



MINAS DO LEÃO

Idosos e pessoas com necessidades especiais começam a ter aula de capoeira

Categoria: Saúde

Data de Publicação: 18 de janeiro de 2018

Desde o início do ano, os participantes dos grupos Cuidando Com Carinho e NAAB (Núcleo de Apoio à Atenção Básica), de Minas do Leão, têm na sua rotina aulas de capoeira. Toda terça-feira, como forma de integração entre os grupos e para incentivar a prática de atividades físicas, os idosos e pessoas com necessidades especiais se encontram no Ginásio Eraldo Machado para as aulas, ministradas pelo professor Tiago Pacheco.

A cada semana a turma aumenta mais e, segundo Pacheco, é gratificante ver nas aulas pessoas que poderiam se sentir impossibilitadas de praticar qualquer atividade física. A coordenadora do Centro de Apoio Multidisciplinar, Kellen Ambos, afirma que o principal objetivo das aulas é mostrar que todos podem praticar atividade física, independente das limitações que tenham. "Idosos com mais ou menos mobilidade participam, pessoas com necessidade especiais dos mais variados tipos também... promovemos uma grande inclusão e deixamos claro que todo mundo pode participar", salienta Kellen.

