ESPORTE: MOVIMENTA MARIANA TEM NOVOS POLOS NA SEDE E NOS DISTRITOS

O projeto é aberto ao público e não tem restrição de idade.

Com intuito de proporcionar à população mais qualidade de vida e atender a todas as localidades da sede, distritos e subdistritos, o Movimenta Mariana vem se ampliando cada vez mais em nosso município. O projeto tem realização da Prefeitura de Mariana, por meio da Secretaria de Esportes, e visa promover a popularização da atividade física e mostrar os seus benefícios à saúde. Diariamente, o Movimenta Mariana oferta para a população aulas gratuitas de ginástica, circuito funcional e dança, e agora as aulas acontecem também na Praça Gomes Freire e no distrito de Bandeirantes.

O projeto é aberto ao público e não tem restrição de idade. Cláudia Aparecida é uma das primeiras alunas do Movimenta Mariana, e afirma que ama exercitar o corpo. "*Eu amo atividade física em geral, me desestressa quando estou deprimida ou até mesmo ansiosa e eu sempre procuro a Arena (local onde acontecem as aulas) como refúgio. O Movimenta Mariana tem muitas aulas variadas e a gente pode escolher em qual nos adaptamos melhor, e isso é maravilhoso! Hoje em dia só não faz atividade física quem não quer mesmo. Eu amo os professores, as aulas, os alunos, sempre acordo muito motivada!",* concluiu.

As aulas acontecem diariamente em vários pontos da sede e nos distritos. Confira os horários, locais e participe!

ARENA MARIANA

Segunda-feira: 08h | Dança - 18h | Funcional

Terça-feira: 08h | Funcional - 17h20 | Ginástica

Quarta-feira: 08h | Ginástica - 18h | Funcional

Quinta-feira: 08h | Funcional - 18h | Dança

Sexta-feira: 08h | Dança

PRAÇA GOMES FREIRE

Segunda-feira: 08h

Terça-feira: 18h

Quarta-feira: 08h

Quinta-feira: 18h

Sexta-feira: 08h

ARENA BADARÓ

Segunda-feira: 07h | Ginástica

Terça-feira: 17h | Funcional

Quarta-feira: 07h | Ginástica

Quinta-feira: 17h | Funcional

Sexta-feira: 07h | Ginástica

CHÁCARA

Terça-feira: 08h | Ginástica

Quinta-feira: 08h | Ginástica

ROSÁRIO

Terça-feira: 08h | Funcional

Quinta-feira: 08h | Funcional

PASSAGEM DE MARIANA

Segunda-feira: 08h | Dança

Quarta-feira: 08h | Ginástica

FURQUIM

Segunda-feira: 18h | Ginástica

Quarta-feira: 18h | Funcional

CACHOEIRA DO BRUMADO

Segunda-feira: 18h | Dança

Quarta-feira: 18h | Ginástica

MONSENHOR HORTA

Terça-feira: 18h | Ginástica

Quinta-feira: 18h | Funcional

BANDEIRANTES

Terça-feira: 19h

Quinta-feira: 19h

Foto: Divulgação

http://jornalpanfletus.com.br/noticia/4300/esporte-movimenta-mariana-tem-novos-polos-na-sede-e-nos-distritos em 16/05/2024 13:13