

REQUERIMENTO Nº 003/2017

Vereador Proponente: Laudi José Witeek.

Senhor Presidente;

Senhores Vereadores;



Vereador **Laudi José Witeek**, requer depois de ouvido o Douto Plenário, que seja encaminhado expediente ao Poder Executivo Municipal para que proceda junto à Secretaria de Esporte e Lazer a viabilidade de promover **aulas de aeróbica na Praça de Eventos Tuto Pombo Caiapó**.

JUSTIFICATIVA:

Nobres Vereadores, os benefícios da aeróbica são incontáveis, muitos estudos demonstraram que as pessoas que praticam exercícios regularmente são menos vulneráveis a doenças virais. Os exercícios aeróbicos elevam o HDL – bom colesterol – e diminui o LDL- o colesterol ruim. Isso resulta em menos acúmulo de placa nas artérias, protegendo o sistema cardiovascular.

Sabemos que existe no município, auto índice de obesidade, hipertensão arterial, e diabetes. Os exercícios aeróbicos não só queimam calorias, como é o único tipo de exercício que queima diretamente gordura corporal. Para o corpo queimar gordura, o oxigênio deve ser usado para ajudar a produzir energia durante o exercício e isso é benefício exclusivo da atividade aeróbica.

São as razões do meu requerimento.

Plenário Vereador Adão Lote Resplandes, de Sousa, em 09 Março de 2017.



Laudi José Witeek
Ver. Laudi