

## 1. Fundamental ao corpo

**17/08/2010 Gazeta de Piracicaba SP Jornal COSAN**

---

Prática de esportes Parceria entre Sesc e Gazeta prevê ações educativas no sábado; chips e kits da corrida vão ser entregues

O Sesc Piracicaba, em parceria com a Gazeta de Piracicaba, realiza neste sábado (21) o Espaço Saúde: Consciência e Prática. O evento acontece das 14 às 17h30 e é uma oportunidade de autoconhecimento, com a revisão de práticas adequadas para uma melhora da qualidade de vida. Os inscritos na 2ª edição da Corrida de Rua da Gazeta também poderão fazer a retirada do chip/kit para corrida.

O espaço vai destacar a importância da aquisição de hábitos saudáveis, abordando a postura corporal, avaliações da pisada e percentual de gordura, saúde da voz e audição, alimentação equilibrada, higienização bucal, aferição da pressão, peso, altura, odontologia esportiva, combate ao estresse dos corredores, caminhantes seus familiares e comunidade em geral.

Ações educativas e preventivas são propostas pelos profissionais de instituições da área de saúde: Secretaria Municipal de Saúde (Higienização e Saúde Bucal, Unimep (cursos de Educação Física, Fisioterapia, Fonoaudiologia, Nutrição), Faculdade Anhanguera (Enfermagem), Faculdade de Odontologia de Piracicaba (Odontologia Esportiva).

As intervenções culturais e corporais privilegiarão a dança, teatro (esquetes), poesia e canto coral. Também haverá apresentações de Tai Chi Chuan, Kung Fu, alongamento e ginástica multifuncional.

A corrida tem patrocínio da Caixa, Acipi, Honda Aversa e Cosan. (FR)

### Corrida no domingo

A 2ª edição da Corrida de Rua da Gazeta de Piracicaba acontece domingo, a partir das 9 horas no Parque da Rua do Porto (concentração e aquecimento acontece às 8h30). As inscrições continuam durante essa semana e podem ser feitas na Gazeta de Piracicaba (avenida Estados Unidos, 1.106 - Cidade Jardim), Loja Inter Tennis (avenida Carlos Botelho, 540) ou pela internet [www.ativo.com](http://www.ativo.com). O valor das inscrições é R\$ 40, único para homens e mulheres, corredores ou caminhantes. A corrida é uma realização da Gazeta de Piracicaba, com organização da Perosa Marketing & Sports, patrocínio da Caixa Econômica Federal, apoio da prefeitura e supervisão da Federação Paulista de Atletismo. São cinco quilômetros com livre opção para corrida ou caminhada, de acordo com a preferência e condicionamento de cada atleta inscrito. Para evitar acidentes e desconfortos, aos caminhantes é recomendado o posicionamento na parte final da área de largada.