



SECRETARIA DE ESPORTES OFERECE ATIVIDADES DE LAZER EM LUMIAR

Data de Publicação: 19 de novembro de 2024

Fonte: Secom/PMNF - Eloir Perdigão

A Prefeitura de Nova Friburgo, por meio da Secretaria de Esportes e Lazer, está realizando um trabalho que tem atraído a atenção dos moradores do distrito de Lumiar. Todas as semanas são oferecidas gratuitamente aulas de treinamento funcional, ministradas na quadra poliesportiva coberta do distrito, às segundas e quartas-feiras, no horário das 9h30 às 11h.

O secretário de Esportes e Lazer, João Victor Duarte, disse que todas as pessoas em boas condições de saúde podem participar. Não precisam levar nenhum equipamento, pois a Secretaria de Esportes e Lazer oferece todas as condições para a prática de treinamento funcional. Ele apenas recomenda aos praticantes que levem sua própria garrafa de água.

João Victor observa que, com essa atividade, tem conhecido pessoas alegres e contagiantes que aguardam ansiosas pelos dias das aulas. “Elas se dedicam ao máximo para aprender e concluir cada exercício e os desafios que lhe são propostos”, comentou, satisfeito. E conclui: “Esporte é saúde, esporte é vida”.