CÂMARA MUNICIPAL DE HORTOLÂNDIA

ESTADO DE SÃO PAULO

LIDO EM PLENÁRIO
17ª Sessão Ordinária - 29/05/2023

INDICAÇÃO Nº 1589/2023

EXMO. SR. PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE HORTOLÂNDIA

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

Nos termos do art. 181 e seguintes do Regimento Interno, combinado com o artigo 49, inciso I, da Lei Orgânica do Município de Hortolândia, apresento para conhecimento da Casa a seguinte Indicação a ser encaminhada ao Senhor Excelentíssimo Prefeito, sugerindo estudo para implantação de aulas de Zumba, Pilates e Lian Gong.

Considerando que a Zumba é diversão e benefícios para a saúde promove o condicionamento físico de forma geral, treino cardiovascular e a região das pernas e glúteos,a zumba traz inúmeros benefícios para a saúde física e mental.

Considerando também 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 ainda 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

Considerando que no Observatório Ambiental Parque Escola (antigo CREAPE) tem um papel muito importante no lazer da população, visto que o parque conta com vários atrativos como pista de caminhada, corrida e playground para as crianças, sendo muito utilizado principalmente pelos moradores da região do bairro Jardim Santa Clara do Lago II, onde o parque fica localizado.

Considerando por fim que, munícipes têm procurado este parlamentar com pedidos de que seja realizado a implantação de aulas de Zumba, Pilates e Lian Gong no parque, como novas opções de atividades físicas e cuidados com a saúde.

INDICAÇÃO Nº 1589/2023 - Protocolo nº 2647/2023 recebido em 29/05/2023 08:21:13 - Esta é uma cópia do original assinado digitalmente por Clodoaldo Santos da Silva
Para validar o documento, leia o código QR ou acesse https://sapl.hortolandia.sp.leg.br/conferir_assinatura e informe o código 496C-77C7-3A60-96E8.

Diante do exposto, **INDICO** ao Excelentíssimo Senhor Prefeito Municipal, o encaminhamento junto ao Departamento competente, para que seja realizado estudos para implantação de aulas de Zumba, Pilates e Lian Gong no Observatório Ambiental Parque Escola (antigo CREAPE).

Sala das Sessões, 26 de maio de 2023.

Clodoaldo Santos da Silva
Vereador - MDB

INDICAÇÃO Nº 1589/2023 - Protocolo nº 2647/2023 recebido em 29/05/2023 08:21:13 - Esta é uma cópia do original assinado digitalmente por Clodoaldo Santos da Silva
Para validar o documento, leia o código QR ou acesse https://sapl.hortolandia.sp.leg.br/conferir_assinatura e informe o código 496C-77C7-3A60-96E8.