



PROGRAMAÇÃO XVI JORNADA ANTIESTRESSE – PERÍODO MATUTINO

DATA: 20/05/2016 (sexta-feira)

HORÁRIO: DAS 8h ÀS 11h



Atividade	Horário	Senhas	Local
Café da manhã	9h20 – 9h50		Corredor
Dança Circular	8h – 9h	25 senhas**	Sala 228
Nutrição	8h – 11h		Sala 204
Sala de Jogos	8h – 11h		Sala 205
Desenho Livre	8h – 11h		Corredor
Reiki	8h – 11h	30 senhas**	Sala 206
Cafunódromo	8h – 11h		Sala 208
Relaxamento corporal na psicologia	8h – 9h e 9h – 11h	50 senhas**	Sala 232
Alongamento	8h20 – 9h e 9h20 – 10h		Praça da Árvore
Karaokê	8h30 – 11h	40 senhas**	Sala 231
Yoga	9h – 10h45	20 senhas**	Sala 207
Massagem	9h – 11h	12 senhas**	Sala 233
Psicodrama	9h – 11h		Sala 222
Relaxamento Profundo	9h – 11h	75 senhas**	Sala 210
DJ	9h – 11h		Auditório 201
Música clássica	9h – 11h		Entrada principal

*Conferir salas com os organizadores no dia do evento.

**Retirar senhas com os responsáveis pelas salas.