

Setembro 2025

**Sesc Thermas de
Presidente Prudente**



Guia de Programação






Acesse a versão PDF do guia para pessoas com deficiência visual

Classificação indicativa


Atribuída oficialmente
ou autotransmitida

L	AL	Livre	14	A14	14 anos
10	A10	10 anos	16	A16	16 anos
12	A12	12 anos	18	A18	18 anos


Legendas de Acessibilidade




braile




legenda
closed
caption




audio-
descrição




legenda
open
caption




legendas




formato
alternativo




recursos
táteis



libras



cão-guia



acessível

Em estabelecimentos de uso coletivo, é assegurado o acompanhamento de cão-guia. As unidades do Sesc estão preparadas para receber todos os públicos.

Funcionamento

Terça a sexta, 8h às 20h.
Sábados, domingos e feriados, 9h às 18h.
Dia 7 e 14/9, domingos (feriados), a unidade funciona das 9h às 18h.

Ingressos

A venda de ingressos para shows e espetáculos no Sesc São Paulo tem início semanalmente, em dois lotes.
On-line: às terças-feiras, a partir das 17h.
Presencial, nas bilheteria das unidades: às quartas-feiras, a partir das 17h.

O portal do Sesc São Paulo traz informações completas sobre datas de venda, preços, limitações de ingresso por pessoa e meios de aquisição – on-line, via aplicativo Credencial Sesc SP ou Central de Relacionamento Digital, ou presencialmente nas unidades. Consulte a política de venda de ingressos na seção Termos de Uso em sescsp.org.br

Inscrições on-line

Acesse sescsp.org.br/prudente ou o aplicativo Credencial Sesc SP

Preços

- **Credencial Plena:** Pessoa trabalhadora do comércio de bens, serviços e turismo credenciada no Sesc e dependentes.
- **Meia-Entrada:** Pessoa aposentada, com mais de 60 anos, com deficiência, estudante e servidora de escola pública com comprovante.
- ▲ **Inteira.**



Este guia traz os destaques da programação da unidade de Presidente Prudente. Consulte a programação completa, inclusive das unidades da capital e litoral, em sescsp.org.br. Programação sujeita a alterações.

6	Shows e Espetáculos
9	Exposições
11	Cinema
12	Cursos, Oficinas e Encontros
18	Semana Move
25	Esporte e Atividades Físicas
30	Crianças
33	Pessoas Idosas
35	Saúde
36	Agenda de Destaques



Editorial

Ah, setembro! No mês em que a primavera dá as caras e começamos a nos preparar para o verão, o Sesc Thermas te convida para acompanhar e participar de mais uma edição da Semana Move, que este ano ocorre de 22 a 28 de setembro, oferecendo atividades físicas e esportivas de forma gratuita.

Organizada pelo Sesc São Paulo, o intuito desta Campanha latino-americana é mobilizar pessoas e sensibilizar toda a comunidade através de uma programação diversa e acessível, ressaltando a importância de ser uma pessoa ativa e em constante movimento.

Durante o mês de setembro, acontecem várias atividades gratuitas e sem a necessidade de inscrição prévia, como vivências em diversas modalidades esportivas e práticas corporais. Além disso, aulas abertas e bate-papo com ex-atletas oportunizam experiências e servem como estímulo, tanto para quem já vivencia e se alimenta deste estilo de vida, quanto para quem está iniciando sua trajetória físico-esportiva em busca de melhor qualidade de vida.

E como não poderia ser diferente, marcando o encerramento da



Corrida - Etapa Presidente Prudente

Semana Move acontece mais uma edição da Etapa de Presidente Prudente do Circuito Sesc de Corridas. A prova, que acontece nas ruas do entorno do Parque do Povo nas modalidades Caminhada, Corrida de 5k e Corrida de 10k, é uma das mais tradicionais da região do Oeste Paulista e, além de fomentar e incentivar a prática, visa valorizar e dialogar com um dos principais cartões postais do território, o Parque do Povo.

Mas não é só de esporte e atividade física que vive o Sesc! Ao longo do mês das flores, diversas outras ações, vivências e oficinas acontecem por aqui. O Projeto Palco Território continua a todo vapor, assim como as exhibições de filmes nas sessões de Cinema. Os shows de sábado agitam a Área de Convivência da Unidade, enquanto os espetáculos de circo e teatro trazem a magia e o encantamento aos domingos em família.

Ah, e não podemos nos esquecer da Feira de Pequenos Produtores, iniciativa que fortalece a agroecologia e iniciativas socioambientais de territórios da região... Viu só quanta coisa? E ainda tem mais! Vem para o Sesc Thermas!





Foto: Gasalucinação

Show Franco das Camélias

Shows e Espetáculos

MÚSICA

MPB

FRANCO DAS CAMÉLIAS

Show "Lá pras bandas do Magrebe"

Artista residente em Prudente desde 2021, transita por gêneros como rock, flamenco, tango e a sonoridade do movimento armorial. Neste show, Das Camélias é acompanhado pelos músicos Zé Barbosa (guitarra e violão), Robson Soares (baixo) e Zé Junqueira (bateria).

Dia 6/9.

Sábado, 16h.

Área de Convivência.

Grátis. [AL](#)

Samba

FINA ESTAMPA

Formado em 2008 por Luiz Ramos e hoje composto por ele, Thaise Torres, Inácio Bratfisch, Wanderley Abelo e Claudinho, o grupo apresenta clássicos do choro e do samba, interpretando obras de Noel Rosa, Cartola, Pixinguinha, Ivone Lara, Paulinho da Viola, entre outros grandes nomes da música popular brasileira.

Dia 13/9.

Sábado, 16h.

Área de Convivência.

Grátis. [AL](#)

Rap

ALLIBLACK**Show "Raízes Ancestrais"**

Celebrar e dar visibilidade à arte daquelas que fizeram história: este é o propósito do show em que Alliblack, artista residente em Prudente desde 2013, interpreta músicas imortalizadas nas vozes de mulheres negras empregando a base rítmica do rap, além de cantar composições próprias, endossando a força e a relevância da cultura hip hop.

Dia 20/9.**Sábado, 16h.**Área de
Convivência.Grátis. [AL](#)

Música Extrema

KINOGLASS

Há cerca de 7 anos no cenário underground, o trio aposta em uma formação ousada, sem guitarras, sustentando o peso e o caos com contrabaixo elétrico, bateria e vocais agressivos, reinventando a sonoridade do metal. Bebe da fonte do technical death metal, nu metal, punk e até elementos de jazz, tudo atravessado por uma estética agressiva, moderna e tecnológica para ressignificar a música extrema.

Dia 27/9.**Sábado, 16h.**Área de
Convivência.Grátis. [AL](#)**Show Kinoglass**



Foto: Bruna Silva

Palco Território Noite das Mal Dormidas

TEATRO

PALCO TERRITÓRIO

Projeto que tem como objetivo a valorização e o fomento para produção em artes cênicas em Presidente Prudente e região.

