



INFORMATIVO

Ações ACAD Brasil

► Mercado: o evento “Em Frente Educação Física” será dia 14 de agosto



Imperdível! No sábado, dia 14 de agosto, o evento “Em Frente Educação Física” vai reunir especialistas em palestras e debates sobre o mercado. A abertura do evento ficará por conta de **Nelson Leme**, presidente do CREF4-SP, e **Ailton Mendes**, presidente da ACAD Brasil, entidades realizadoras do encontro.

O líder da ACAD Brasil em São Paulo, **Almir Mendes**, vai ministrar a palestra “O fitness sem fronteiras”

com a apresentação de cases de sucesso para orientar os profissionais de Educação Física. Também está na programação a apresentação de uma pesquisa realizada pelo CREF4-SP sobre a atuação dos profissionais de Educação Física em meio à pandemia.

Realize sua inscrição: www.even3.com.br/emfrenteef/

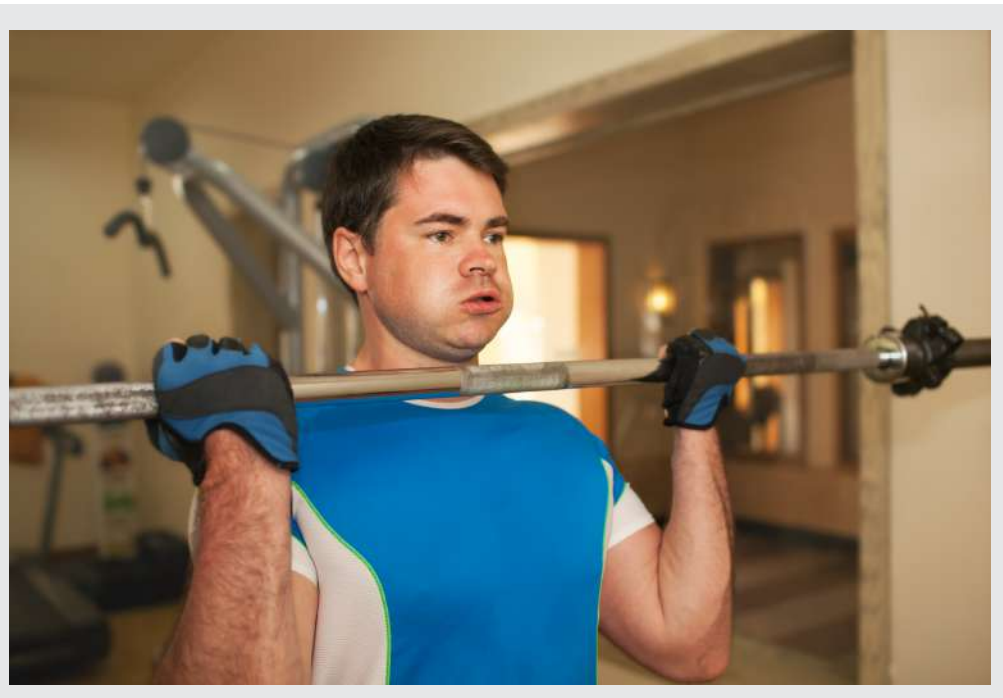
► Santa Catarina: município de Chapecó aprova lei de essencialidade



Mais um município a favor da saúde! Essa semana, a câmara de vereadores de Chapecó aprovou a lei que torna a atividade física e as academias essenciais.

“Esse é o resultado dos esforços e da ação conjunta da nossa Associação, do CREF-SC e de empresários do município. Mais uma vitória que comprova a importância da união do setor”, disse **Luciano Signori**, líder da ACAD Brasil em Santa Catarina.

► Novo estudo: levantamento de peso reduz a probabilidade de obesidade



Os resultados de um novo estudo com foco em exercícios de resistência e gordura corporal revelaram que as pessoas que levantam pesos têm 20% a 30% menos chances de se tornarem obesas do que aquelas que não o fazem. Os exercícios de resistência devem ser incorporados aos treinos por um período mínimo de duas horas, pelo menos duas vezes por semana.

“Meu o conselho é que sejam feitos alguns exercícios de peso corporal antes ou depois da caminhada diária, por exemplo. O estudo observou que o menor risco de obesidade é quando os participantes fazem levantamento de peso combinado com exercícios aeróbicos”, disse **Angelique Brellenthin**, Ph.D., líder do estudo. [Confira a íntegra do estudo!](#)

PATROCINADORES:



Sua marca no Informativo ACAD Brasil!

Não perca a oportunidade de se associar às mais relevantes notícias sobre a indústria do fitness. Informações sobre espaço publicitário:

Clique aqui, fale conosco: (21) 96445-5939

Acompanhe o setor fitness!

Veja outros Informativos



Dúvidas? Entre em contato:

(21) 96445-5939

atendimento@acadbrasil.com.br