

09/05/2019 14:59 - Projeto disponibiliza aulas de dança do ventre



O projeto Viva Bem, criado com objetivo de promover qualidade de vida através da prática de atividades físicas, estreou, na tarde desta última quarta-feira (08), mais uma modalidade, a de 'Dança do Ventre', no auditório do Centro de Artes e Esportes Unificados (CEU).

Coordenada pela Secretaria Municipal de Esportes e Lazer (Semes), as aulas de dança do ventre são destinadas ao público adulto, principalmente mulheres, e serão realizadas sempre as quartas, a partir das 17h.

A atividade dispensa inscrições prévias, mas é ideal que as participantes levem lenços para o aprendizado e execução dos movimentos.

Além da novidade, o projeto contempla ainda aulas de alinhamento corporal, treinamento funcional, alongamento e outras danças, como zumba, sertanejo e ritmos. Todas as atividades são gratuitas.

Fonte: PMPV