

A TRIBUNA COM VOCÊ EM ITAPOÃ

Aula de dança flamenca para ficar em forma

Moradores do bairro de Vila Velha que participam das aulas de dança aproveitam para fortalecer os músculos e perder peso

Thainná Karina

Quem deseja aprender dança de salão ou a dança flamenca para deixar o corpo em forma pode contar com as aulas que acontecem toda semana, na Associação de Moradores de Itapoã, em Vila Velha.

Entre os benefícios que a dança oferece ao corpo estão melhorias na postura e equilíbrio, desenvolvimento do cálcio nos ossos e perda de peso, segundo a professora Tânia Beatriz Rodrigues da Silva.

“Antes de começar a aula de dança flamenca, os alunos passam por uma preparação física, que é um aeróbico de 20 minutos. Depois, começam a praticar a dança, que mexe muito com os braços e, principalmente, com as pernas e pés por causa do sapateado”, comentou Beatriz.

De acordo com ela, é possível manter o corpo em forma com a dança flamenca. Os resultados começam a aparecer após quatro meses de aula.

“Ela fortalece os braços, pernas e abdômen e facilita a perda de peso, proporcionando mais tônus muscular e resistência física. É difícil ver um aluno que pratica essa dança com alguma gordurinha no abdômen”, comentou.

Beatriz, junto de seu aluno João Rodrigues, disse que a dança proporciona também alegria. “A dança é de origem espanhola e mostra



A PROFESSORA Beatriz e seu aluno João Rodrigues se dedicam à dança

os sentimentos e as emoções vividas por esse povo. É sempre uma dança animada e festiva, com roupas alegres e muito volume.”

Na associação, que fica na avenida Jair de Andrade, é possível ainda fazer aulas de capoeira, kung fu e participar das atividades da terceira idade.

Segundo a presidente da Associação de Moradores de Itapoã, Sandra Ataíde Rangel, o grupo da terceira idade é formado por mais de 50 pessoas.

“O grupo realiza várias atividades, tanto na orla da praia como na associação. É a única atividade gratuita. Qualquer pessoa pode participar das aulas, mas nas demais atividades é preciso pagar uma taxa, e os moradores de Itapoã têm descontos especiais”, informou.

TERMÔMETRO



O MELHOR
CRESCIMENTO
COMERCIAL



O PIOR
MORADORES DE
RUA NA PRAÇA

SOLUÇÃO

O que melhorou

Desde que a reportagem de **A Tribuna com Você** visitou o bairro Itapoã, Vila Velha, em 2012, houve melhorias na iluminação pública; sinalização de algumas vias do bairro, com placas, faixa de pedestre e quebra-molas; e novas lojas foram abertas.

O PREFEITO RESPONDE



Quando vai começar o projeto de revitalização das nove ruas paralelas de Itapoã, como a rua Ameixeira, Moreira, Antônio Régis dos Santos, Porto Alegre, entre outras, que foi prometido nessa gestão?

LUIZ HELDER PANETO, 57, comerciante

RODNEY MIRANDA - Nós protocolamos o projeto de revitalização das ruas de Itapoã junto à Sedurb, e estamos aguardando a liberação de recursos por parte do governo do Estado, que tem sido parceiro do município em diversas ações.



Por que ainda não tivemos a finalização do fechamento do Canal da Costa? O fechamento vai melhorar a qualidade de vida dos moradores. Por que ainda não aconteceu?

JÉSSIA AZEVEDO MARINS, 56, assistente social

RODNEY MIRANDA - A baixa inclinação do Canal da Costa, somada ao relevo do município, fazem com que sejam necessárias constantes dragagens no local para que a água escoe de maneira mais eficaz. Esse tipo de intervenção só é possível, naturalmente, se o canal estiver descoberto.



Quando a Unidade de Saúde volta a funcionar? Temos mais de 40 mil habitantes em Itapoã e não temos uma unidade de saúde. Por que ela foi fechada?

MARSE HELENA MARTINELI, 69, professora

RODNEY MIRANDA - Nunca tivemos Unidade de Saúde em Itapoã. A população do bairro é atendida pela US de Coqueiral. Está prevista a construção de uma Unidade de Saúde em Divino Espírito Santo, que também atenderá Itapoã. A construção faz parte de convênio com o Estado, e deverá ser entregue no segundo semestre de 2016.

REIVINDICAÇÕES

FOTOS: LEONE IGLESIAS/AT



Praça — Moradores pedem a retirada de moradores de rua da praça Agenor Moreira.

RESPOSTA - A Secretaria de Assistência Social informa que uma equipe foi à praça e identificou três pessoas em situação de rua que recusaram encaminhamentos, e vai intensificar as ações, a fim de fortalecer o processo para retirá-las das ruas.

Limpeza - Moradores reclamam da sujeira em várias ruas do bairro.

RESPOSTA - A prefeitura informa que 40 funcionários estiveram em Itapoã fazendo serviços de capina, raspagem e varrição de ruas e limpeza de bueiros. Nesta semana, foi feita a manutenção e implantação de áreas verdes em praças e canteiros. Nas próximas, o serviço de varrição será retomado.



Abriço — Moradores pedem abrigo de ônibus nas avenidas São Paulo, Jair de Andrade e na rua Belém, entre outras.

RESPOSTA - A prefeitura informa que está levantando os locais onde há maior necessidade de abrigos de ônibus para iniciar a instalação de novas estruturas. A inclusão das avenidas citadas será analisada.