

27/09/2019 – Niterói tem neste fim de semana uma vasta programação para se dar adeus ao sedentarismo. Diversos eventos esportivos, apoiados pela Secretaria Municipal de Esporte e Lazer, acontecem em vários pontos da cidade, atendendo “atletas” de todas as idades. E o melhor, em locais públicos com acesso gratuito.

No sábado (28), a partir das 6h, acontece a edição do Esporte Presente SMEL 2019, em vários bairros da cidade. As atividades são gratuitas numa programação para a toda família.

Às 6h será realizada aula de Tecido Acrobático, na Praia da Boa Viagem e às 7h é a vez da Canoa Havaiana na Praia de Icaraí. Às 8h, quatro opções de atividades: aula de dança no Horto Barreto; futsal na Praça Odir Sereno, no Largo da Batalha; vôlei na Praia de Icaraí, em frente à Rua Presidente Backer; e futebol no Campo Maceió. A partir das 8h30, é a vez do circuito funcional na Praia de São Francisco e às 9h as aulas serão de vôlei (Praia de Piratininga - quiosque 7) e Wrestling - Luta Livre (12º Batalhão da PM). A Praia de São Francisco terá, a partir das 9h, massagem desportiva. O evento pode ser cancelado em caso de chuva.

Nas areias da Praia de Icaraí, sábado e domingo, acontece a 4º Edição da Copa FutAlta, torneio de alinha e Futevôlei, a partir das 9h, com participação dos principais atletas niteroienses das duas modalidades esportivas. As partidas das categorias iniciantes e amador serão sábado (28) e a mista de futevôlei e dos competidores de alinha, no domingo (29).

Para o Canal de Itaipu, na Região Oceânica, está prevista a 2ª Etapa do Circuito ASN Puro Suco Nova Geração, campeonato para surfistas de até 14 anos, no sábado ou domingo, com início às 9h. Há a possibilidade de transferência de local, já que a Comissão da ASN irá monitorar as condições do mar e do vento. Essa etapa integra o circuito niteroiense e também contará 500 pontos para o ranking estadual da FESEREJ (Federação de Surfe do Estado do Rio de Janeiro). Acompanhe as atualizações pelo site www.asn.org.br.

No domingo (29), a partir das 9h, tem "Domingo de Lazer", na praça João Saldanha, em Santa Bárbara, com equipe da SMEL e muitas atrações como teatro infantil, totó, gincanas, lanche, entre outras. Esse projeto foi idealizado pelo secretário da Esporte e Lazer de Niterói, Luiz Carlos Gallo, para proporcionar atividades esportivas e recreativas para moradores de Niterói.

Yoga ao ar livre – Se sua pegada é mais zen, tem yoga gratuita ao ar livre, neste sábado (28), às 9h, na Praça Dom Navarro (Av. Almirante Ary Parreiras), na 2ª edição do Yogaça. O ponto será a Igreja de São Judas Tadeu (na esquina com a Praia de Icaraí), a partir das 8h30. O evento é organizado pelo Espaço Yoga Integrado (EYI) e tem o apoio da Prefeitura de Niterói, por meio da Coordenadoria Geral de Eventos (CGE).

Para participar é preciso se inscrever pelo whatsapp 99914-0534 (Henrique Moraes) ou pelas redes sociais @moraes.henrique (Instagram) ou @henriquemoraesyogaintegrado (Facebook). Haverá sorteio de brindes, entre eles, um mês de yoga grátis no Espaço Yoga Integrado (EYI), em Icaraí. O evento arrecadará alimentos não perecíveis para serem doados à Casa Maria de Magdala, por isso, é pedido aos inscritos que levem um quilo de alimento não perecível como doação.

Para participar da Yogaça, cada participante deve levar seu mat (tapete de yoga) ou uma canga, garrafinha de água, ir com roupa de ginástica, chapéu ou viseira e protetor solar. De acordo com o instrutor de yoga Henrique Moraes, não é preciso ser praticante de yoga para fazer a aula.