Espetáculo

NOITE DAS MAL DORMIDAS

**Com Felipe Kemp, Marcus Andrade.
e Thiago Cardoso | 75 min.**

Baseado no texto de Niels Petersen, a peça nos conduz ao universo de Hortência, Margarida e Dalva, três senhoras confinadas em um apartamento sob a vigilância opressiva de uma delas, que assume o papel simbólico de Inquisidor. Em um cotidiano tragicômico, revelam-se fissuras de uma moralidade rígida, expondo medos, solidão e desejo. A encenação foge ao realismo tradicional, explorando o absurdo das situações e acentuando, com humor e estranhamento, a rigidez e o comportamento reprimido dessas personagens.

Dia 18/9.

Quinta, 20h30.

Área de Convivência.

Grátis. **A16**

Ingressos (2 por pessoa) on-line e na Central de Relacionamento a partir das 12h do dia do espetáculo.

Acessibilidade:

 Libras.

Exposições

Intervenção artística

A LUTA PELA VIDA É A RECUPERAÇÃO DA ESPERANÇA: ARTE MURAL INDÍGENA **Com Tamikuã Txihi, indígena multiartista.**

Tendo a onça como símbolo de inspiração, a artista indígena Tamikuã Txihi traz aos muros do Sesc Thermas pinturas que estão intimamente ligadas às memórias do seu povo Pataxó e em especial às vivências compartilhadas com sua mãe e avó. Sua arte tem como mote central a resistência e a luta pela defesa e recuperação dos territórios dos povos originários de Pindorama-Brasil.

Terça a sexta,
8h às 19h30.

Sábados,
domingos e
feriados,
9h às 17h30.

Bosque.

Todas as idades.



Intervenção A Luta pela Vida é a Recuperação da Esperança

Foto: Tamikua Txihi



Foto: Malla Alves

Intervenção Origens da Terra: Arte Mural com Tintas Naturais

Intervenção artística

BORA? VER DO ALTO NO MURO

Com a artista plástica e educadora, Bianca Habib.

Através de elementos gráficos, reproduzidos pela técnica de stencil, a artista coloca no mural voltado para o Bosque do Sesc Thermas bichos, palavras e representações da cidade que convidam a deslocar o olhar e o sentir para a forma de viver dos animais nativos, dentre eles pássaros, capivaras, macacos, tatus e outros bichos.

**Terça a sexta,
8h às 20h.**

**Sábados,
domingos
e feriados,
9h às 18h.**

Bosque.

Todas as idades.
Grátis.

Intervenção artística

ORIGENS DA TERRA:**ARTE MURAL COM TINTAS NATURAIS**

Com o artista visual orgânico Jhon Bermond e o artista indígena André Hulk.

A composição traz narrativas ancestrais e simbologias culturais da região, celebrando a riqueza socioambiental do território e ressaltando a importância dos povos originários, seus grafismos, utensílios, artesanatos e cosmologia. Todo o mural é feito com tintas naturais coletadas na região.

**Terça a sexta,
8h às 20h.**

**Sábados,
domingos
e feriados,
9h às 18h.**

Bosque.

Grátis.
Todas as idades.



Foto: Reprodução

Exibição Cidade, Substantivo Feminino?

Cinema

Exibição

MEMÓRIAS DA DITADURA NO OESTE PAULISTA

Dir.: Cláudio Santos e Matheus Maturano

Brasil | 2024 | 33 min.

Uma imersão na história e nas vivências das comunidades de Presidente Prudente durante os sombrios anos da ditadura militar no Brasil. Por meio de relatos e depoimentos daqueles que viveram este período, o documentário revela as histórias de resistência, solidariedade e coragem que permearam a cidade e os arredores durante os anos de repressão política, entre 1964 e 1985. Após a sessão, haverá um bate-papo com os diretores do filme.

Dia 16/9.

Terça, 20h

Área de Convivência.

Grátis. **16**

Ingressos (2 por pessoa) on-line e na Central de Relacionamento a partir das 12h do dia da exibição.

Exibição

CIDADE, SUBSTANTIVO FEMININO?

Dir.: Laraizis Toni | Codireção: Zero

| Brasil | 2025 | 40 min.

O documentário traz como temáticas os eixos arte, cidade e mobilidade urbana. Idealizado pela artista multimídia Lizis, busca uma conexão direta com seu trabalho de arte com lambe-lambe. Aborda, de forma crítica, a mobilidade sob a ótica de mulheres de Presidente Prudente, por meio de depoimentos e registros de sua realidade em diferentes dinâmicas de locomoção. Após a sessão, haverá um bate-papo com os realizadores do filme.

Dia 23/9.

Terça, 20h.

Área de Convivência.

Grátis. **16**

Ingressos (2 por pessoa) on-line e na Central de Relacionamento a partir das 12h do dia da exibição.



Foto: Pexels

Oficina Café com Sentido: Cultura, Natureza e Percepção

Cursos, oficinas e encontros

ALIMENTAÇÃO

Oficina

CAFÉ COM SENTIDO: CULTURA, NATUREZA E PERCEPÇÃO Com Deborah Veneziano.

Uma vivência sensorial com café especial amazônico, produzido em Rondônia por meio de sistemas agroflorestais – um café que carrega sabor, história e conexão com a natureza. Vamos explorar os cinco sentidos através de dinâmicas práticas com alimentos, aromas e diferentes estímulos sensoriais. Você vai aprender a construir sua própria biblioteca sensorial e entender como formas, cores e memórias interferem na forma como percebemos os sabores.

Dia 13/9.
Sábado,
14h30 às 16h30.
Quiosque.
Grátis.
A partir de
16 anos.
Senhas no local
30 minutos antes.

ARTES VISUAIS

Oficina

**ATELIÊ DE PRÁTICAS ARTÍSTICAS:
MODELAGEM MANUAL CERÂMICA****Com a arquiteta e****ceramista Madu Sugimoto (Ateliê Katu).**

Experimentação de diversas práticas no campo das artes visuais e plásticas como desenho, pintura, escultura, grafismos, lambe, estêncil, colagem, graffiti, entre outras.

A cada mês, diferentes técnicas serão trabalhadas, sempre norteadas por um eixo de discussão sobre o fazer artístico proposto. Os participantes terão à disposição materiais e suporte para realizar exercícios orientados e desenvolver suas próprias ideias.

Maria Eduarda Sugimoto é ceramista e arte-educadora, desenvolve trabalhos autorais e vivências que exploram a cerâmica de alta temperatura como meio de expressão, unindo técnica, experimentação e processo criativo através do fazer manual e reconexão com a terra.

De 4 a 25/9.**Quintas,
18h às 20h.**

Espaço de
Tecnologias e Artes.
Grátis.

A partir de 14 anos.
Senhas no local.

Limitado à
capacidade
do espaço.

