



CÂMARA MUNICIPAL DE VALINHOS

ESTADO DE SÃO PAULO

C.M.V. Proc. Nº 3492/15
Fls. 01
Resp. ✓

Requerimento n.º 3302 /2015.

Senhor Presidente.

O Vereador Antonio Soares Gomes Filho, requer nos termos regimentais após aprovação em plenário seja insertos nos anais desta Casa de Leis Voto de Louvor e Congratulação a academia CROSSFIT (SKONS) pelo seu primeiro aniversario comemorado no ultimo dia 19 de julho 2015 em nome do seu proprietário Ely Danilo de Lima .

No ultimo dia 19 de Julho 2015 a Academia CROSSFIT (SKONS) comemorou seu primeiro aniversario de fundação na Cidade de Valinhos. Com o objetivo de oferecer mais uma opção no gênero de academia, Ely Danilo de Lima pesquisou e trouxe para Valinhos o que existe de melhor no que diz respeito ao treinamento de força e condicionamento físico com objetivo de melhorar a competência do indevido em todas as tarefas físicas.

São treinamentos que proporciona a mais ampla adaptação fisiológica a qualquer tipo de pessoa, independente de se tratar de um atleta de elite, de um idoso ou de uma criança, pois todos temos as mesmas necessidades, variando apenas a intensidade com que as tarefas são realizadas.

O CROSSFIT originou-se nos Estados Unidos criado pelos Ex Ginasta Greg Glassnan e Lauren Glassnan.

O CROSSFIT é orientado para o resultado, baseando-se em três princípios, movimento funcionais, alta intensidade e variação constante, onde a combinação destes princípios tem por objetivo trabalhar as dez aptidões física do individuo: resistência cardiorrespiratória , resistência física muscular, força, flexibilidade, agilidade, velocidade, potencia, coordenação, precisão e equilíbrio, melhorando assim, a qualidade de vida de quem pratica e estar sempre preparado para qualquer situação independente de especialidade.

Hoje a academia conta com três profissionais qualificados atendendo diariamente em três períodos.

Parabenizo a todos os funcionários, professores, alunos e adeptos a gêneros.

Solicito a colaboração do Nobre Plenário na aprovação da propositura e que seja expedido certificado por esta Casa de Leis em nome do Sr. Ely Danilo de Lima em homenagem ao primeiro aniversario da Academia CROSSFIT.

Valinhos, aos 05 de Agosto 2015.

Tunico
Vereador