



Neste sábado (30.07), a partir das 16h, a Prefeitura de Olinda, através da Secretaria de Esportes, promove um aula gratuito de RitBox e Zumba na Praça do Quartel, em Bairro Novo. Na ação, estará o criador da modalidade Ritbox, Wesley Hayka.

As modalidades são treinamentos ritmados que proporcionam vários benefícios para a saúde, entre eles, queima de gordura, definição muscular, além do aumento da resistência e um momento de diversão.