CÂMARA MUNICIPAL DE IGARASSU

Casa de Duarte Coelho – Igarassu - Pernambuco

LIDO NO EXPEDIENTE
EM 02/05/2023
Presidente da C.M IGA

INDICAÇÃO Nº 308 /2023

Excelentíssimo Senhor Presidente da Câmara Municipal de Igarassu – PE.

O Vereador que esta subscreve, indica a Mesa, ouvindo o Plenário cumprindo as formalidades regimentais, que seja encaminhado ofício à Chefe do Poder Executivo Municipal de Igarassu, Sra. Elcione da Silva Ramos Pedroza Barbosa, solicitando da mesma, através da Secretaria competente, **que realize em nosso municipio a corrida da saúde, nas caderias adulto e kids.**

JUSTIFICATIVA ORAL

A corrida é um esporte que melhora a nossa saúde física e mental. Ela é capaz de aliviar o estresse e reduzir os sintomas de depressão e ansiedade. Quando realizamos esse esforço, nosso corpo naturalmente libera hormônios que melhoram o humor. Ao introduzir essa prática em nossa rotina, a sensação de bem-estar pode ser prolongada, melhorando a percepção de qualidade de vida.

Quanto à parte física, o ato de correr aumenta nosso gasto calórico, dessa forma se torna importante no processo de emagrecimento. Além disso, melhora a condição muscular das pernas e fortalece nossos ossos. Talvez um dos mais importantes benefícios seja a melhora no condicionamento físico, que reduz a incidência de doenças do coração e ajuda a atenuar os sintomas daqueles que já têm. Nesse caso, a recomendação é realizar um acompanhamento médico e com profissional de educação física.

As possibilidades de vencer desafios são ilimitadas: correr o primeiro quilômetro ou então melhorar seu tempo na maratona, há espaço para todos poderem se beneficiar. Proporcionar uma corrida para os atletas igarassuensses é sem duvida algo impar que irá contribuir para o incentivos dos ja profissionais quanto os amadores, ja relatado os inúmeros benefícios, so nos resta pedir aos Nobres Pares desta Casa Legislativa para juntos aprovarmos esta importante indicação.

Sala das Sessões da Câmara Municipal de Igarassu 30 de março de 2023.

DARLAN FERREIRA DE LIMA
Vereador