**Oficina** Ateliê de práticas artísticas: Modelagem Manual Cerâmica

LITERATURA

Oficina

HISTÓRIAS EM QUADRINHOS COLABORATIVAS**Com o artista visual Caeto Melo.**

Você já imaginou criar uma história em quadrinhos junto com outras pessoas? Com técnicas básicas de desenho e arte-final, os participantes mergulham em uma dinâmica colaborativa, onde cada um contribui com uma parte da história em forma de imagens. A proposta valoriza a criatividade coletiva, promove interação entre os participantes e desperta o gosto pela narrativa visual.

Dia 28/9.**Domingo, 14h30.**

Quiosque.

Grátis.

A partir de 6 anos

Senhas no local

30 minutos antes.

MEIO AMBIENTE

FLORESTAR: ÁREAS VERDES EDUCADORAS

O projeto tem como objetivo ampliar o caráter educativo das áreas verdes, por meio da contemplação, informação, experiências sensoriais e ações educativas regulares, no âmbito da Unidade, como também de sua vizinhança.

Curso

SISTEMAS AGROFLORESTAIS**COM FOCO EM CAFÉ****Com Anderson Arcanjoletto e Angélica Faccirolli, do Sítio Santa Terra.**

O curso tem por objetivo apresentar os princípios dos sistemas agroflorestais com ênfase na produção agroecológica de café. A atividade será dividida entre momentos teóricos e vivências práticas, promovendo uma experiência completa sobre o plantio, o manejo e os benefícios ambientais, sociais e econômicos das agroflorestas.

Dia 13/9.**Sábado,****9h30 às 13h.**

Quiosque.

Grátis.

A partir de 14 anos.

Inscrições on-line
de 2 a 13/9.**Curso** Sistemas Agroflorestais com Foco em Café

Foto: Anderson Arcanjoletto



Foto: Maíla Alves

Feira de Pequenos Produtores

Oficina

AGROFLORESTA PARA PEQUENOS AGRICULTORES

Com Anderson Arcanjoletto e Angélica Facirolli, do Sítio Santa Terra.

Sob abordagem lúdica, a oficina apresenta o universo agroflorestal para as crianças, utilizando contação de histórias, ilustrações e práticas de plantio. O objetivo é cultivar consciência ecológica e valorizar a natureza de forma divertida e educativa.

Dia 14/9.

Domingo, 10h30 às 12h30.

Horta.

Grátis.

De 3 a 12 anos.

Senhas no local

30 minutos antes.

FEIRA DE PEQUENOS PRODUTORES

Com agricultoras(es) e produtoras(es) de Presidente Prudente e região.

Realizada mensalmente, visando fomentar a agroecologia e as principais iniciativas socioambientais da região. Cada produto ofertado é o ponto de partida para a criação de uma rede entre o rural e o urbano, aproximando produtores e consumidores, fortalecendo a agricultura familiar agroecológica e os artesãos e artesãs locais.

Dia 20/9.

Sábado, 9h30 às 13h.

Quintal.

Grátis.

Todas as idades.

Vivência

AGROECOLOGIA NA PRÁTICA: ESPERANÇAR

Com a agricultora e educadora Tatiana Jo, da Esperançar Agroecologia.

Encontros mensais para cuidar das hortas do Sesc Thermas com a orientação de diferentes iniciativas agroecológicas da região. No encontro de setembro, Tatiana Jo compartilha a prática da Esperançar Agroecologia na qual conduz os participantes na realização dos manejos, colheitas, adubações e novos plantios nas áreas de cultivo da unidade.

Dia 21/9.

Domingo, 15h às 17h30.

Horta.

Grátis.

Todas as idades.

TECNOLOGIAS E ARTES

Oficina

LABORATÓRIO DE COSTURA**Com a artesã e designer de moda Juliana Spoladore.**

Ateliê livre com máquinas de costura disponíveis para aqueles que são iniciantes ou avançados na arte da costura, permitindo dar continuidade a projetos existentes, estudos ou iniciar novas criações. O espaço sempre terá mediação de uma costureira experiente

De 3 a 24/9.

**Quartas,
14h30 às 16h30
(turma avançada)
e 18h às 20h
(turma iniciante)**

Espaço de
Tecnologias e Artes.
Grátis.

A partir de 14 anos.
Senhas no local.

Limitado à
capacidade
do espaço.

Oficina

EXPLORANDO OBRAS E MUSEUS**COM GOOGLE ARTS & CULTURE****Com educador do Espaço de Tecnologia e Artes do Sesc.**

Aprenda a explorar a plataforma da Google que permite o acesso a diversos acervos culturais on-line, como obras de arte e documentos históricos que estão salvaguardados em museus e instituições ao redor do mundo.

Dia 13 e 14/9.

**Sábado e
Domingo,
10h30 às 12h.**

Espaço de
Tecnologias
e Artes.
Grátis.

A partir de 14 anos.
Inscrições on-line
de 3 a 13/9.

Curso

AUTONOMIA DIGITAL**Com educador do Espaço de Tecnologias e Artes do Sesc.**

Encontros para troca de ideias e conhecimentos práticos sobre aspectos de segurança digital, dicas, aplicativos interessantes e outros temas sobre autonomia no uso do celular e outros equipamentos digitais.

Encontro 1: Aplicativos como ferramentas para a criatividade

Encontro 2: Aplicativos para planejamento e organização de viagens

Encontro 3: Aplicativos de serviço e informações do governo federal

De 16 a 30/9.

**Terças,
14h30 às 16h.**

Espaço de
Tecnologias e Artes.
Grátis.

A partir de 16 anos.
Inscrições on-line
de 3 a 16/9.

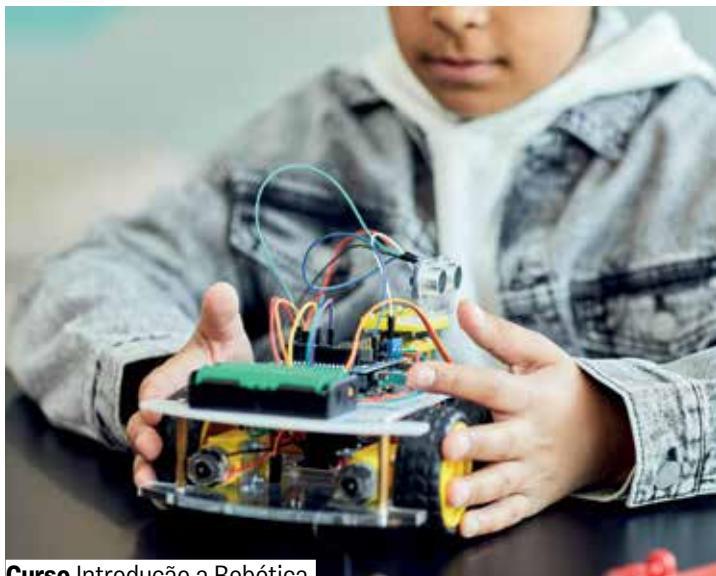


Foto: Pexels

Curso Introdução a Robótica

Curso

INTRODUÇÃO À ROBÓTICA**Com educador do Espaço de Tecnologias e Artes do Sesc.**

Incentivando atividades de construção e modelagem de protótipos de baixo custo, o curso desenvolve exercícios em plataformas digitais sobre programação e lógica. Em cada encontro, o participante aprende sobre um novo componente eletrônico, que será utilizado para incorporar partes de um robô.

