

#tbFuncel | Entre em Forma VI e VII

Funcel Esportes

Postado em: 16/01/2025

No ano passado a Coordenação de Esportes realizou duas edições do projeto, em busca de promover mais saúde e bem-estar. Confira os registros das duas edições clicando na notícia.

Nos meses de junho e setembro, a Coordenação de Esportes da Funcel realizou, em parceria com o Bem+, a sexta e a sétima edição do projeto Entre em Forma. Com o objetivo de conscientizar os participantes sobre a importância de investir na saúde e bem-estar de maneira dinâmica, bem como de promover a melhora no condicionamento físico, cada edição contou com a participação média de 40 pessoas, distribuídas em duas turmas. As atividades ocorreram duas vezes por semana e incluíram diferentes circuitos de exercícios. Além disso, foram oferecidas frutas frescas ao término de cada sessão, e os participantes passaram por avaliações físicas antes e depois do projeto, permitindo o acompanhamento da evolução individual.