



CÂMARA MUNICIPAL DE HORTOLÂNDIA ESTADO DE SÃO PAULO

INDICAÇÃO Nº 3245/2021

EXMO. SENHOR PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE HORTOLÂNDIA

Indica estudo para implantação de aulas de Pilates e Lian Gong no Observatório Ambiental Parque Escola (antigo CREAPE)

Nos termos do Art. 181 e seguintes do Regimento Interno, apresento para conhecimento da Casa a Indicação a ser encaminhada ao Senhor Prefeito, sugerindo estudo para implantação de aulas de Pilates e Lian Gong:

Considerando que a prática da modalidade Lian Gong, proporciona os seguintes benefícios: trata e previne dores no corpo, problemas osteo musculares e articulações, atua nas disfunções dos órgãos internos e problemas respiratórios, ajuda na circulação do sangue, dissolvendo aderências e inflamações nos tendões e restaura a movimentação natural, melhorando a resistência e vitalidade do organismo.

Considerando também que, as técnicas do Pilates ajudam a fortalecer e tonificar os músculos e trabalhar a resistência do corpo, previne o aparecimento de lesões por esforço repetitivo, como artrose, bursite e tendinite, e auxilia no tratamento de pessoas com hérnia de disco, escoliose o Pilates é indicado porque é uma atividade de baixo impacto nas articulações, feito com poucas repetições, com alongamento, flexibilidade e com um alto grau de percepção corporal, o exercício é feito baseado na respiração, trabalhando o corpo como um todo.

Diante dos inúmeros benefícios oferecidos pelas atividades desenvolvidas pelas técnicas do Pilates e do Lian Gong para a saúde da população, solicito ao Poder Público que em atenção as solicitações da população, realize estudos oportunos para colocar em prática as atividades de Pilates e Lian Gong.

Nestes termos INDICO, ao Excelentíssimo Senhor Prefeito Municipal, providências junto ao Departamento competente, visando estudo para implantação de aulas de Pilates e Lian Gong no Observatório Ambiental Parque Escola (antigo CREAPE).

Sala das Sessões, 12 de novembro de 2021.

Clodoaldo Santos da Silva

Vereador