

## **Funcel Fit Club - Funcional**

**Funcel Esportes**

Postado em: 04/03/2020

O Clube Fit da Funcel tem um novo desafio para associadas e associados: o treinamento funcional. A partir de 16 de março serão quatro semanas de acompanhamento, oito treinos complementares e implacáveis que nos aproximam de nossos objetivos. #vemprafuncel #vemproclube #funcel esportes

A partir do dia 16 de março o Funcel Fit Club - Funcional está de volta. Mais um evento da série de benefícios inestimáveis para nossas associadas e associados. O objetivo é ofertar uma prática dinâmica, com alta intensidade e curta duração, que conte com e desenvolva importantes valências físicas e nos aproxime de seus desígnios.

A atividade, praticada com regularidade, deve aumentar resistência e força desenvolvendo seu condicionamento. Os conteúdos desempenhados aceleram o metabolismo e podem ser grandes aliados no controle do peso corporal e diminuição do percentual de gordura.

As aulas ocorrem nas segundas e quartas-feiras às 18h35 (turma 1) e nas terças e quintas-feiras às 11h45 (turma 2).

São quatro semanas cheias de parceria. Oito aulas que se complementam e traduzem o seu esforço (e também o seu prazer) na busca pela melhora na qualidade de sua vida. Disponibilizamos ainda um conteúdo bastante especial com muitas orientações, dicas e curiosidades no grupo de WhatsApp com a intenção de incentivar o debate sobre nossa saúde. Funcel Fit Club - Funcional a partir de 16 de março em dois horários

As inscrições são gratuitas, porém limitadas, e devem ser confirmadas através de Mensagem Expresso para [funcel.esporte@funcel.org.br](mailto:funcel.esporte@funcel.org.br) até o dia 11 de março.

Venha fazer parte desse clube!

#vemprafuncel #fitclub #funcional #afuncelé+

Coordenação de Esportes

Prof. Paulo Farias Paixão Junior

Coordenadora Julio Cesar Ribeiro Taborda