

Dia do Desafio

**Campus São Paulo
e Reitoria**

**29 DE MAIO DE
2024**

Programação

* Quick Massagem

09h30 - 12h e 13h - 17h

Local: Saúde do Servidor (CSS)

Aferição de Pressão e Glicemia

09h - 12h / 14h - 17h

Local: Saguão do *Campus SPO*

Abertura e café da manhã

09h - 10h

Local: Auditório SP1 (*Campus SPO*)

Caminhada

10h

Ponto de encontro: Auditório SP1 (*Campus SPO*)

* Bingo beneficente (ajuda às vítimas do RS)

11h

Local: Auditório SP1 (*Campus SPO*)

Aula de Pilates

13h30

Local: Ginásio

Aula de Alongamento

15h

Local: Saguão do *Campus SPO*

Voleibol e Futsal

18h30

Local: Ginásio

Realização: *Campus São Paulo e Reitoria*

* Consulte o regulamento.

Dia do Desafio

**Campus São Paulo
e Reitoria**

**29 DE MAIO DE
2024**

Regulamento

Quick Massagem

09h30 - 12h e 13h - 17h

Local: Coordenadoria de Saúde do Servidor (CSS)

A realização dessa atividade requer agendamento que deve ser realizado utilizando o link - bit.ly/3wHxUD2

Não haverá tolerância de atraso, chegue com antecedência!



* Bingo beneficente (ajuda às vítimas do RS)

11h

Local: Auditório SP1 (*Campus SPO*)

O prêmio principal será uma cesta de chocolates, doada pelo *Campus São Paulo*.

Para participar do Bingo, pedimos que tragam 1kg de alimento não perecível (exceto sal e açúcar). Os alimentos arrecadados serão destinados às vítimas das inundações do Rio Grande do Sul.

Recomendamos a utilização de roupas leves e tênis.