De 16 a 30/9.**Terças,
18h às 19h30.**Espaço de
Tecnologias
e Artes.

Grátis.

A partir de 12 anos.

Inscrições on-line
de 3 a 16/9.

Oficina

CONHECENDO O VIAJANTE DO GOOGLE EARTH**Com o educador do Espaço de Tecnologias e Artes do Sesc.**

Com as ferramentas de criação do Google Earth, você pode explorar, colaborar, produzir e compartilhar histórias digitais mapeadas em qualquer ponto do planeta. Nesta oficina, por meio de uma experiência educativa e imersiva, conheça essas e outras funcionalidades da ferramenta “O Viajante”.

Dia 27/9.**Sábado,
10h30 às 12h.****Dia 28/9.****Domingo,
10h30 às 12h.**Espaço de
Tecnologias
e Artes.

Grátis.

A partir de 14 anos.

Inscrições on-line
de 16 a 27/9.

Semana Move

A Semana Move é uma campanha latino-americana de promoção da prática de esportes e atividades físicas em que instituições de caráter privado, público e ONGS organizam por 9 dias do mês de setembro atividades de acesso livre para sua comunidade desenhadas para incluir e motivar pessoas de todas as faixas etárias e estratos sociais para a prática.



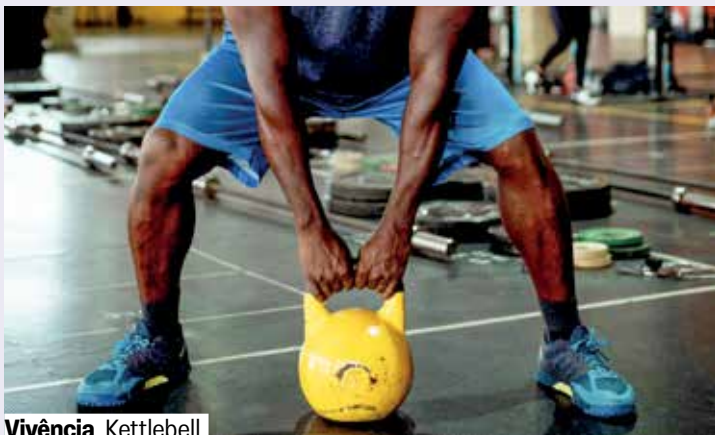


Foto: Pexels

Vivência Kettlebell

Vivência

CORRENDO NA FIRMA

Em ritmo de Semana Move e às vésperas de mais uma etapa do Circuito Sesc de Corridas na nossa cidade, as equipes físico-esportiva e de fisioterapia do Sesc Thermas visitam empresas do setor de comércio levando dicas valiosas para quem quer começar a correr.

Dias 24 e 25/9.

**Quarta e quinta,
9h às 10h30.**

Em empresas do comércio de bens, serviços e turismo.

Vivência

KETTLEBELL

Com Fábio Azevedo.

De instrumento utilizado como balança na Rússia Czarista à ferramenta para realizar treinamento de força com grande amplitude de movimentos, o kettlebell também auxilia na estabilidade articular dinâmica, reduzindo riscos de lesões e promovendo ganhos de potência muscular.

De 23 a 26/9.

**Terça a sexta,
18h30 às 19h30.**

Quintal.

Grátis.

A partir de 12 anos.

Entrega de
senha no local.

Vivência

WATSU - RELAXAMENTO FÍSICO E MENTAL

Com Caroline Laghetto.

Prática que alia movimentos suaves, alongamentos e massagens em águas aquecidas, o Watsu é uma técnica que visa estimular a conexão consigo mesmo em diferentes níveis, explorando não só o corpo físico, mas também aspectos emocionais e espirituais.

Para acessar as piscinas, é necessário possuir credencial e exame dermatológico válidos, assim como os trajes de banho adequados.

Dias 25 e 26/9.

**Quinta e sexta,
8h às 10h,
17h30 às 19h30.**

Dia 27/9.

**Sábado,
10h às 11h.**

Parque Aquático.

Grátis.

A partir de 12 anos.



Foto: Tomer Kotler

Vivência Blazepod - Desafio de Reação e Agilidade

Vivência

BLAZEPOD - DESAFIO DE REAÇÃO E AGILIDADE
Com a Equipe Tojan Experience.

Nesta atividade, o foco é testar o tempo de reação das pessoas participantes, promovendo agilidade, coordenação e raciocínio rápido, através de sensores de luzes e movimento.

Dia 27/9.

Sábado,
10h às 17h.

Bosque.

Grátis.

A partir de 12 anos.

Vivência

MINI ATLETISMO: BRINCAR DE SALTAR
Com a equipe Tojan Experience.

Venha aprender brincando com atividades inspiradas no atletismo. Corridas e saltos para movimentar o corpo e se divertir com o esporte.

Dia 27/9.

Sábado,
10h às 17h.

Bosque.

Grátis.

A partir de 6 anos.

Vivência

VOCÊ VELOZ
Com a Equipe Tojan Experiente.

Teste a sua velocidade e supere seus próprios limites.

Dia 27/9.

Sábado,
10h às 17h.

Bosque.

Grátis.

A partir de 12 anos.

Cortejo

RABO DE FOGUETE

Com o Grupo Rosa dos Ventos.

Prepare-se para dar boas risadas enquanto se prepara para nossa corrida. Música ao vivo, acrobacias e muita palhaçada divertem as pessoas desde a retirada do kit até a linha de chegada.

Dia 27/9.

Sábado,

10h, 12h e 16h.

Bosque.

Grátis. [AL](#)

Vivência

QUANTO VOCÊ SALTA?

Com a Equipe da Tojan Experience.

Neste desafio, o intuito é saltar o mais alto que puder. Uma forma divertida e rápida de testar sua impulsão vertical!

Dia 27/9.

Sábado,

10h às 17h.

Bosque.

Grátis.

A partir de 12 anos.

Bate-papo e aula aberta

CORRIDA - DO PAPO À PISTA

Com a ex-atleta Lucélia Peres.

Oportunidade de conhecer de perto a história e receber dicas práticas sobre corrida com a atleta Lucélia Peres, última campeã brasileira da Corrida de São Silvestre.

Dia 27/9.

Sábado,

10h às 12h.

Pista de Caminhada.

Grátis.

A partir de 12 anos.



Bate-papo e aula aberta Corrida - Do Papo à Pista



Foto: Maila Alves

Corrida - Etapa Presidente Prudente

CIRCUITO SESC DE CORRIDAS

Este projeto é um convite à prática de exercícios físicos e à vida saudável. As provas do Circuito Sesc de Corridas acontecem tanto nos grandes centros como em municípios do interior e comunidades periféricas, o que amplia a participação do público e incentiva os iniciantes na modalidade. Outra característica do Circuito é promover a integração dos participantes e seus familiares, por meio de ações de lazer e entretenimento realizadas paralelamente às provas, como jogos educativos, aulas e recreações.

