

Últimas vagas abertas para hidroginástica na Vila Olímpica, em Olinda | 1

A hidroginástica é uma das atividades oferecidas gratuitamente pela Prefeitura de Olinda na Vila Olímpica, em Rio Doce, e ainda estão abertas as últimas vagas para a turma, das 16h às 17h, nas terças e quintas. As pessoas interessadas devem ir até o local, das 8h às 16h, levando cópia da identidade, comprovante de residência, atestado médico: cardiológico e dermatológico.

Os benefícios são vários, como equilíbrio corporal, diminuição de ansiedade, melhora autoestima, ajuda a enrijecer os músculos e a controlar a pressão arterial. A Secretaria Executiva de Esportes, Lazer e Juventude funciona na Vila Olímpica, localizada na Avenida Brasil. 2196, Rio Doce.

