

Caminhada no Dique celebra chegada da primavera e Dia do Idoso

Notícias

Postado em: 29/09/2016 09:09

Evento acontece nesta sexta-feira, a partir de 7h.

Sugestão de Pauta

O quê: CAMINHADA DA PRIMAVERA

Quando: SEXTA-FEIRA, DIA 30/09, ÀS 7H

Onde: DIQUE DO TORORÓ

Quem: IDOSOS ATENDIDOS EM AULAS DE ATIVIDADE FÍSICA DA SUDESB

Ponto concentração: Estacionamento em frente à Arena Fonte Nova

Uma caminhada programada para as 7h desta sexta-feira, 30, no Dique do Tororó, em Salvador, dará as boas-vindas à estação da primavera, iniciada oficialmente na última quinta-feira, 22 de setembro. Organizada pela Superintendência dos Desportos do Estado da Bahia (Sudesb), autarquia da Secretaria do Trabalho, Emprego, Renda e Esporte, a ação reunirá mulheres e homens da terceira idade atendidos pelo órgão em aulas de atividade física nos núcleos do ACM Brasil (Liberdade), Pituáçu e Nordeste de Amaralina.

Com expectativa de reunir cerca de 400 pessoas, a caminhada também celebra o Dia do Idoso, comemorado em 1º de outubro. Com orientação de profissionais de educação física que trabalham na Sudesb, a atividade começa com uma sessão de alongamento e aquecimento, para em seguida iniciar a volta ao Dique. Qualquer pessoa, de qualquer idade, pode participar.

Realizada há mais de 10 anos, a Caminhada da Primavera possibilita aos idosos desfrutar de todo o preparo físico que recebem durante as duas aulas semanais oferecidas durante todo o ano pela Sudesb nas modalidades de ginástica, hidroginástica, natação adulto e dança de salão. Além do incentivo à prática esportiva e à conquista de uma vida mais saudável, a caminhada também promove a integração entre os grupos.

SSA, 29/09/2016

Ascom Sudesb