CORRIDA - ETAPA PRESIDENTE PRUDENTE

A etapa de Presidente Prudente do Circuito Sesc de Corridas retorna ao Parque do Povo, um dos principais pontos de convivência da cidade, com provas de 5 km e 10 km para corrida e 5 km para caminhada. A largada está marcada para as 7h, e a arena montada no local recebe ainda uma programação paralela com diversas ações voltadas ao público participante.

Dia 28/9.

**Domingo,
7h às 11h.**

Parque do Povo.

Caminhada: **A12**

Corrida: **A16**

Valores:

● R\$ 20

▲ R\$ 40

Inscrições on-line a partir das 14h de 3/9 exclusivamente para Credencial Plena Sesc. Para o público em geral, a partir de 5/9. Até 22/9 ou enquanto houver disponibilidade de vagas.

RETIRE SEU KIT

Os kits de corredores compostos por camiseta, chip e número de peito devem ser retirados mediante a apresentação do comprovante de inscrição e documentos pessoais. No caso de Credencial Plena, é necessário apresentá-la.

Durante a retirada do kit, convidamos cada participante a colaborar com 1 quilo de alimento não perecível. A arrecadação será destinada a instituições assistenciais da cidade, em ação conjunta do Sesc e da Prefeitura de Presidente Prudente, por meio do Fundo Social de Solidariedade (Decreto Municipal nº 36.440/2025).

**Dias 26 e 27/9.
Sexta e sábado,
10h às 17h.
Bosque.**

Vivência

CORRENDO COM LUCÉLIA PERES

A multicampeã e última brasileira vencedora da Corrida de São Silvestre participa da Etapa de Presidente Prudente do Circuito Sesc de Corridas.

**Dia 28/9.
Domingo, 7h.
Parque do Povo.
Grátis.**

Vivência

MASSAGEM RÁPIDA

Com os técnicos do curso de Massagem Relaxante e Energética do Senac de Presidente Prudente (SP).

As pessoas participantes da Corrida e Caminhada podem vivenciar essa técnica de massagem que também auxilia na recuperação muscular, contribuindo para os cuidados pós prova.

**Dia 28/9.
Domingo,
6h30 às 11h.
Parque do Povo.
Grátis.**



Aula aberta Massagem Rápida

Cortejo

RABO DE FOGUETE

Com o Grupo Rosa dos Ventos.

Sinopse na página 21.

Dia 28/9.

Domingo,

6h30 às 11h.

Parque do Povo.

Grátis. [AL](#)

Vivência

BLAZEPOD - DESAFIO DE REAÇÃO E AGILIDADE

Com a Equipe Tojan Experience.

Sinopse na página 20.

Dia 28/9.

Domingo,

6h30 às 11h.

Parque do Povo.

Grátis.

A partir de 12 anos.

Vivência

MINI ATLETISMO: BRINCAR DE SALTAR

Com a equipe Tojan Experience.

Sinopse na página 20.

Dia 28/9.

Domingo,

6h30 às 11h.

Parque do Povo.

Grátis. A partir

de 6 anos.

Vivência

VOCÊ VELOZ

Com a Equipe Tojan Experience.

Sinopse na página 20.

Dia 28/9.

Domingo,

6h30 às 11h.

Parque do Povo.

Grátis.

A partir de 12 anos.

Vivência

DO ESFORÇO AO EQUILÍBRIO: DESACELERE

Equipe de Fisioterapia Sesc Thermas.

Estimulando os cuidados pós-prova e auxiliando na recuperação muscular, a equipe de Fisioterapia do Sesc Thermas te convida a Desacelerar após a Corrida Move.

Dia 28/9.

Domingo,

6h30 às 11h.

Parque do Povo.

Grátis.

A partir de 16 anos.



Vivência Do Esforço ao Equilíbrio: Desacelere



Foto: Maila Alves

Aula aberta Karatê para Mulheres

Esporte e Atividade física

Aula aberta

KARATÊ PARA MULHERES

Com o Sensei Victor Nishimura.

Arte marcial oriunda do Japão, o Karatê, que significa "mãos vazias" em japonês, alia técnicas de combate à disciplina das lutas. Neste mês de setembro, venha conhecer e vivenciar o Karatê, aliviar o estresse e aprimorar o seu condicionamento físico através dessa prática milenar.

De 3/9 a 24/9.

Quartas,

18h30 às 20h.

Quintal.

Grátis.

A partir de 12 anos.

Aula aberta

MOVIMENTO CONSCIENTE

Com educadores de atividades físico-esportivas do Sesc.

As aulas propõem experiências variadas de práticas corporais, proporcionando assim uma vivência ampla de técnicas, métodos e filosofias que visam o desenvolvimento da consciência corporal e conexão mental. São trabalhados: exercícios respiratórios, de fortalecimento, estabilização, mobilidade articular, alongamento, consciência corporal, posturais, ritmados e de relaxamento.

Terças e quintas,
10h às 11h.

Quintal.

Grátis.

A partir de 12 anos.

Aula aberta

YOGA

Com a instrutora Edna Branco.

Traga seu tapete e venha participar da aula de yoga no nosso Quintal. A prática estimula o equilíbrio a partir de exercícios posturais e de respiração, mesclando tonicidade muscular e relaxamento.

De 7 a 28/9.

Domingos, 10h.

Quintal.

Grátis.

A partir de 12 anos.

Limitado à capac.
do espaço.



Foto: Estevão Salomão

Torneios e campeonatos Tênis de Mesa**COPA SESC DO COMÉRCIO E SERVIÇOS**

Tem como objetivo atender e promover a socialização, ampliando o acesso ao lazer e à difusão da prática de atividades físicas e esportivas. Ela favorece o desenvolvimento integral dos trabalhadores das empresas do comércio de bens, serviços e turismo, seus dependentes e a comunidade em geral.

Torneios e campeonatos

TÊNIS DE MESA

Categoria Individual Mista.

Para participar é necessário ter a Credencial Plena do Sesc SP.

Dia 14/9.

Domingo (feriado),

9h às 14h.

Área de
Convivência.
Grátis.

A partir de
12 anos.
Inscrições de
1 a 10/9 em
[sescsp.org.br/
prudente](http://sescsp.org.br/prudente)

RECREAÇÕES ESPORTIVAS

Atividades que visam incentivar a prática regular das modalidades.

BASQUETE

Orientação com o educador Luiz Waldemar

De 6/9 a 28/9.

Sábados e domingos e feriados, 9h às 12h.

Quadra Esportiva. Grátis. A partir de 12 anos.

BEACH TENNIS

Orientação com o educador Fábio Teixeira

De 6 a 28/9.

Sábados e domingos e feriados, 9h às 12h.

Quadra de Areia. Grátis. A partir de 12 anos.

VÔLEI DE AREIA

Orientação com a educadora Eliane Disaró

De 6/9 a 28/9.

Sábados e domingos e feriados, 15h às 17h30.

Quadra de Areia. Grátis. A partir de 12 anos.

