



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO**  
**Centro de Educação Física e Desportos**  
**Núcleo de Pesquisa e Extensão em Ciências do Movimento Corporal**

**Edital 07/2019 - Abertura de Vagas**

**O Núcleo de Pesquisa e Extensão em Ciências do Movimento Corporal/CEFD/NUPEM torna público que estão abertas inscrições para Vagas efetivas e lista de espera (suplente) referente às atividades físicas oferecidas pelo núcleo.**

**1. Período de Inscrição, Público-alvo, Horários e Vagas**

- 18/11 a 20/11
- Alunos, Servidores e Comunidade Externa
- 50 vagas efetivas (alunos pagantes)
- Cadastro reserva (limite de 100 vagas – validade até 31/07/2020)

**2. Inscrição**

Os interessados deverão procurar se inscrever pelo link: [https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfs9xCkvUOXyQB0-Nnfj-pmg-JkoVLVZHwajrAtrRkkGW0cVg/viewform?usp=mail\\_form\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfs9xCkvUOXyQB0-Nnfj-pmg-JkoVLVZHwajrAtrRkkGW0cVg/viewform?usp=mail_form_link) e aguardar a confirmação da vaga via e-mail. Após a confirmação da vaga os interessados deverão comparecer a **Secretaria do NUPEM/CEFD/UFES**, no período definido na mensagem, para fazerem sua inscrição e pagamento da primeira mensalidade.

**Obs: as inscrições e as escolhas dos horários serão determinadas por ordem de acesso ao link**

**3. Os valores das mensalidades praticadas no período de 2019/2 a 2020/1 são:**

<b><u>MODALIDADE</u></b>	<b><u>Nº de vagas</u></b>	<b><u>VALOR (R\$)</u></b>	<b><u>Freq. semanal</u></b>
Musculação (vinculados a UFES)	50 vagas (2ª a 6ª feira, 7hs e	45,00	5
		35,00	3
Musculação (comunidade externa)	17hs)	60,00	3
		75,00	5

Pilates (vinculados a UFES)	05 vagas (3 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup> feira, 17h às 18hs)	35,00	2
Pilates (comunidade externa)		60,00	2
Treinamento funcional (vinculados a UFES)	06 vagas (2 <sup>a</sup> , 4 <sup>a</sup> e 6 <sup>a</sup> feira, 17h às 18hs)	35,00	2
Treinamento funcional (comunidade externa)		60,00	2

**4. Para efetivar a matrícula na modalidade escolhida, é obrigatório a apresentação de avaliação médica e antropométrica:** a avaliação poderá ser feita no NUPEM, com um custo de r\$50,00 (comunidade externa) ou r\$35,00 (aluno ou servidor da UFES) para avaliação cardiológica com eletrocardiograma; ou r\$120,00 (comunidade externa) ou r\$45,00 (aluno ou servidor da UFES) para avaliação ergométrica. A escolha por avaliação cardiológica com eletrocardiograma ou avaliação ergométrica seguirá critério de idade ( $\geq 40$  anos) ou de acordo com a história clínica (decisão do cardiologista). Todos os exames serão realizados por um médico cardiologista. Caso o aluno deseje trazer a avaliação médica, será necessário que apresente um laudo médico e os exames realizados com período de validade de até 6(seis) meses.

### 5. Outras informações

Coordenação do NUPEM: [nupem.cefd.ufes@hotmail.com](mailto:nupem.cefd.ufes@hotmail.com).

**Telefone:** 4009-2636/2638

Professor Richard Leite  
Coordenador do NUPEM



**NUPEM**  
Núcleo de Pesquisa e Extensão  
em Ciências do Movimento