

MATERIA LIDA EM 14/09/2021
CÂMARA MUNICIPAL DE CARIRI - TO

Ederson dos Reis Soares
Secretário



ESTADO DO TOCANTINS
CÂMARA MUNICIPAL DE CARIRI DO TOCANTINS
PODER LEGISLATIVO
"GESTÃO DE TRABALHO"
Vereador Presidente Ederson dos Reis Soares

INDICAÇÃO Nº. 009 de 13 de setembro de 2021.

INDICANTE: Vereador Presidente Ederson dos Reis Soares

INDICADO: Prefeito Municipal.

Indica ao Senhor Prefeito Municipal, providências no sentido da criação de um grupo de hidroginástica nas piscinas do Balneário Municipal.

O Vereador que a esta subscreve, nos termos regimentais, em especial no Art. 13, ao Exm. Sr. Prefeito Municipal, que tome devidas providências.

JUSTIFICATIVA

A hidroginástica melhora a capacidade aeróbica e cardiorrespiratória, a resistência e a força muscular, a flexibilidade e o bem-estar geral. Ela tem a vantagem de poder ser praticada por pessoas de qualquer sexo e de qualquer idade. A hidroginástica é uma opção alternativa para seu programa normal de exercícios. É uma excelente opção para pessoas que levam uma vida muito agitada e têm pouco tempo para a prática de exercícios. A hidroginástica serve tanto para atletas em treinamento, como para gestantes, pessoas que estão recuperando lesões ou que estão acima ou abaixo do peso ou aquelas com algum tipo de deficiência.

Os exercícios aquáticos são divertidos, agradáveis, eficazes estimulantes, cômodos e seguros. A hidroginástica permite a redução no esforço articular. É uma excelente opção de atividade física, para chegar boa forma e a um estilo de vida mais saudável.

É importante destacar que tal atividade traz inúmeros benefícios terapêuticos além de melhorar significativamente a qualidade de vida de nosso povo. Outrossim, deve se levar em consideração que as piscinas do Balneário, estão quase que sem atividade e por isso uma ação de tamanha importância com essa, seria espetacular para nossa sociedade caririense.

È a justificativa.

Sala das Sessões, 13 de setembro de 2021.

Ederson dos Reis Soares
Ederson dos Reis Soares
Vereador Presidente CMT0.