FUTSAL

Orientação com o educador Renan Coutinho

De 6 a 28/9.

Sábados e domingos e feriados, 15h às 17h30.

Quadra Esportiva. Grátis. A partir de 12 anos.

FUTSAL FEMININO

Orientação com a educadora Beth Soares

De 4 a 25/9. Quintas, 18h30 às 20h.

Quadra Esportiva. Grátis. A partir de 12 anos.

TÊNIS DE MESA

Recreação livre

Terças a sextas, 9h às 19h30.

Sábados, domingos e feriados, 9h30 às 13h.

Área de Convivência*. Grátis. A partir de 10 anos.

O Sesc fornece material para os participantes. Não é necessário agendamento.

**O local e os horários podem sofrer pequenos ajustes conforme a realização de atividades programáticas no mesmo espaço.*



Recreação Esportiva Orientada Futsal Feminino



Foto: Maila Alves

Esporte Jovem Basquete Feminino

PROGRAMA SESC DE ESPORTES

Ensino e treino das modalidades esportivas pautados na educação e formação do cidadão, com metodologia adequada a cada faixa etária.

	Terças e quintas	Quartas e sextas	Quintas e domingos
ESPORTE CRIANÇA 6 a 10 anos	14h às 17h		
ESPORTE JOVEM			
Basquete Feminino 13 a 16 anos		16h às 17h30	
ESPORTE ADULTO			
Clube do Futsal A partir de 16 anos		19h às 20h	
Clube do Tênis de Mesa A partir de 16 anos		10h30 às 11h30	
Clube da Corrida A partir de 16 anos			9h às 10h (1 turma por dia)

Grátis.
Pessoas a partir de 70 anos, é necessário apresentar Atestado de Aptidão Física.
Inscrições na Central de Relacionamento* mediante disponibilidade de vagas.

* O atendimento presencial na Central de Relacionamento ocorre mediante agendamento prévio no app aplicativo Credencial Sesc SP ou no site centralrelacionamento.sescsp.org.br



Foto: Maila Alves

Ginástica Multifuncional

GINÁSTICA MULTIFUNCIONAL

Programa desenvolvido nas academias do Sesc SP que oferece treinos individuais, aulas em grupo e treinos coletivos.

Terças a sextas	Sábados	Domingos e feriados
8h às 13h e 15h às 20h	9h às 15h	9h às 13h
● R\$ 50 ▲ R\$ 108	Grátis: 12 a 16 anos	Desconto de 50%: a partir de 60 anos

A partir de 12 anos.
Pessoas a partir de 70 anos, é necessário apresentar Atestado de Aptidão Física.
Inscrições na Central de Relacionamento* mediante disponibilidade de vagas.

PROGRAMA DE ATIVIDADES AQUÁTICAS

Desenvolve competências para possibilitar a segurança do praticante na água, o condicionamento físico, a autonomia e o bem-estar.

CONDICIONAMENTO FÍSICO AQUÁTICO (CFA)

Atividade em grupo que utiliza a água como resistência aos movimentos. Os exercícios estimulam o desenvolvimento da força, da capacidade cardiorrespiratória e a autonomia no meio aquático.

Terças e quintas	Quartas e sextas
8h10 e 18h40	8h10, 9h10 e 18h
● R\$ 17,50 ▲ R\$ 39	Grátis: 12 a 16 anos e pessoas a partir de 60 anos

A partir de 12 anos.
Pessoas a partir de 70 anos, é necessário apresentar Atestado de Aptidão Física.
Inscrições na Central de Relacionamento* mediante disponibilidade de vagas.

* O atendimento presencial na Central de Relacionamento ocorre mediante agendamento prévio no app aplicativo Credencial Sesc SP ou no site centralrelacionamento.sescsp.org.br



Foto: Claudia Abu Alata

Espectáculo circense O Recruta

Crianças

Espectáculo circense

O RECRUTA

Com a Cia. Pano de Chão.

O renomado e condecorado Capitão Floriano é surpreendido por Farolette, um aspirante a palhaçaria que enfrentará diversas provas e desafios até ganhar a sua primeira medalha de honra ao mérito! Mas para isso, o recruta vai ter que vencer o maior de todos os obstáculos, amolecer o coração do capitão.

Dia 7/9 (feriado).

Domingo, 16h.

Área de
Convivência.

Grátis. [AL](#)

Oficina

DESENHO - ÀS VEZES VEJO

DRAGÕES NAS NUVEIS

Com o artista Vitor Dantas.

Olhar para o céu ou mergulhar no oceano desperta a imaginação e inspira narrativas repletas de criaturas fantásticas, entre aventuras e tragédias. Nesta oficina, partimos de trechos da obra O Livro dos Seres Imaginários, de Jorge Luis Borges, para explorar o limite entre realidade e invenção. Com papel e tinta, deixamos as manchas guiarem a criação de novos seres e histórias, que serão reinventados e compartilhados em grupo.

Dia 14/9 (feriado).

**Domingo,
14h30 às 16h30.**

Quiosque.

Grátis. Todas
as idades.

Senhas no local
30 minutos antes.

Espectáculo teatral

MENINO CORAGEM

Com a Cia. Articularte.

Nesta envolvente história, Zaki e Janaína, duas crianças afrodescendentes de uma família remota, se perdem de seus pais e embarcam em aventuras perigosas e divertidas. Atravessando uma floresta sombria e um mar fantástico, contam com a companhia de Uí, um animal de estimação surreal!

Dia 14/9 (feriado).

Domingo, 16h.

Área de
Convivência.

Grátis. **AL**

Contação de história

PESCARIA LITERÁRIA

Com Grupo Urutau de Teatro Experimental.

A Pescaria Literária transforma a leitura em um mergulho divertido! À beira da piscina, crianças e adultos pescam livros de banho com varas de pescar, guiados por um pescador e uma sereia que narram causos e histórias da cultura popular. Um espaço acolhedor com que convida todos a ler, imaginar e brincar com a literatura de um jeito único!

Dia 20/9.

Sábado,

14h30 às 17h30.

Parque Aquático.

Grátis.

Todas as idades.

Vivência

ILHA DA LITERATURA

Com Grupo Urutau de Teatro Experimental.

Um espaço interativo com contação de histórias, brincadeiras populares, figurinos, oficinas e mediação de leitura. A proposta do grupo une arte, educação e diversão para despertar a imaginação e o prazer da leitura em pessoas de todas as idades!

Dia 21/9.

Domingo,

11h às 12h30 e

14h30 às 16h.

Quintal.

Grátis.

Todas as idades.



Espectáculo teatral Menino Coragem

Espetáculo musical

UM MUSICAL DESAFINADO

Com a Cia Bambolina.

Um grupo de amigos precisa fazer um trabalho de ciências e o prazo está se esgotando. Reunidos numa casa na árvore, onde eles se encontram todo dia, recebem a notícia de que precisam sair dali pois a árvore será cortada. Imediatamente eles começam uma aventura para não deixar que a árvore seja derrubada. Em meio a planos e confusões, muita coisa vai acontecer, até essa turminha, ganhar ou perder.

