Publicado em 05/02/2025 - 12:38

São Caetano realiza capacitação em pilates e hidroginástica para professores da Terceira Idade

Autor: Redação
Fonte: PMSCS

O principal objetivo da capacitação foi proporcionar um aperfeiçoamento contínuo aos professores

Pilates

Crédito:Eric Romero / PMSCS

A Prefeitura Municipal de São Caetano do Sul, por meio da Comtid (Coordenadoria Municipal da Terceira Idade), promoveu um workshop de capacitação voltado para seus educadores físicos. A atividade, conduzida pelos especialistas Fred Bressan e Henrique França Rodrigues, teve como foco o pilates solo e a hidroginástica e foi realizada na terça e na quarta-feira (4/2 e 5/2).

O principal objetivo da capacitação foi proporcionar um aperfeiçoamento contínuo aos professores, destacando a importância de ministrar aulas seguras e de alta qualidade.

Lucila Lorenzini, coordenadora da Comtid, ressaltou que, para o público idoso, é essencial que as atividades sejam adaptadas às suas necessidades específicas, garantindo benefícios como o aumento da mobilidade, flexibilidade e qualidade de

vida. “Esse workshop reflete o compromisso contínuo da Prefeitura com a formação de seus profissionais, impactando positivamente no bem-estar físico e mental dos idosos”, afirmou.

Sidneia Sindice, responsável pela Coordenação de Esportes da Comtid, destacou a relevância do investimento em qualificação. “Com a capacitação, esperamos que os professores se sintam ainda mais preparados para enfrentar os desafios de trabalhar com a terceira idade, adotando abordagens inovadoras que asseguram a segurança e a eficácia dos exercícios”, comentou.

A iniciativa reforça o compromisso da Comtid em oferecer atividades físicas de qualidade, respeitando as particularidades e limitações dos alunos, e promovendo um envelhecimento saudável para a população idosa de São Caetano.

Crédito:Eric Romero / PMSCS
Hidroginástica

https://abcdoabc.com.br/sao-caetano-realiza-capacitacao-em-pilates-e-hidroginastica-para-professores-da-terceira-idade/

Veículo: Online -> Portal -> Portal ABC do ABC

Seção: São Caetano

Copyright © Clipclap 2026.