Cras Vila América oferece aulas de cross training para adolescentes

Date : 03-08-2023

O Centro de Referência de Assistência Social (Cras) Vila América, em parceria com o CrossFit Onze Onze, está proporcionando aulas de cross training para adolescentes do Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculo (SCFV). As atividades acontecem às terças e quintas-feiras e têm como objetivo introduzir os jovens ao esporte, promovendo o seu desenvolvimento físico e o bem-estar.

A gerente do Cras Vila América, Kelly Newton, enfatiza que a iniciativa é uma oportunidade para que os adolescentes possam se envolver em uma atividade física que contribui para a saúde e a autoestima. “É gratificante ver como eles se envolvem com entusiasmo nas atividades. Os benefícios físicos e emocionais depois que eles passaram a praticar exercícios físicos são evidentes em cada um deles. A parceria com o CrossFit Onze Onze tem sido um grande sucesso, e estamos empenhados em continuar oferecendo oportunidades como essa”, afirmou a gerente.

Kelly

Tasso

Paulo

O projeto está em sua terceira semana e tem sido muito bem recebido tanto pelos jovens, quanto pelos instrutores do CrossFit Onze Onze. "Queremos que esses jovens tenham acesso ao treinamento de forma gratuita e que possam se desenvolver física e emocionalmente, além de se divertirem durante as aulas", relatou Tasso Tourinho, instrutor que tem acompanhado as atividades.

Quem também acompanha as atividades são os educadores sociais do Cras Vila América, que supervisionam os adolescentes. Paulo Henrique Barbosa é um dos educadores que têm assumido a tarefa de acompanhar de perto os jovens. Segundo ele, é gratificante ver o entusiasmo e a felicidade deles durante as atividades. "O objetivo é proporcionar momentos de lazer que os façam sentir bem, pois isso é essencial para um desenvolvimento saudável durante a juventude".

Yuri

Luiza

Os resultados das aulas já são perceptíveis para os participantes, é o que relata Yuri Carvalho, de 14 anos. "Antes eu só jogava bola com meu pai, mas desde que comecei a me exercitar no crossfit, minha mobilidade melhorou e até no futebol estou me saindo melhor". Luiza Oliveira, de 13 anos, também tem aproveitado as atividades e disse estar mais feliz agora que pratica esportes de forma recorrente. “Estou tendo uma ótima experiência aqui na Onze Onze, me sinto muito mais feliz e disposta sempre que participo das aulas. Agora, não quero perder nenhum dia, sempre que puder estarei aqui".

21
TotalEnergies

JUNTOS SOMOS ONZE ONZE!
11:11
OnzeOnze
GRUPO FARIAS

Onze4Onze
HYbrasil
Idiomas
Onze4Onze