

GRADE DE HORARIOS GERAL				GRADE 27/MARÇO/2023					
IMOOGI ACADEMIA - UNIDADE CENTRO DE TREINAMENTO RUDGE RAMOS - Aberta das 07h00 as 22h00									
"JAN/2023"	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SABADO	DOMINGO		
07h 00	KBX/Boxe (TS)	KBX/Boxe (TS)	KBX/Boxe (TS)	KBX/Boxe (TS)	KBX/Boxe (TS)	ESPAÇO DISPONIVEL PARA EVENTOS, SEMINARIOS & EVENTOS	ESPAÇO DISPONIVEL PARA EVENTOS, SEMINARIOS & EVENTOS		
08h 00	MT (TS)	MT (TS)	MT (TS)	MT (TS)	MT (TS)				
09h 00	ABS FIGHT (TS) (Confirme sua Presença)	CROSS & STRONG FIGHT (TS) (Confirme sua Presença)	ABS FIGHT (TS) (Confirme sua Presença)	CROSS & STRONG FIGHT (TS) (Confirme sua Presença)	ABS FIGHT (TS) (Confirme sua Presença)				
10h 00	MT (TS)	MT (TS)	MT (TS)	MT (TS)	MT (TS)				
11h 00		KBX/Boxe (TS)		KBX/Boxe (TS)					
12h 00	Disponivel p/ nova turma	Disponivel p/ nova turma	Disponivel p/ nova turma	Disponivel p/ nova turma	Disponivel p/ nova turma				
13h 00	MT (TS)	MT (TS)	MT (TS)	MT (TS)	MT (TS)				
14h 00	"CROSS & STRONG FIGHT (TS) (Confirme sua Presença)"	"CROSS & STRONG FIGHT (TS) (Confirme sua Presença)"	"CROSS & STRONG FIGHT (TS) (Confirme sua Presença)"	"CROSS & STRONG FIGHT (TS) (Confirme sua Presença)"	Disponivel p/ nova turma				
15h 00	KBX/Boxe (TS)	MT (TS) TF	KBX/Boxe (TS)	MT (TS) TF	KBX/Boxe (TS)				
16h 00	KRAV (JS) TF	Boxe (EP) TF	KRAV (JS) TF	Boxe (EP) TF	KRAV (JS) TF				
		ABS FIGHT (MA) (Confirme sua Presença)		ABS FIGHT (MA) (Confirme sua Presença)					
17h 00	IMOOGI-DO (JS) (Arte dos Samurais Coreanos) Hapkido - Taekwondo - Kumdo TF	KBX/Boxe (EP)	IMOOGI-DO (JS) (Arte dos Samurais Coreanos) Hapkido - Taekwondo - Kumdo TF	KBX/Boxe (EP)	KBX/Boxe (EP)				
18h 00	MT (JS) TF	CROSS FIGHT & STRONG FIGHT (Confirme sua Presença)	MT (JS) TF	CROSS FIGHT & STRONG FIGHT (Confirme sua Presença)	Disponivel p/ nova turma				
		Boxe (EP) TF		Boxe (EP) TF	Disponivel p/ nova turma				
19h 00	Boxe/KBX (JS)	ABS FIGHT (MA) (Confirme sua Presença)	Boxe/KBX (JS)	ABS FIGHT (MA) (Confirme sua Presença)	Boxe/KBX (EP)				
		KBX/Boxe (EP)		KBX/Boxe (EP)					
20h 00	KRAV/Boxe (JS)	Boxe (EP) TF	KRAV/Boxe (JS)	Boxe (EP) TF	Boxe/KBX (EP)				
		CROSS FIGHT & STRONG FIGHT (Confirme sua Presença)		CROSS FIGHT & STRONG FIGHT (Confirme sua Presença)					
21h00	IMOOGI-DO (JS) (Arte dos Samurais Coreanos) Hapkido - Taekwondo - Kumdo	KRTJ (DV)	IMOOGI-DO (JS) (Arte dos Samurais Coreanos) Hapkido - Taekwondo - Kumdo	KRTJ (DV)					
		ABS FIGHT (MA) (Confirme sua Presença)		ABS FIGHT (MA) (Confirme sua Presença)					
22h 00	Disponivel p/ nova turma	Disponivel p/ nova turma	Disponivel p/ nova turma	Disponivel p/ nova turma	Disponivel p/ nova turma				
	Disponivel p/ nova turma	Disponivel p/ nova turma	Disponivel p/ nova turma	Disponivel p/ nova turma	Disponivel p/ nova turma				
23h00	Disponivel p/ nova turma	Disponivel p/ nova turma	Disponivel p/ nova turma	Disponivel p/ nova turma	Disponivel p/ nova turma				
00h00	Disponivel p/ nova turma	Disponivel p/ nova turma	Disponivel p/ nova turma	Disponivel p/ nova turma	Disponivel p/ nova turma				
MT (MUAY THAI) BOXE KRTJ (GOJU-RYU KARATE) FULL CONTACT (Mix KRT & TKD) CROSS & STRONG FIGHT: TRABALHO COM EXERCICIOS FUNCIONAIS E FORÇA VOLTADO PARA LUTAS KBX (KICKBOXING) TKD (TAEKWONDO) IMOOGI-DO (TKD,HKD & KMD) KRAV (DPU KRAV MAGA BR) ABS FIGHT (TREINO COM ENFASE EM ABDOMEN VOLTADO PARA LUTAS)									
JS: MESTRE JEFFERSON TS: THIAGO SPADARI   TD: TIAGO Dragões TKD   EP: ESTAGIARIO PEDRO   DV: SENPAI DEVID									
GRUPO IMOOGI ACADEMIAS									
UNIDADE 1 - CENTRO DE TREINAMENTO IMOOGI ACADEMIA				UNIDADE 2 - IMOOGI ACADEMIA SÃO BERNARDO PLAZA SHOPPING					
AV. SENADOR VERGUEIRO, 4183 - 2º ANDAR - RUDGE RAMOS - SBC				AV. ROTARY, 624 - CENTRO - SBC   LOJA 2082					