



GRACIE BARRA BOAVISTA

HORÁRIO ADULTOS

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA		SÁBADO
7:00		GB 2	GB 1	GB 2	GB 1	11:00	GB 1
8:00		GB 2 SPARRING	GB 2 SPARRING	GB 2 SPARRING	GB 2 SPARRING	12:00	GB 2 SPARRING
12:15	GB 1 GB 2	GB 1	GB 1 GB 2	GB 1	GB 1 NO GI GB 2 NO GI	12:30	GB 2 COMPETIÇÃO
13:15	GB 2 SPARRING	GB 2 SPARRING	GB 2 SPARRING	GB 2 SPARRING	GB 2 NO GI SPARRING		
19:00	GB 1	GB 2	GB 1	GB 2	GB 1 NO GI		
20:00	GB 2	GB 1	GB STUDY HALL	GB 1	GB 2 NO GI		
21:00	GB 2 SPARRING	GB 2 SPARRING		GB 2 SPARRING	GB 2 NO GI SPARRING		

GB 1 Fundamentos
Todos os níveis

GB 2 Avançado
Faixa branca 3 graus +

GB F Curriculum Feminino
Último sábado de cada mês