

AGITA UBERLÂNDIA

Parque oferece 3 novas modalidades

GUSTAVO STIVALI | REPÓRTER

Cerca de 200 pessoas estão sendo beneficiadas pela expansão do Programa Agita Uberlândia, que, desde o início do mês, oferece três novas modalidades de atividades físicas. Às terças e quintas-feiras, frequentadores do Parque do Sabiá passaram a ter acesso às aulas de aeroboxe, alongamento e futsal feminino.

As novas categorias foram escolhidas para incentivar a prática de atividades físicas em dias anteriormente não incluídos no programa Agita Uberlândia. As aulas de alongamento e aeroboxe já contam com turmas de 60 alunos. "As pessoas sempre pediram aulas de alongamento. É uma atividade

recomendada para todo mundo, pois não tem muitos impactos. Já o aeroboxe é um pouquinho mais puxado", afirmou Paula Borges, supervisora esportiva do Parque do Sabiá. Ainda há aulas de alongamento à tarde. "A turma é menor, vão mais dona de casa e aposentados", disse.

PARTICIPAÇÃO

Os interessados em participar das atividades devem procurar os professores e preencher um cadastro. As aulas se concentram em um quiosque próximo da entrada do Parque do Sabiá do bairro Tibery. O futsal feminino, por outro lado, acontece em uma quadra próximo da portaria da avenida Anselmo Alves. "A OMS [Organização Mundial de Saú-

de] recomenda, no mínimo, 30 minutos de atividades todos os dias", disse Antônio Carrijo, diretor geral da Fundação Uberlandense de Esporte e Lazer (Futel).

A aposentada Gislane Gomes do Carmo começou a

participar do Agita Uberlândia há um ano. Segundo ela, o ânimo para viver é outro. "Tenho 59 anos e um pique de quem tem 30", afirmou.

O parque oferece ainda aulas de natação, hidroginástica, dança e ginástica.

NOVOS EQUIPAMENTOS

ESPAÇO TERÁ ESTAÇÃO DE GINÁSTICA

O Parque do Sabiá vai ser contemplado com uma nova estação de Ginástica. A verba para a montagem do ponto virá do programa Ginástica Para Todos, lançado semana passada pelo governo do Estado. "É uma estação de ginástica semelhante a que já temos aqui na cidade. Será montada no Parque do Sabiá, próxima a entrada do bairro Tibery", disse o diretor-geral da

Fundação Uberlandense de Esporte e Lazer (Futel), Antônio Carrijo.

Cada estação de ginástica tem o custo estimado de R\$ 16,8 mil. Em todo o estado, serão montados 124 estações em 119 municípios. Cada estação conterà oito equipamentos de ginástica, sendo que 91 delas terão aparelhagem específica para atender a deficientes físicos.



VALTER DE PAULA

Aulas de aeroboxe ocorrem às terças e às quintas-feiras

NOVAS ATIVIDADES NO PARQUE DO SABIÁ

Alongamento

Terça e quintas-feiras, das 14h às 15h; das 18h às 19h

Futsal Feminino

Terças e quintas-feiras, das 18h às 19h (Apenas para pessoas acima de 13 anos)

Aeroboxe

Terças e quintas-feiras, das 19h às 20h

Para participar, preencher cadastro com:

- ▶ Cópia de RG
- ▶ Cópia do CPF
- ▶ Comprovante de endereço
- ▶ Foto 3/4
- ▶ Atestado Médico (Para confirmar se a pessoa é apta a fazer exercícios)