

Sunset Esportivo

2026

Cronograma de oficinas

Segundas, quartas e sextas, das 17h30 às 19h

Quadra de esportes · 11º andar da Torre Sul

Para toda a comunidade acadêmica · 21/10 a 11/12/2026

OUTUBRO		MODALIDADE PREVISTA
21/10	Quarta	Punhobol
23/10	Sexta	Frescobol
26/10	Segunda	Handebol
28/10	Quarta	Sem oficina / Dia não letivo - Servidor Público
30/10	Sexta	Hóquei indoor
NOVEMBRO		MODALIDADE PREVISTA
02/11	Segunda	Sem oficina / Finados
04/11	Quarta	Flag Football
06/11	Sexta	Frisbee
09/11	Segunda	Jogo de Taco
11/11	Quarta	Futevôlei
13/11	Sexta	Badminton
16/11	Segunda	Punhobol
18/11	Quarta	Frescobol
20/11	Sexta	Sem oficina / Consciência Negra
23/11	Segunda	Handebol *
25/11	Quarta	Hóquei indoor *
27/11	Sexta	Flag Football *
30/11	Segunda	Frisbee *
DEZEMBRO		MODALIDADE PREVISTA
02/12	Quarta	Jogo de Taco *
04/12	Sexta	Futevôlei *
07/12	Segunda	Badminton
09/12	Quarta	Punhobol
11/12	Sexta	Frescobol / encerramento previsto

* De 23/11 a 04/12: confirmar espaço e participação em razão dos Fóruns de Avaliação Final dos cursos técnicos.

Em caso de chuva: as modalidades poderão ser substituídas conforme as condições de espaço, materiais e orientação. Consulte o plano de chuva na página 2.

Sunset Esportivo

2026

Orientações e plano de chuva

Em caso de chuva, a escolha de outra modalidade depende das condições do espaço, dos materiais disponíveis e da orientação adequada. As opções abaixo são alternativas e não possuem datas fixas no cronograma.

Tênis de mesa

Atividade: Fundamentos e jogos em rodízio.

Condições: Mesas, raquetes, bolas e espaço coberto.

Cuidados: Garantir circulação segura.

Boxe

Atividade: Base, esquivas e movimentos sem contato.

Condições: Espaço coberto, aparadores e orientação habilitada.

Cuidados: Sem sparring ou golpes entre participantes.

Judô

Atividade: Deslocamentos, equilíbrio e fundamentos.

Condições: Tatames apropriados e instrutor habilitado.

Cuidados: Quedas apenas com supervisão e proteção.

Jiu-jitsu

Atividade: Posições básicas e movimentos educativos.

Condições: Tatames apropriados e instrutor habilitado.

Cuidados: Sem finalizações forçadas; supervisão constante.

Programação: as seis oficinas entre 23 de novembro e 4 de dezembro dependem da confirmação de espaço e participação. O encerramento está previsto para 11 de dezembro.

Fontes: cartaz de divulgação e planilha Cronograma_Sunset_Esportivo_IFRS_2026_Ajustado.xlsx. Datas institucionais conferidas no [Calendário Acadêmico 2026 do Campus Porto Alegre](#), versão vinculada à Resolução CONCAMP nº 16/2026.