantes no presente Edital.

9.5 A conclusão da análise do Cadastro Socioeconômico pelo Serviço de Atenção Socioassistencial da CoAes/PRAE e a obtenção do Índice Socioeconômico não são por si só condições que gerem ao estudante direito a este auxílio.

9.6 Os casos omissos serão resolvidos pela Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis - PRAE.

9.7 É de inteira responsabilidade do(a) estudante manter atualizados os dados do seu Cadastro Socioeconômico e informar, de modo oficial e imediato, o Serviço de Atenção Socioassistencial da CoAes/PRAE sobre as mudanças em sua condição financeira e/ou social que acarretem em modificação do Índice de Vulnerabilidade Socioeconômica.

Edison Roberto de Souza
Secretario de Esporte