

## **Desafio dos 5km SESC**

### **Funcel Esportes**

Postado em: 08/08/2016

Na última quarta-feira, dia 4, no auditório da Celepar, a Profª Érica Castanho do SESC da Esquina apresentou os detalhes do DESAFIO DOS 5KM. O projeto, realizado pelo SESC em parceria com a Celepar e Funcel, visa atingir os interessados na prática da Corrida de Rua.

Fundação CELEPAR  
Coordenação de Esportes

08 de agosto de 2016, segunda-feira.

Na última quarta-feira, dia 4 de agosto, no auditório da Celepar, a Profª Érica Castanho do SESC da Esquina apresentou os detalhes do DESAFIO DOS 5KM. O projeto, realizado pelo SESC em parceria com a Celepar e Funcel, visa atingir os interessados na prática da Corrida de Rua.

O objetivo do desafio é proporcionar aos participantes, treinamento e prática sistemática de atividades físicas num período de três meses. Ao término deste período o participante será desafiado a realizar uma corrida de 5km.

Os treinos serão realizados as quartas-feiras, das 12h00 às 12h30, com início nesta semana, dia 10 de agosto. O ponto de encontro será o ginásio da Funcel.

Os interessados em participar devem enviar um e-mail para a Profª Érica: [erica.castanho@sesc.com.br](mailto:erica.castanho@sesc.com.br), informando nome e CPF. Também é indispensável a apresentação de atestado médico para iniciar os treinos. A inscrição é gratuita e o número de vagas é limitado.

E você, aceita o desafio? Uma baita oportunidade para quem quer começar a correr, ou para quem já calça os tênis com más intenções.

Na próxima quarta-feira, dia 24/08, o Dr. Marcelo Leitão (médico do esporte) estará ministrando uma palestra no auditório da Celepar, sobre a importância do acompanhamento médico para prática de atividades físicas. Mais detalhes serão divulgados em breve.

DESAFIO DOS 5KM Quartas-feiras, das 12h00 às 12h30 no ginásio da FUNCEL.  
#vemprafuncel #vemcomosesc #corridaderua

Coordenação de Esportes  
Profº Paulo Farias Paixão Junior  
Coordenadora Glucia Maria Pastro