



Sintrajud oferecerá aulas semanais de capoeira



A partir do dia 17 de julho, o Sintrajud vai oferecer aulas semanais de capoeira angola semanalmente para os servidores do Judiciário Federal. As aulas serão ministradas pelo servidor do TRT Eduardo Galindo, que pratica capoeira desde 2007 e já foi instrutor em Salvador, na Academia de João Pequeno de Pastinha - CECA-RV.

O instrutor Eduardo Galindo lembra que não é preciso ter nenhuma habilidade prévia para começar a praticar, “o desenvolvimento vem naturalmente e sem atropelos”, afirma. Ainda segundo o instrutor, a atividade envolve desenvolvimento musical e físico, além da valorização cultural afro-brasileira.

“A capoeira em geral - e a capoeira de angola em específico - é uma atividade que trabalha a musicalidade, o desenvolvimento da condição física aeróbica e anaeróbica e ainda a valorização do conhecimento ancestral afro-brasileiro; é uma atividade saudável nos mais diversos aspectos que a gente possa observar”, destacou Eduardo.



Sintrajud oferecerá aulas semanais de capoeira | 2



As aulas são gratuitas para os servidores sindicalizados. Já os que ainda não são sócios do Sindicato pagam R\$ 30 a cada participação. A primeira aula será na quarta-feira, 17 de julho, a partir das 19h30, no Sintrajud (Rua Antonio de Godoi, 88, 15º andar). As inscrições poderão ser feitas através do email sociocultural@sintrajud.org.br ou pelo telefone (11) 32225833.

A aula de capoeira é mais um incentivo à atividade física e um espaço de socialização criado pelo Sindicato, que já organiza o Clube de Corrida, Futebol do Judiciário e a Copa Sintrajud de Futebol Society. Além disso, o Sindicato também contribui anualmente e incentiva as inscrições dos servidores na Olimpíada da JT.

Participe!