Dia 21/9.

Domingo, 16h.

Área de
Convivência.

Grátis. **AL**

Espetáculo circense

QUAIS QUAIS

Com a Cia Lacozzamia.

Dois palhaços se encontram em uma estação de trem chamada Iracema e se identificam por seus problemas em comum e o amor pelo samba, em especial, músicas do artista Adoniran Barbosa. Dedérsom é um cantor de samba que mora na estação e que costuma cantar para "defender algum", é aí que chega Joel para pegar o trem das onze e que mesmo "sem querer" acaba participando do show.

Dia 28/9.

Domingo, 16h.

Área de
Convivência.

Grátis. **AL**



Espetáculo circense Quais Quais



Foto: Acervo pessoal

Curso Capoeira na Longevidade

Pessoas Idosas

Curso

CAPOEIRA NA LONGEVIDADE

Com o Mestre Nelson.

As aulas propõem a prática para pessoas idosas deste esporte de origem africana, combinando movimentos suaves e dinâmicos, com o som do berimbau e músicas que refletem sua história. Através de exercícios adaptados, o curso busca promover o movimento corporal, a flexibilidade e a socialização, respeitando as necessidades de cada participante, enquanto compartilha a tradição e a cultura da capoeira.

Até 30/10.

**Terças e quintas,
14h30 às 15h30.**

Quintal.

Grátis.

A partir de
55 anos.

Inscrições a
partir das 14h
do dia 26/8
na Central de
Relacionamento
(mediante
agendamento).

Curso

DANÇA

Com o prof. Chico Luz e Gisela Mesquita.

Dançar melhora o condicionamento físico e a coordenação motora, além de incentivar a socialização e aliviar o estresse. Por meio de ritmos suaves e movimentos acessíveis, promovemos bem-estar físico, fortalecimento muscular, melhora no equilíbrio e na coordenação motora, além de estimular a memória, a autoestima e a socialização. Mais do que uma atividade física, a dança é uma celebração da vida, do tempo e da liberdade de ser quem se é, com leveza e prazer em cada passo. Venha dançar com a gente e descobrir tudo o que o movimento pode despertar em você!
Para pessoas a partir de 70 anos, é necessário apresentar Atestado de Aptidão Física.

Até 24/10.

**Quartas e sextas,
14h30 às 16h.**

Quintal.

A partir de 55 anos.

Grátis.

Curso em andamento.

Consultar disponibilidade de vagas na Central de Relacionamento.

Excursão

FESTIVAL DA INTEGRAÇÃO

SESC BERTIOGA

O Sesc SP realiza anualmente, em duas edições, na unidade de Bertiooga, o Festival da Integração, uma das ações do Programa Trabalho Social com Pessoas Idosas - TSPI, com a participação de 41 unidades deste regional, entre Capital, Interior e Litoral. A edição de 2025 do Festival dispõe da premissa de reconhecer o protagonismo das pessoas idosas por intermédio de ações processuais, em continuidade ao que é desenvolvido nas unidades, sendo este institucional um grande momento de celebração, participação e de encontro do público 60 mais.

De 3 a 7/9.

**Quarta a domingo,
8h às 17h.**

A partir de 60 anos.

**INSCRIÇÕES
ENCERRADAS.**

TRABALHO SOCIAL COM PESSOAS IDOSAS

Por meio de suas ações, o programa TSPI, criado em 1963 pelo Sesc São Paulo, estimula a reflexão sobre o envelhecimento e a longevidade, a construção de conhecimentos, a desconstrução de estereótipos e preconceitos, os cuidados com a saúde e a sociabilização. Saiba mais em sescsp.org.br/tspi

Saúde

Tratamento

FISIOTERAPIA

O tratamento de fisioterapia do Sesc Thermas de Presidente Prudente é realizado em grupos e utiliza-se das técnicas de Fisioterapia Aquática (na piscina) e Cinesioterapia (no solo).

Os interessados devem comparecer no Sesc Thermas, portando o encaminhamento médico do SUS, preenchido com nome completo do paciente, diagnóstico médico (CID), data, assinatura e carimbo do médico. Pacientes cardiopatas precisam trazer autorização por escrito do cardiologista, para que possam participar do programa com segurança.

Vagas limitadas.

Grátis.

A partir de 18 anos.

Os pacientes serão chamados pelas fisioterapeutas conforme disponibilidade de vagas e avaliação prévia.

Aula aberta

ALONGUE-SE

Com equipe de fisioterapia do Sesc.

A prática correta do alongamento é essencial para aumentar a flexibilidade corporal. Alongar-se diariamente auxilia no alívio das tensões musculares, na melhora da postura corporal e na prevenção de lesões. Venha aprender técnicas que podem ser empregadas no seu dia a dia.

Dia 6/9.

Sábado, 10h.

Quintal.

Grátis.

A partir de 12 anos.

Bate-papo

PAPO MATERNO: SAÚDE MENTAL NO MATERNAR

Com Amanda Pessoa, Natalia Arruda e Carol Di Giorgi.

Encontro acolhedor para troca de experiências sobre maternidade, voltado a gestantes, mães e mulheres que desejam refletir sobre esse universo. Um espaço de escuta, apoio e partilha. Durante o bate-papo, haverá um cantinho de leitura e espaço sensorial para as crianças, com supervisão de um adulto responsável.

Dia 19/9.

Sexta,

18h30 às 19h30.

Quintal.

Grátis.

Todas as idades.

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

2

Pessoas Idosas**14h30 - Curso**

- Capoeira na
Longevidade

3

**Esporte e
Atividade Física**

**18h30 - Aula
aberta - Karatê
para Mulheres**

4

Artes Visuais

18h - Oficina -
Ateliê de práticas
artísticas:
Modelagem
Manual Cerâmica

9

**Espaço de
Tecnologias
e Artes****14h30 - Oficina**

- Laboratório de
Costura

10

**Esporte e
Atividade Física**

**18h30 - Aula
aberta - Karatê
para Mulheres**

11

Artes Visuais

18h - Oficina -
Ateliê de práticas
artísticas:
Modelagem
Manual Cerâmica

16

Cinema**20h - Exibição**

- Memórias da
Ditadura no Oeste
Paulista

17

**Esporte e
Atividade Física**

**18h30 - Aula
aberta - Karatê
para Mulheres**

18

Artes Visuais

18h - Oficina -
Ateliê de práticas
artísticas:
Modelagem
Manual Cerâmica

23

Cinema**20h - Exibição**

- Cidade,
Substantivo
Feminino?

