

Programa Esportivo Comunitário de São Caetano tem inscrições abertas para alunos em 32 atividades físicas

PROGRAMA ESPORTIVO COMUNITÁRIO DE SÃO CAETANO TEM INSCRIÇÕES ABERTAS PARA ALUNOS EM 32 ATIVIDADES FÍSICAS

O Programa Esportivo Comunitário (PEC) da Prefeitura de São Caetano do Sul está com inscrições abertas para novos alunos que farão atividades físicas nos 16 Centros Esportivos da cidade. Desde o início do programa (1987), o PEC já recebeu mais de 120 mil pessoas, sendo cerca de 8 mil moradores atendidos mensalmente pelo programa.

Ao todo, são 32 modalidades oferecidas aos moradores: alongamento, atletismo, basquete, badminton,

boxe, condicionamento físico, corrida, futebol, futsal, iniciação esportiva, ginástica, ginástica 3ª Idade, ginástica artística, ginástica funcional, ginástica rítmica, handebol, jiu jitsu, judô, karatê, musculação, natação, patinação, pilates, ritmos, taekwondo, tênis de campo, tênis de mesa, vôlei, vôlei adaptado, muay thai e karatê shidokan.

O secretário da SELJ (Secretaria de Esporte, Lazer e Juventude), Mauro Chekin, tem no PEC o carro-chefe

do Esporte em São Caetano. "O programa em si é um grande incentivo aos moradores, no sentido de realizar atividades físicas, tanto para crianças quanto adultos e até mesmo à Terceira Idade. A atividade esportiva é de extrema importância para o ser humano, pois o esporte traz saúde e é através da saúde que temos uma vida melhor, com mais qualidade", enalteceu Chekin.

Para se inscrever, o morador deve procurar o Centro Esportivo mais próximo

da sua residência, munido de documentos pessoais e comprovante de residência. Essas atividades são oferecidas para crianças a partir dos 5 anos até adultos de 65 anos. Porém, essas idades variam de modalidade para modalidade, em virtude da especificidade da mesma, o que não torna uma regra geral para todas.

No momento da matrícula, o morador deverá responder o Par-Q (documento inicial pré-atestado), e caso tenha alguma inconsistên-

cia, deverá ser apresentado um atestado médico liberando o mesmo para a atividade em questão.

Para as modalidades de natação, ginástica rítmica e ginástica artística é importante que as pessoas que pretendam fazer essas atividades aguardem informações pelo @esportesao-caetano (Instagram), pois natação, ginástica rítmica e ginástica artística têm um ciclo de matrículas diferentes em virtude da alta procura.



Veículo: Impresso -> Jornal -> Jornal São Caetano Alerta

Seção: São Caetano **Página:** 8