

ANADIA ESTÁ A COMEMORAR A SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO

Evento europeu decorre sob o lema “#Be Active”

O Município de Anadia é uma das autarquias que participa na “Semana Europeia do Desporto” (SED), iniciativa da Comissão Europeia que se encontra a decorrer desde o passado dia 23, e se prolonga até domingo, 29 de setembro, com um conjunto de eventos dirigidos a todas as camadas da população.

Contribuir para a criação de hábitos de vida saudável e para a promoção do desporto e da atividade física em toda a Europa, e continuar a gerar novas atividades, aproveitando as experiências positivas já existentes, são objetivos da SED, que, em Portugal, tem como entidade coordenadora o Instituto Português do Desporto e da Juventude.

Em Anadia, a semana começou com uma aula de karate, seguindo-se, na terça-feira, um dia aberto nas Piscinas Municipais. Ontem, no âmbito do projeto “Movimento Sénior é Vida”, realizou-se uma aula de ginástica dedicada aos seniores e a pessoas com incapacidade, e hoje, 27 de setembro, o Centro Escolar de Tamengos recebeu, durante a manhã, uma sessão especial de “A brincar também se aprende”, que permitiu às crianças participar em jogos tradicionais.

Para amanhã, sexta-feira, está agendada uma aula de Bootcamp, que decorrerá no Ecoparque de Anadia, entre as 18h30 e as 19h15, sendo a participação livre e gratuita.

O fim de semana vai ficar marcado por duas caminhadas. No dia 28, sábado, os participantes serão convidados a percorrer a “Rota das Avelãs”, nas freguesias de Avelãs de Cima e Avelãs de Caminho, com início marcado para as 9h30, na Igreja Paroquial de S. Pedro, em Avelãs de Cima. A SED termina no domingo, dia 29, com a comemoração do “Dia Mundial do Coração”, estando prevista, a partir das 10h00, a realização de uma caminhada e de uma aula de fitness, na Praça da Juventude, em Anadia.

A edição 2019 da SED de Anadia foi organizada pelo Município de Anadia, e contou com a colaboração do NKS – Núcleo de Karate de Sangalhos, das Freguesias de Avelãs de Caminho e de Avelãs de Cima, e da Fundação Portuguesa de Cardiologia.

O principal lema da campanha continua a ser “#BeActive”, procurando incentivar cada um a estar ativo durante a “semana”, mas também a permanecer ativo durante todo o ano, já que o desporto e a atividade física contribuem de maneira significativa para o bem-estar dos cidadãos europeus. Para além, do impacto positivo na saúde das pessoas, o desporto é também um excelente meio para veicular mensagens de tolerância e o reforço da cidadania em toda a Europa.



Nws_2019_301