



CÂMARA MUNICIPAL DE VIRADOURO

Estado de São Paulo

CNPJ: 60.256.484/0001-66

Processo nº 046/19
Protocolado às fls. 57
CÂMARA MUNICIPAL DE VIRADOURO
6 de 3 de 2019

INDICAÇÃO


Valéria Bidóia Valverde
Auxiliar Administrativo

O vereador Eder Rodrigues de Oliveira, infra assinado, no uso de suas atribuições legais, submete a seguinte indicação:

Indico ao Exmo Prefeito Municipal que se coloque no Ginásio Municipal de Esportes Luis Mantelli, TABELAS DE BASQUETE.

JUSTIFICATIVA

Exmo Senhor Prefeito, o Basquete está se tornando em nossa cidade uma modalidade bastante praticada entre os jovens.

A modalidade esportiva apresenta diversos benefícios para a saúde, tanto fisicamente quanto psicologicamente.

O basquete, como todos os esportes, só traz benefícios para a nossa saúde. Por ser um exercício dinâmico e geralmente jogado durante vários minutos, pode ser considerado predominantemente aeróbio, ou seja, ótimo para o nosso coração, pois o mantém forte e saudável. Também é muito bom para ajudar na manutenção do peso corporal e até a emagrecer.

Em momentos específicos, o basquete é um exercício anaeróbio, devido à grande quantidade de arrancadas, como nos momentos de contra ataques rápidos, o que proporciona uma grande potência, principalmente para os músculos dos membros inferiores.

Por falar em músculos, o basquete é completo no sentido muscular, pois são movimentados todos os existentes no nosso corpo, alguns mais que outros, e também com intensidades diferentes, dependendo da situação do jogo. Alguns



CÂMARA MUNICIPAL DE VIRADOURO

Estado de São Paulo

CNPJ: 60.256.484/0001-66

exemplos: a musculatura das pernas é muito exigida durante as corridas de deslocamento e saltos, como o utilizado na bandeja. Braços são muito usados durante passes e arremessos. Os músculos do abdômen fazem bastante força para auxiliar na respiração forçada que acontece ao longo do jogo.

Outro benefício que este esporte traz para quem o pratica é o convívio com os amigos, a satisfação e a alegria que isso traz. Coisas que sempre vêm acompanhadas de muitas risadas, o que é ótimo para o nosso corpo também.

São estas as razões por qual indico que se coloque Tabelas de Basquete no Ginásio Municipal de Esportes Luis Mantelli.

Contando sempre com vosso apoio incondicional, apreciação e admiração pelo esporte em geral.

Viradouro, 27 de Fevereiro de 2019

Eder Rodrigues de Oliveira

VEREADOR - PSD