24

**Esporte e
Atividade Física**

**18h30 - Aula
aberta - Karatê
para Mulheres**

25

Palco Território

20h30 -
Espetáculo
teatral -
Noite das Mal
Dormidas

30

Pessoas Idosas**14h30 - Curso**

- Capoeira na
Longevidade

SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
5	6	7 (feriado)
Pessoas Idosas 14h30 - <i>Curso</i> - Dança	Saúde 10h - <i>Aula aberta</i> Alongue-se	Crianças 16h - <i>Espetáculo circense</i> - O Recruta
	Música 16h - <i>Show de MPB</i> - Franco das Camélias	
12	13	14 (feriado)
Pessoas Idosas 14h30 - <i>Curso</i> - Dança	Música 16h - <i>Show de Samba</i> - Fina Estampa	Copa Sesc 9h - <i>Torneios e campeonatos</i> - Tênis de Mesa
		Crianças 16h - <i>Espetáculo teatral</i> - Menino Coragem
19	20	21
Saúde 18h30 - <i>Bate-papo</i> - Papo Materno: Saúde Mental no Maternar	Florestar 9h30 - Feira de Pequenos Produtores	Crianças 16h - <i>Espetáculo circense</i> - Um Musical Desafinado
	Música 16h - <i>Show de Rap</i> - Alliblack	
26	27	28
Pessoas Idosas 14h30 - <i>Curso</i> - Dança	Música 16h - <i>Show Música Extrema</i> - Kinoglass	Semana Move 7h - <i>Corrida</i> - Etapa Presidente Prudente

Sesc.digital

A plataforma de conteúdos digitais sob demanda do Sesc São Paulo reúne mais de 24 mil itens de diferentes áreas, em vídeos, imagens, áudios e publicações.

Disponível gratuitamente em sescsp.org.br/sescdigital

SescTV

Disponível via satélite em todo o Brasil, em operadoras de TV por assinatura e serviços de streaming. Mais de 1.300 títulos sob demanda, entre documentários, filmes, shows e séries.

Assista também em sesctv.org.br/agorantv

Edições Sesc

As Edições Sesc São Paulo publicam livros em diversas áreas no campo da cultura, sempre em conexão com a programação do Sesc.

sescsp.org.br/edicoes

Selo Sesc

O Selo Sesc traz a público álbuns que atestam a amplitude da produção artística brasileira, tanto em obras contemporâneas quanto naquelas que recuperam a memória cultural, estabelecendo diálogos entre a inovação e o histórico.

sescsp.org.br/selosesc

Loja Sesc

As Lojas Sesc estão presentes em 41 unidades no estado de São Paulo, com produtos que prolongam a experiência vivida dentro do Sesc além de seus limites físicos.

sescsp.org.br/loja

Faça sua Credencial Plena

Para fazer ou renovar a Credencial Plena de maneira on-line, baixe o aplicativo Credencial Sesc SP ou acesse o site **centralrelacionamento.sescsp.org.br**. Se preferir, nesses mesmos canais, é possível agendar horários para realização desses serviços presencialmente, nas Centrais de Atendimento das unidades.



Consulte a relação de documentos necessários

Sobre o Sesc São Paulo

Com mais de 78 anos de atuação, o Sesc – Serviço Social do Comércio conta com uma rede de mais de 43 unidades operacionais no estado de São Paulo e desenvolve ações para promover bem-estar e qualidade de vida aos trabalhadores do comércio de bens, serviços e turismo, além de toda a sociedade.

Mantido por empresas do setor, o Sesc é uma entidade privada que atende cerca de 30 milhões de pessoas por ano. Hoje, aproximadamente 50 organizações nacionais e internacionais do campo das artes, esportes, cultura, saúde, meio ambiente, turismo, serviço social e direitos humanos contam com representantes do Sesc São Paulo em suas instâncias consultivas e deliberativas.

Informações e horários

Central de relacionamento

Tel.: 18 3226-0400

Terça a sexta, 8h15 às 19h30.

Sábados, domingos e feriados,
9h15 às 17h30.

Emissão e renovação de credenciais,
inscrições em atividades, Turismo
Social, bilheteria e informações.
O atendimento presencial ocorre
mediante agendamento prévio,
que pode ser realizado no site
centralrelacionamento.sescsp.org.br
ou no aplicativo Credencial Sesc SP
(disponível nas lojas Google Play
e App Store).

Loja Sesc

Terça a sexta, 8h15 às 19h30.

Sábados, domingos e feriados,
9h15 às 17h30.

Venda de CD's, DVD's, livros,
camisetas e souvenirs.

Espaço de tecnologias e artes

Destinado à realização de atividades
como oficinas e cursos ligados à prática
artística ou à vivência tecnológica,
desenvolvendo diferentes linguagens
e estimulando a prática do criar.

Quadras

Terça a sexta, 8h às 19h30.

Sábados, domingos e feriados,
9h às 17h30.

Espaço aberto para todos os
públicos visando a prática recreativa
de diversas modalidades.

O Sesc Thermas possui uma quadra
esportiva e uma quadra de areia.

Bosque e pista de caminhada

Com mais de 30 mil m², o Bosque
do Sesc Thermas possui uma área
amplamente arborizada com uma
pista de aproximadamente 1 km
que convida o público a praticar
diferentes atividades físicas como
caminhada, corrida, skate, patins.

Bicicletário

Terça a sexta, 8h às 19h45.

Sábados, domingos e feriados,
das 9h às 17h45. Permanência da
bicicleta somente durante horário
de funcionamento da unidade.

Parque aquático

Terça a sexta das 8h às 19h30.

Sábados, domingos e feriados,
das 9h às 17h30.

Composto por três piscinas de águas
quentes naturais, o Parque Aquático
do Sesc Thermas é abastecido por
um poço de águas termais naturais.
Para frequentar a piscina, é
necessário apresentar credencial
e exame dermatológico válidos.

Exame dermatológico

Horários:

Terça a quinta, 15h15 às 18h30.

Sexta: não há exame.

Sábados, domingos e feriados,
9h15 às 12h30.

**Horários sujeitos a alterações.*

Valores:

R\$ 11,50 (Credencial Plena)

R\$ 23 (Credencial Atividade)

Menores de 16 anos e acima de
60 anos são isentas do pagamento

Cafeteria

Terça a sexta, 9h às 19h.

Sábados, domingos e feriados,
das 10h às 17h30.

Nossa cafeteria oferece opções de
salgados, doces, frutas, bolos e
bebidas quentes e frias.

Odontologia

Tel.: 18 3226-0418.

Terça a sexta, 11h às 19h30.

Sábados, 9h às 17h30.

Exclusivo para trabalhadores no comércio
de bens, serviços e turismo credenciados
e dependentes. Atendimento com
inscrição prévia que acontece anualmente
pelo site sescsp.org.br/odontologia

O atendimento prioriza
indivíduos e/ou famílias com
maior vulnerabilidade social.

Brigada de incêndio

Para sua segurança o Sesc Thermas
possui Brigada de Incêndio treinada com
equipamentos de segurança e extintores
de acordo com a legislação vigente.

faça sua
credencial
sesc



DISTRIBUIÇÃO GRATUITA **VENDA PROIBIDA**

SESC THERMAS DE PRESIDENTE PRUDENTE

Rua Alberto Peters, 111

Tel.: 18 3226-0400

  /sescthermas

 /sescthermasprudente

sescsp.org.br/prudente