



CÂMARA MUNICIPAL DE INDAIATUBA



PALÁCIO VOTURA

Rua Humaitá, 1167 Centro – PABX: (19) 3885-7700.
CEP: 13.339-140 – Indaiatuba - SP

INDICAÇÃO ____/2023

INDICO, nos termos do artigo 163 do Regimento Interno dessa egrégia Casa Legislativa, a presente indicação, sugerindo ao Exmo. Sr. Prefeito Municipal Nilson Alcides Gaspar **que sejam realizados estudos para acrescentar o Pilates nas atividades oferecidas para os munícipes nos Centros Esportivos da cidade.**

Solicito após leitura em Plenário, que se officie a autoridade competente.

JUSTIFICATIVA

Sabemos da necessidade e cuidado com a saúde e o Poder Público deve buscar maneiras de desenvolver projetos, ações e programas que fortaleçam a saúde da população, realizando atividades para prevenção de doenças. A prevenção está profundamente relacionada a hábitos de vida saudáveis e combate ao sedentarismo e por essa razão, uma alternativa interessante para os munícipes de nossa cidade seria inserir o pilates nas atividades oferecidas nos Centros Esportivos.

O pilates é uma prática que usa o peso do próprio corpo para realizar exercícios que visam trabalhar o corpo todo para trazer um equilíbrio entre corpo e mente.

Esta prática é muito indicada para o cuidado com a saúde, pois ela é de baixo impacto e traz diversos benefícios como: melhora a flexibilidade, mobilidade e equilíbrio, alivia dores e estresse, fortalece os músculos das pernas e costas, etc.



CÂMARA MUNICIPAL DE INDAIATUBA



PALÁCIO VOTURA

*Rua Humaitá, 1167 Centro – PABX: (19) 3885-7700.
CEP: 13.339-140 – Indaiatuba - SP*

Desta forma, com o objetivo de proporcionar melhorias na saúde, indico ao Exmo. Sr. Prefeito que seja realizado um estudo para acrescentar pilates nas atividades oferecidas nos Centros Esportivos da cidade.

Certo da compreensão de Vossa Excelência e dada a relevância da matéria, aguardo atendimento à presente sugestão.

Plenário Joab José Puccinelli, aos 30 de junho de 2023.

Ana Maria dos Santos

Vereadora