

TREINAMENTO FUNCIONAL

Aulas Power Cross e Pump serão oferecidas na Polly Dance

>> **Fabiola Tormes**
Redação DS

A Academia Polly Dance, da Avenida Mato Grosso, reinaugurou um novo espaço para musculação, com aparelhos modernos, além de salas de massagem – o espaço Confort Life.

As novidades foram apresentadas na noite desta quinta-feira, 08, aos clientes, funcionários e amigos da rede Polly Dance, oportunidade em que novas aulas também foram apresentadas. Tratam-se do Power Cross, Pump e o Ballet Fitness. “São aulas funcionais que

estão no momento. Trabalham coordenação, força e aeróbico, tudo numa aula só. São aulas completas”, explica a empresária Silvana Varnier, ao destacar que o Power Cross é um programa de treinamento para condicionamento físico que unifica elementos de ginástica, levantamento de peso e atletismo para trazer resultados no âmbito da força e potência muscular. A modalidade já existe e é derivada do Crossfit.

Já o Pump consiste



A Academia Polly Dance vem sempre crescendo, inovando e buscando oferecer o melhor aos seus clientes

na elevação de pesos e barras de forma sincronizada. As aulas passam longe de serem monótonas, são estimulantes e energéticas, onde o aluno pode executar movimentos de musculação e melhorar sua resistência física. Além dessas, o Ballet Fitness, uma modalidade adaptada do ballet clássico, mais focada na garantia de tônus e definição muscular, que volta a ser ofertada aos alunos. A aula consiste em exercícios na barra técnica,

com ênfase em isometria, sustentação e repetição, mesclando abdominais e agachamentos.

CONFORT LIFE – O novo espaço criado pela visionária Silvana Varnier, além de aliviar o estresse do dia a dia, visa aliar a prática de exercícios físicos a massagens. São três salas que irão oferecer aos clientes Polly Dance massagens relaxantes e modeladoras, e ainda a drenagem linfática, com o objetivo de oferecer um serviço a mais

ao aluno de academia.

Há 30 anos em Tangará da Serra, a Academia Polly Dance vem sempre crescendo, inovando e buscando oferecer o melhor aos seus clientes. Atualmente, além da unidade localizada na Avenida Mato Grosso (matriz), a rede oferece também seus serviços em dois outros espaços – na Avenida Ismael José do Nascimento, no Jardim Califórnia e Rua Júlio Martinez Benevides, no centro da cidade.



Novo espaço para musculação



Outra novidade é o espaço Confort Life

TANGARÁ GOSPEL

Secretário responde requerimento de vereador



Tangará Gospel reuniu mais de cinco mil pessoas no Módulo Esportivo

>> **Assessoria de Imprensa**

O Secretário de Turismo de Tangará da Serra, José Bernadino, respondeu o Requerimento número 2015 encaminhado pelo Vereador Sebastian Ramos, que requer do Poder Executivo documentos e informações a respeito dos recursos públicos investidos na realização do I Tangará Gospel que reuniu mais de cinco mil pessoas no

Módulo Esportivo.

O I Tangará Gospel aconteceu no dia 29 de agosto e atraiu uma verdadeira multidão de Tangará da Serra e de toda a região, que assistiu a shows com grupos locais e ao show nacional do cantor Regis Danese. Em sua resposta, o Secretário encaminhou ao parlamentar todos os dados solicitados, com notas fiscais e documentações formais da empresa responsável pela execução do evento.

Bernadino salientou que o Tangará Gospel tratou-se de um evento de cunho cultural e social. “A Lei Federal número 12.590 de 2012 reconhece a música gospel e os eventos a ela relacionados como manifestação cultural e foi exatamente isso o que promovemos com o Tangará Gospel, bem como uma ação social que foi a arrecadação de alimentos repassados à Secretaria de Assistência Social”, frisou.



Agro Pet
Peixes

*Ser **criança** é ser feliz, é acreditar que tudo é possível...
Dê a seu filho um aquário de presente!!!*



Temos peixes ornamentais e aquários de vários tamanhos e modelos.

Av. das Palmeiras nº 324-N - Jd.Tarumã - Tangará da Serra-MT



Crianças

(65) 3326-5063
(65) 9641-1544