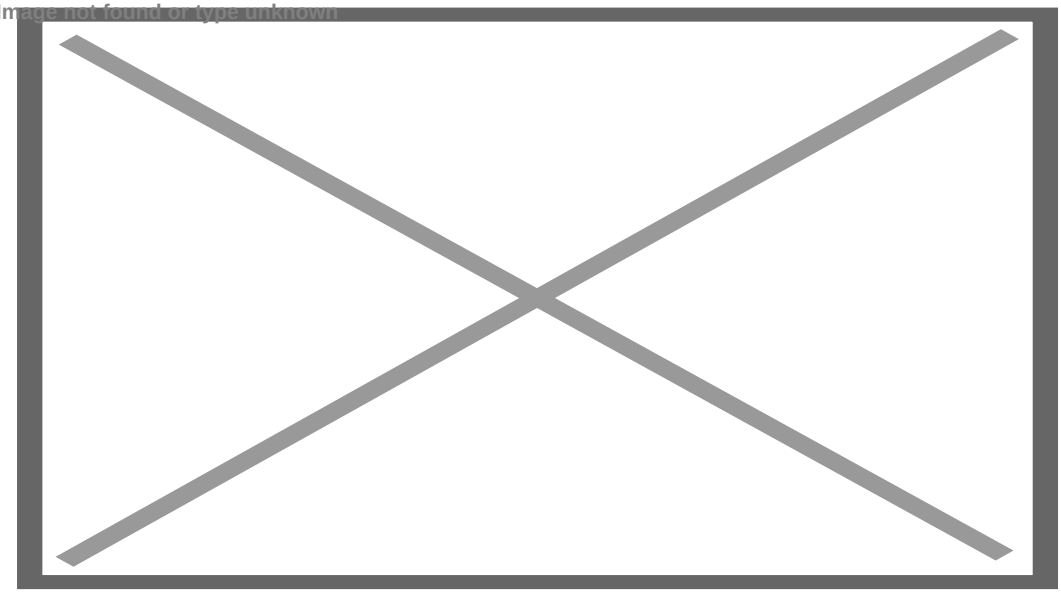
SÃO CAETANO DIGITAL
Publicado em 22/09/2022 - 15:00

Cultura São Caetano oferece Aulas Gratuitas de Zumba e Fit Dance

Image not found or type unknown



A partir de segunda-feira (26/9), terá início o projeto “Ritmos em Sanca”, da Prefeitura de São Caetano do Sul, por meio da Secretaria de Cultura (Secult). São aulas abertas de ritmos de dança em diferentes espaços públicos da cidade.

A programação das apresentações começa com zumba e fit dance. O “aulão inaugural” será no domingo, 25/9, às 10h, no Espaço Verde Chico Mendes, palco superior (Av. Fernando Simonsen, 566, bairro Cerâmica).

A participação é gratuita e livre para todos os públicos.

As aulas itinerantes acontecem no parque Chico Mendes às segundas e quartas-feiras, 19h30 e, aos sábados, 10h.

Na Estação Cultura (Rua Serafim Constantino, s/n, Centro – piso superior do terminal rodoviário) às segundas e quartas-feiras, 18h30.

No Parque Província de Treviso (Praça Comendador Ermelino Matarazzo, 83, Bairro da Fundação), às terças e quintas-feiras, 19h.

E no Parque Santa Maria (“Guaiamu” – Rua General Humberto de Alencar Castelo Branco, 501, bairro Santa Maria), às sextas-feiras, 19h.

Os professores foram contratados em conformidade ao Edital n. 7/2022 da Secult, de Credenciamento de Apresentações Artísticas e de Profissionais em Aulas de Ritmos Itinerantes, e à Meta 14 do Plano Municipal de Cultura (Lei 5.159, de 06/11/2013, atualizada pela Lei nº 5.820, de 17/12/2019).

O objetivo é promover e estimular a qualidade de vida dos cidadãos sul-caetanenses, além de difundir uma cultura participativa em ritmos de dança, valorizando a formação artística e de cidadania.

DIVERSÃO E CONDICIONAMENTO FÍSICO

A dança desenvolve a coordenação motora, consciência corporal e a mobilidade por meio de ritmos temáticos, coreografados de forma espontânea e criativa.

A zumba e o fit dance unem exercícios aeróbicos e de dança, desenvolvidos para tornar as atividades animadas e descontraídas.

As modalidades usam coreografias simples de ritmos latinos, o que permite serem praticadas por pessoas de diferentes perfis e faixas etárias. Além de opção para o público de todas as idades, estimulam a diversão e, ao mesmo tempo, melhoram o condicionamento físico.

Fotos: Regina Maria / Secult PMSCS
Fonte e texto: SECULT São Caetano

https://www.saocaetanodigital.com.br/cultura-sao-caetano-oferece-aulas-gratuitas-de-zumba-e-fit-dance/

Veículo: Online -> Site -> Site São Caetano Digital

Seção: Cultura

Copyright © Clipclap 2025.