



CÂMARA MUNICIPAL DE ITAPEVI

- Estado de São Paulo -

ENCAMINHADA
20 FEV 2013

INDICAÇÃO Nº 255/2018

Súmula: "Indico estudos junto a Sra. Luiza Nasi Fernandes, Secretária de Saúde e Bem-Estar, para implantação de aulas de hidroginástica neste município".

INDICO à Mesa, após ouvir o Douto Plenário, na forma regimental vigente, que seja a presente propositura encaminhada ao Excelentíssimo Prefeito, Igor Soares, e à Sra. Luiza Nasi Fernandes, Secretária de Saúde e Bem-Estar, para a realização de estudos que visem a implantação de aulas de hidroginástica neste município.

JUSTIFICATIVA

**Senhor Presidente;
Senhoras Vereadoras;
Senhores Vereadores;**



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.

As 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 precisam 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 triathlon - 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.



CÂMARA MUNICIPAL DE ITAPEVI

- Estado de São Paulo -

Considerando o exposto, peço a compreensão de todos os Vereadores desta Casa de Leis, para aprovação da presente propositura para que com máxima urgência, sejam prestadas as informações ora solicitadas.

Sala das Sessões Benvindo Moreira Nery, 19 de janeiro de 2018.

ERONDINA FERREIRA GODOY
Vereadora Tininha - PSD