

## ALUNOS DA UNIVERSIDADE SÉNIOR DA CURIA FAZEM GINÁSTICA DE MANUTENÇÃO AO AR LIVRE

Durante o mês de julho e à semelhança de anos anteriores, a Universidade Sénior da Curia está a desenvolver atividades de ginástica e de bem-estar no Parque das Termas da Curia. Este ano, a turma de “Ginástica de Manutenção” tem encontro marcado às quintas-feiras, das 17h00 às 18h30. Em tempo de pandemia, estas aulas ao ar livre respondem de forma positiva e saudável à ausência de convívio presencial.

A concretização das aulas implica o cumprimento de regras de higiene e segurança. Antes de cada aula é verificada a temperatura corporal de todos os envolvidos, sendo obrigatório o uso de máscara e a higienização das mãos com uma solução de álcool gel. Durante a aula, alunos e professores mantêm a distância física aconselhada pela Direção-Geral da Saúde. A turma não pode ultrapassar o limite máximo de 20 alunos.



Nws\_2020\_161