**Indicação Nº 1380/2022**

CÂMARA MUNICIPAL DE ITAPEVI

**ENCAMINHA-SE**

12/04/2022

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**PRESIDENTE**



**Sumula:** Indico ao Executivo junto ao órgão competente, estudos para a utilização da piscina e quadra poliesportiva aos fins de semana da Escola do Futuro Padre Giovanni Cornaro.

INDICO à mesa, na forma regimetal vigente, que seja oficiado ao Excelentíssimo Senhor Igor Soares Ebert, Prefeito Municipal, junto ao órgão competente, estudos para a utilização da piscina e quadra poliesportiva aos fins de semana da Escola do Futuro Padre Giovanni Cornaro.

***JUSTIFICATIVA:***

**Senhor Presidente,**

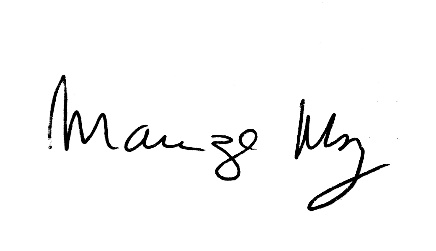
**Senhores Vereadores,**

**Senhoras Vereadoras,**

A hidroginástica é um exercício aeróbico feito em piscinas que tem como objetivo a manutenção profilática da saúde. Melhora a capacidade aeróbica, a resistência cardiorrespiratória, a resistência e a força muscular, a flexibilidade, além de proporcionar um gasto calórico de 260 a 400 kcal por hora.

Vantagens sobre a prática da hidroginástica, pode levar a menor impacto nas articulações, menor esforço nos movimentos e sensação de conforto causada pela água. A hidroginástica é indicada como atividade anaeróbica, pura e simples, e também indicada para aqueles que dela realmente precisar incluindo os portadores de problemas de peso, os mais diversos. Atualmente existem muitas variações da hidroginástica, como ritmos, intensidades diferentes e adaptações de outras atividades para a perna, como o jump-hidrosjump, o spinning-hidrobike ou ciclismo aquático, o triathon, com o circuito de bicicleta, jump e hidroginástica, entre muitas outras modalidades que podem utilizar a água e seus efeitos sobre o impacto de atividades desportivas.

Sugiro também, que seja analisada a possibilidade de profissionais das referidas áreas acompanharem os munícipes nas atividades.



Sala de Sessões Bemvindo Moreira Nery, 07 de abril de 2022.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Mariza Martins Borges**

Vereadora PODEMOS