

“Regados” com neve artificial

Evolution proporciona mega aula de fitness



O Evolution realizou uma mega aula de fitness, que resultou num espectáculo de sucesso, que ficou na “história” desportiva da cidade do Montijo.

O Evolution do Montijo proporcionou um espectáculo cheio de beleza, onde nem a neve artificial faltou, para “regar” os entusiastas participantes do Winder Class.

O dia com a temperatura a rondar os dez graus não evitou que o sol aparecesse, para alegrar a mega aula de fitness realizada pe-

lo EVOLUTION WELLNESS & FITNESS CENTER, na entrada principal do Fórum Montijo.

O espectáculo ficou marcado pela diversão e descontração proporcionado pelos lançamentos das novas coreografias das aulas da Les Mills, disponíveis diariamente no Health Club.

O Evolution é representado por uma equipa simpática, que contou com a parceria da DecorX e Raincolour, e os apoios do Fórum Montijo e da Câmara do Montijo, na produção deste dia dedicado ao hábito saudável da prática do exercício físico.

Aproveite a campanha do Dia dos Namorados para se inscrever gratuitamente, entre os dias 10 e 14 de Fevereiro, e esteja preparado para as próximas actividades.



Parceria entre instituições do concelho

Winter Class Evolution no Fórum Montijo

Apesar do frio e do nevoeiro que se faziam sentir na Cidade de Montijo, e depois dos apelos dos orientadores do Evolution Wellness & Fitness Center local, algumas dezenas de jovens juntaram-se no recinto instalado no Fórum Montijo para o primeiro

"Winter Class Evolution", realizado no terceiro sábado de Janeiro.

Trata-se, somente, da primeira mega-aula de fitness debaixo de neve (artificial). No início eram muitos os casacos e os gorros, mas com o aquecer dos movimentos rapidamente o habitual cenário das t-shirt's e dos calços tomaram conta do cenário.

De referir que a iniciativa apoiada pela Câmara Municipal de Montijo e pela Decor X permitiu demonstrações de power jump, boddy pump, boddy balance, RPM, body attack e body combat, entre as 10 horas e as 17 horas do último dia 20 de Janeiro.

Muitos foram os que passaram para assistir de fora. Crianças, idosos, jovens e casais consideraram a iniciativa interessantes, mas revelaram ao Jornal de Alcochete não ter coragem para despir o casaco e acompanhar os movimentos ordenados pelos monitores de cada modalidade.

Segundo a organização do evento, "a iniciativa pretende demonstrar que qualquer ambiente é propício à prática do desporto". E, aproveitando a magia do Inverno e da neve, houve uma tentativa de proporcionar momentos únicos a todos os que quiseram participar nos lançamentos das novas coreografias das diversas modalidades da "Les Mills". AFS



Apesar di frio e do nevoeiro que se fazia sentir na cidade de Montijo, alguns jovens tiveram a coragem de despir casacos e ginastigar.