



## PREFEITURA DE CARAPICUÍBA/SP

---

### **Com reabertura do Parque do Planalto, Secretaria de Esporte e Lazer realiza retomada gradual das atividades**

Secretarias: Esporte e Lazer

Data de Publicação: 24 de maio de 2021

No início deste mês de maio a Prefeitura de Carapicuíba entregou a reforma completa do Parque do Planalto. Com isso, a Secretaria de Esporte e Lazer iniciou a retomada gradual das atividades esportivas. E na última semana, já teve zumba ao ar livre.

Quem se inscreveu para a iniciativa Movimenta Carapicuíba foi chamado para a aula. Além disso, pessoas que passaram pelo local puderam participar.

As aulas de zumba vão acontecer todas quartas e sextas-feiras, às 7h15. Já as de aeróbica, serão realizadas às terças e quintas-feiras, às 8h no Parque do Planalto.

Já no Parque dos Paturis, as aulas de aeróbica vão acontecer às quartas e sextas-feiras, às 8h. E a zumba será realizada às terças e quintas-feiras, às 8h30.

Para se inscrever os interessados devem comparecer nos locais 30 minutos antes do início das atividades para a entrega de cópias do CPF, RG e comprovante de residência, além de atestado médico original. Para mais informações entre em contato com a Secretaria de Esporte e Lazer pelo e-mail: [secel@carapicuiiba.so.gov.br](mailto:secel@carapicuiiba.so.gov.br) e o telefone: (11) 4187-1101.

Quem já foi à secretaria se matricular e já realizou o exame médico neste ano de 2021 não precisa fazer novamente. Essas atividades não são tradicionais da Secretaria de Esporte e Lazer. São iniciativas de retorno, feitas ao ar livre, por possibilitarem o distanciamento e demais atitudes de prevenção à covid-19.



## PREFEITURA DE CARAPICUÍBA/SP

---

Maria Aderiza, de 58 anos, comemorou o retorno das atividades. “Estava há um ano parada e voltar é muito bom para a saúde. Aqui me sinto segura, os protocolos de prevenção à Covid-19 estão maravilhosos, tem até álcool em gel na entrada”.

Já Ana Clesia, de 54 anos, destacou os benefícios da atividade. “Essa prática é excelente. Maravilhosa. Já tirou pessoas da cama, da depressão, ajudou quem tem problema físico. Faz 14 anos que frequento o Parque Planalto, essa reforma foi fantástica e com a retomada das atividades está melhor ainda”.

E o professor Cícero Domingues, de 47 anos, mostrou estar bem animado com o retorno. “As pessoas já estavam sedentárias, por conta do tempo parado, sem opções para práticas esportivas. E o retorno da zumba, no parque, vai beneficiá-las, trazer mais alegria e amenizar os problemas que todos estão passando”.