



Se você colocou o fim do sedentarismo e a melhoria da forma física entre suas metas para 2018, deve aproveitar esta oportunidade: o Sindicato iniciará um Clube de Corrida e Caminhada, aberto a todos os servidores e também a pessoas de fora da categoria, de qualquer idade.

As atividades serão realizadas nas manhãs de domingo, a partir de 25 de fevereiro, no Elevado Presidente João Goulart (Minhocão), sob a orientação do professor de educação física Alex Raval Bertozzi. Os participantes serão divididos em grupos, de acordo com a idade e a condição física.

O Clube é mais um incentivo à atividade física e um espaço de socialização criado pelo Sindicato, que já organiza o Futebol do Judiciário (nas noites de quinta-feira, no Playball

Pompeia) e a Copa Sintrajud de Futebol Society.

Os servidores sindicalizados e funcionários do Sintrajud estão isentos de qualquer cobrança para participar das atividades. Os não sindicalizados pagam R\$ 20 a cada participação; terceirizados e prestadores de serviço pagam R\$ 10.

No dia 25 de fevereiro, os corredores e caminhantes vão se concentrar às 10h na alça de acesso ao Minhocão que fica próxima ao Largo do Arouche.

Alex Bertozzi recomenda que os participantes usem roupas leves e que façam uma refeição também leve, cerca de uma hora antes das atividades, além de cuidar da hidratação. Também é importante que preencham o questionário que acompanha a [ficha de inscrição](#).

Participe!



Clube de Corrida e Caminhada do Sintrajud

Quando?

A partir de 25 de fevereiro

Todos os domingos, às 10h

Onde:

Elevado Pres. João Goulart (Minhocão)

Concentração no acesso próximo ao Largo do Arouche

Quanto?

Sócios e funcionários do Sintrajud: grátis

Servidor não sindicalizado: R\$ 20 por participação

Terceirizados e prestadores de serviço e outros: R\$ 10 por participação

TALVEZ VOCÊ GOSTE TAMBÉM



PEC 10 vai ao Plenário após ser aprovada na CCJ com garantia de quinquênios só para juízes e autoridades



**Acesse aqui a plataforma
de participação e votação
na assembleia**

27/4 (sábado) - 14h - on-line

Credenciamento a partir das 9h, aqui



Confira aqui o passo a passo para participar da assembleia do dia 27/4 e eleger seus/suas representantes



O que é e porque é fundamental aprovar o PCCS