

GRADE GERAL DE HORÁRIOS • ALLIANCE VILA CLEMENTINO							2 TATAMES INTEGRADOS
HORÁRIO	TATAME	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
06:00	Tatame 1	Intermediário / Avançado	Iniciante	Intermediário / Avançado	Iniciante	Intermediário / Avançado	—
07:00	Tatame 1	Iniciante	Intermediário / Avançado	Iniciante	Intermediário / Avançado	Iniciante	—
08:00	Tatame 1	Intermediário / Avançado	Little (5-7) / Warrior (8-12)	Intermediário / Avançado	Little (5-7) / Warrior (8-12)	Intermediário / Avançado	—
	Tatame 2	—	Iniciante	—	Iniciante	—	—
09:00	Tatame 1	Little (5-7) / Warrior (8-12)	Baby Eagle (4-5 anos)	Little (5-7) / Warrior (8-12)	Baby Eagle (4-5 anos)	Little (5-7) / Warrior (8-12)	—
12:15	Tatame 1	Iniciante	Intermediário / Avançado	Iniciante	Intermediário / Avançado	Iniciante	—
16:30	Tatame 1	Little (5-7) / Warrior (8-12)	Little (5-7) / Warrior (8-12)	Little (5-7) / Warrior (8-12)	Little (5-7) / Warrior (8-12)	Little (5-7) / Warrior (8-12)	—
17:30	Tatame 1	Eagle Youth (13-15 anos)	Eagle Youth (13-15 anos)	Eagle Youth (13-15 anos)	Eagle Youth (13-15 anos)	Eagle Youth (13-15 anos)	—
	Tatame 2	Iniciante	Intermediário / Avançado	Iniciante	Intermediário / Avançado	Iniciante	—
18:30	Tatame 1	Iniciante	Intermediário / Avançado	Iniciante	Intermediário / Avançado	Iniciante	—
	Tatame 2	Little Eagle (5 a 7 anos)	Baby Eagle (4 a 5 anos)	Little Eagle (5 a 7 anos)	Baby Eagle (4 a 5 anos)	Little Eagle (5 a 7 anos)	—
19:30	Tatame 1	Intermediário / Avançado	Iniciante	Intermediário / Avançado	Iniciante	Intermediário / Avançado	—
	Tatame 2	Eagle Warrior (8 a 12 anos)	Little Eagle (5 a 7 anos)	Eagle Warrior (8 a 12 anos)	Little Eagle (5 a 7 anos)	Eagle Warrior (8 a 12 anos)	—
20:30	Tatame 1	Iniciante	Intermediário / Avançado	Iniciante	Intermediário / Avançado	★ No-Gi (Sem Kimono)	—
10:00	Tatame 1	—	—	—	—	—	Adulto • Todos os Níveis
	Tatame 2	—	—	—	—	—	★ ALLIANCE FUTURE (3 a 15 anos)
11:00	Tatame 1	—	—	—	—	—	Treino Livre / Open Mat

METODOLOGIA OFICIAL

PROGRAMAS ALLIANCE FUTURE & ADULTO

Dois Tatames Simultâneos • Treino Familiar Integrado

Iniciante (Fundamentos)

Baby Eagle (4 a 5 anos)

Intermediário / Avançado

Little Eagle (5 a 7 anos)

Adulto (Todos os Níveis)

Eagle Warrior (8 a 12 anos)

★ No-Gi (Sem Kimono)

Eagle Youth (13 a 15 anos)