

INFORMATIVO



+ SP: ACAD participa de Plano Municipal de Desenvolvimento Econômico



À convite da Prefeitura de São Paulo, no início da semana, o presidente da **ACAD Brasil, Ailton Mendes**, participou de uma reunião com representantes da **Secretaria de Desenvolvimento Econômico**.

"A reunião faz parte de uma série de discussões estratégicas para definir e elaborar o Plano de Desenvolvimento Econômico do município de São Paulo, para os próximos dez anos. É de suma importância

que o nosso setor tenha sido incluído neste projeto e possa participar da construção deste Plano", disse Ailton Mendes.

No próximo dia 26, haverá outra reunião, novamente com a participação da **ACAD Brasil**. **É a Associação fazendo de tudo para garantir o desenvolvimento do setor de fitness.**

+ Estudo: atividade física pode retardar progressão de Parkinson



A descoberta vem de um estudo de seis anos que acompanhou 237 pessoas que estavam desenvolvendo Parkinson. **Pessoas que fizeram pelo menos quatro horas de exercícios moderados a vigorosos por semana, como caminhar ou dançar, tiveram um declínio mais lento no equilíbrio e na caminhada cinco anos depois**, em comparação com aqueles que eram fisicamente inativos.

"Nossos resultados sugerem que nunca é tarde para alguém com Parkinson iniciar um programa de exercícios para melhorar o quadro da doença. A atividade física regular pode realmente melhorar o estado, a longo prazo. O melhor de tudo é que o exercício é de baixo custo e tem poucos efeitos colaterais", disse o autor do estudo, Kazuto Tsukita, da Universidade de Kyoto, no Japão

Leia o estudo na íntegra, clique aqui!

+ Errata: Conselhos Regionais de Educação Física têm novos dirigentes

No informativo do dia 14 de janeiro, o nome do presidente do **CREF2-RS** não foi atualizado. O novo presidente é **Alessandro Gamboa**.



CREF2-RS
Alessandro Gamboa



Acompanhe o setor fitness!

Fique por dentro das mais importantes novidades sobre o setor de fitness!

[Veja outros Informativos](#)

Economize com a ACAD Brasil!

Confira algumas das vantagens de se tornar Associado

Mais que benefício.

É vantagem de mercado.

TAXAS A PARTIR DE **0,85%**

PARCERIA ACAD BRASIL

[Eu quero!](#)

Aperte o Play

NA REGULARIZAÇÃO!

Redução de até 46% no ECAD
exclusivo para academias associadas

[Garante o Benefício!](#)

[Conheça todos os benefícios!](#)

PATROCINADORES:

