

# O Departamento de Educação Física da UNITAU oferece aos alunos de todas as graduações atividade física com saúde.

A Universidade de Taubaté (UNITAU) está com inscrições abertas para a **disciplina facultativa de Prática Desportiva**. Alunos de graduação interessados em praticar atividade física na Unitau podem cadastrar-se observando as seguintes orientações.

A disciplina pode ser cursada por alunos de todas as graduações, e oferece para o 1º semestre/2024 um total de 250 vagas. As atividades oferecidas são Musculação (200 vagas) e Natação (50 vagas).

As aulas acontecem no *campus* do Bom Conselho, localizado na Avenida Tiradentes, nº 500. (horário abaixo)

As inscrições se iniciam na semana de 19 a 23 de fevereiro, no Salão de Musculação do campus Bom Conselho nos seguintes dias e horários:

Quarta 21/2 das 17h às 19h.

Quinta 22/2 das 17h às 19h.

Sexta 23/2 das 11h10 às 13h.

A partir do dia 26/2 as inscrições serão realizadas nos horários de aula abaixo, menos às sextas-feiras - período da tarde (16h30 às 19h). O aluno deverá preencher a ficha de inscrição que será **entregue** pelo professor responsável garantindo a vaga. (não serão aceitas fichas impressas do site de anos anteriores)

No ato da inscrição será feito o preenchimento na referida ficha acima do PARQ “Questionário de Prontidão para Atividade Física”, (Lei 16.724/18 – ALESP), e **caso necessário**, o(a) aluno(a) será direcionado ao Serviço Médico da Unitau para avaliação clínica e posterior liberação para iniciar as aulas práticas.

Para efetivar a inscrição, após o preenchimento da ficha garantindo a vaga, deve realizar o pagamento do boleto de inscrição – “exame médico” - no valor de R\$ 32,00 que deve ser acessado via MentorWeb (online). A taxa é única, podendo cursar as duas modalidades dentro da disponibilidade das vagas.

Não pagar a taxa sem antes preencher a ficha de inscrição na presença do professor responsável. O pagamento da taxa não garante a vaga.

PRÁTICA DESPORTIVA - MODALIDADES					
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
11h10 às 12h	MUSCULAÇÃO		MUSCULAÇÃO		MUSCULAÇÃO NATAÇÃO
12h às 12h50	MUSCULAÇÃO				MUSCULAÇÃO
16h30 às 17h20	MUSCULAÇÃO		MUSCULAÇÃO	NATAÇÃO	MUSCULAÇÃO
17h20 às 18h10	MUSCULAÇÃO	MUSCULAÇÃO	MUSCULAÇÃO	MUSCULAÇÃO	MUSCULAÇÃO
18h10 às 19h	MUSCULAÇÃO	MUSCULAÇÃO	MUSCULAÇÃO	MUSCULAÇÃO	MUSCULAÇÃO

Horário de aula da Prática Desportiva – 1º semestre 2024

Horário sujeito a alterações.