

Dia do desafio no Shopping TOTAL

Na próxima quarta-feira, dia 27 de junho, acontece o Dia do Desafio no Shopping TOTAL, a partir das 9h, no Largo Cultural do empreendimento.

Diferentes atividades estão sendo preparadas para receber o público neste dia, que tem como proposta repensar os hábitos, alterar a rotina e iniciar uma atividade física que irá refletir, a longo prazo, em diferentes benefícios para a saúde física e mental.

Brinquedos para as crianças, aulas de ritmo, dicas de judô, alongamento e passeio ciclístico estão na programação do Dia do Desafio no TOTAL. A ação é realizada em parceria com o SESC, PedAlegre, Ciclotatividade, EPTC, SOGIPA e Academia Mudança e é gratuita.

O Shopping TOTAL fica na Avenida Cristóvão Colombo, nº 545, Bairro Floresta. Em caso de chuva o evento será transferido.

PROGRAMAÇÃO:

9h às 18h – brinquedos SESC

12h – aula de ritmos com a Academia Mudança

13h às 15h – interação e dicas de Judô com as atletas da SOGIPA – Jéssica Lima e Rochele Nunes

17h30 – concentração para o Passeio Ciclístico

17h40 – alongamento com a Academia Mudança

18h – largada do Passeio Ciclístico

SERVIÇO

O que? Dia do Desafio Shopping TOTAL

Quando? 27/06

Onde? Largo Cultural

Horas? 9h às 18h

Quanto? Gratuito