

Escolas

Actividades Lúdicas - Desportivas

O **VIZELA FITNESS** tem como objectivo promover a participação do maior número de crianças, num vasto conjunto de actividades desportivas ao longo do ano, bem como responder às suas necessidades concretas de ocupação dos tempos.

O **VIZELA FITNESS** pretende ser uma continuidade ao trabalho desenvolvido nas escolas, mas com especificidade na modalidade, de acordo com os interesses dos pais e das crianças.

Para satisfazer gente de palmo e meio, e lhes acalmar caprichos e birras, o **VIZELA FITNESS**, tem os seus recursos. Saiba quais são...

1) Actividades Ginásio

- Move your body (dança hip-hop)
- Aero kids
- Dança Recreativa
- Mini Jump (mini trampolim)
- Cycling Infantil (bicicletas)
- A magia do step
- Yôga infantil
- Power local infantil
- Capoeira
- Marcial Kids
- Karate Infantil
- Relaxamento
- Animação/Festas Aniversários

2) Actividades exteriores ao ginásio e Férias Activas. Além de todas as actividades do ponto 1, temos:

- Percursos Natureza
- Caça ao Tesouro
- Futebol
- Andebol
- Basquetebol
- Jogos Tradicionais
- Orientação
- Corrida de aventura

3) Porque o crescimento e desenvolvimento da criança deve ser feito de forma harmoniosa, propomo-nos a fazer palestras aos pais sobre obesidade infantil, nutrição e os benefícios do exercício físico, visando, essencialmente, o seu equilíbrio, quer físico quer emocional.

Rua Dr. Abílio Torres, 302
4815-552 Vizela
Tel.: 253 481 417
Fax: 253 484 285
Email: info@vizelafitness.com

WWW.VIZELAFITNESS.COM