

UEA/Tefé participa de evento que movimenta a cidade: O Dia do Desafio

O Centro de Estudos Superiores de Tefé da Universidade do Estado do Amazonas (CEST/UEA), em parceria com o SESC e outras instituições do município, participa, hoje, dia 25, das atividades físicas em comemoração ao DIA do DESAFIO. O objetivo é estimular as pessoas a praticar exercícios, além de promover a integração entre a comunidade.

Com o tema “Você se mexe e o mundo mexe junto!”, Tefé disputará com Linares, Cidade do México. Nesta edição do evento, a cidade que mobilizar a maior quantidade de participantes nas atividades desportivas será a vencedora.

De acordo com a diretora do CEST/UEA, professora Luciane Lopes, para o evento o Centro está com uma programação bem diversificada. “Estão previstos momentos em que a comunidade acadêmica interromperá suas atividades para a realização de exercícios de macroginásticas, coordenados pela turma de Educação Física de Tefé, o que motivará alunos, professores e funcionários a se envolverem na competição”, destacou a diretora.

O que é o Dia do Desafio?

Realizado sempre na última quarta-feira de maio, o Dia do Desafio propõe que as pessoas interrompam a rotina e pratiquem 15 minutos de atividade física.

Nesse dia, cidades do mesmo porte estabelecem uma competição para tentar envolver nas atividades a maior porcentagem de pessoas, em relação ao total de habitantes.

É uma disputa amigável, que estimula a participação. No desafio, os vencedores são os cidadãos que, além do corpo, exercitam a integração, a criatividade, a liderança, o espírito comunitário e começam a compreender a importância de fazer da atividade física um hábito para os outros dias do ano.

ANO_2011

Postado em 25/05/2011

Fonte: Portal da UEA