## REQUERIMENTO Nº 0147-2019

Considerando que vários jovens se reúnem nas imediações do lago Artificial J. K. Williams para prática de calistenia;

Considerando que a calistenia se define como um conjunto de exercícios que concentram seu interesse nos movimentos de grupos musculares, mais que na potência e no esforço, com o objetivo último de desenvolver a agilidade, a força física e a flexibilidade.

Considerando que, o método e as técnicas utilizadas durante uma aula de calistenia torna esta atividade acessível para qualquer pessoa, já que não existe limites de idade, e inclusive os fisioterapeutas recomendam a calistenia em patologias como a escoliose, a hérnia de disco ou problemas de joelho.

Considerando que, o fato de não provocar impactos nas articulações e de permitir modelar o corpo, tonifica-lo e alinha-lo ao mesmo tempo, tem sido uma das razões pelas quais muitas pessoas escolhem estas aulas.

Considerando que, colocar o corpo em movimento, melhorar a postura, tonificar grupos musculares e cuidar as articulações podem ser os motivos que levam a prática da calistenia.

Considerando que, esses benefícios podem não ser alcançados se os exercícios não forem eitos de forma correta, e o que se tem visto nas proximidades da Lago J. K. Williams são jovens praticando a calistenia com equipamentos caseiros, muitas vezes inadequados à prática esportiva;

Requeiro à Mesa, na forma regimental e consultado o Plenário, oficie-se ao Exmo. Sr. Prefeito Municipal, para que através do setor competente da municipalidade, informe se há possibilidade de adquirir e disponibilizar halteres para realização de exercícios de calistenia aos jovens que treinam diariamente nas proximidades do Lago J. K. Williams, incentivando a prática desse exercício que traz tantos benefícios à saúde.

Sala das Sessões, 25 de fevereiro de 2019.

**PEDRO SANTOS**
**VEREADOR**