



No próximo sábado, dia 8 de junho, a partir das 9h, na Praça do Mercado Municipal (Praça Maria Aparecida Resitano), acontece mais uma etapa da programação do mês das Artes Marciais, evento realizado pela Secretaria de Esportes e Cultura em cumprimento a lei sancionada pelo município de autoria do vereador Roselei Françoso.

Durante esse segundo dia de atividades a população poderá assistir apresentações de Krav Maga, das 9h às 10h; de Capoterapia e Capoeira, das 10h às 11h e de Taekwondo, das 11h às 12h.

Krav Maga é um sistema de combate corpo a corpo, desenvolvido em Israel, que envolve técnicas de luta, torções, defesa contra armas, bastões, facas e golpeamentos.

A Capoterapia é uma terapia alternativa onde se utiliza elemento da capoeira adaptada para pessoas sem hábito de prática de atividade física ou esportiva, respeitando a condição física, as potencialidades, os limites e as características psicológicas individuais do praticante. As sessões de Capoterapia são acompanhadas de músicas, palmas e movimentos ritmados, onde os praticantes, coordenados pelo instrutor criam um ambiente descontraído e motivador do movimento numa atmosfera lúdica.

Já Taekwondo é uma arte marcial que originou um esporte de combate. O objetivo principal é formar seres humanos respeitados em todos os sentidos, desenvolver a inteligência, fortalecer o espírito e garantir boa saúde física e mental.

### **Confira a programação completa do Mês das Artes Marciais:**

#### **Sábado – dia 15/6**

9h às 10h – Karatê;

10h às 11h – Judô;

11h às 12h – Jiu-Jítso

**Sábado – dia 29/6**

9h às 10h – MMA;

10h às 11h – Kung Fu Taishan;

11h às 12h – Muay Thai.

(07/06/2019)

{gallery}junho\_2019/ArtesMarciais0706{/gallery}