

**Campanha do
AGASALH**
ESPAÇO FUNCIONAL MÔNICA PIMENTA



O objetivo da Campanha deste ano é ajudar a FIC, entidade que cuida de deficientes cerebrais (www.ficfeliz.org.br).

Faremos uma aula aberta no parque Vila Lobos. Traga seus amigos e familiares para participar. Doe um agasalho em bom estado.

Dia 04 de junho as 9:00 horas
Local: Próximo as quadras de tênis

AULÃO

26 DE JUNHO
ÚLTIMA SEXTA-FEIRA DO MÊS

Pensando em apresentar todas as atividades do Espaço Funcional vamos preparar outra SUPER aula no mês de Junho para todos alunos de todos horários. Queremos mostrar como uma modalidade pode ajudar na evolução de outra.

Evento gratuito, traga seus familiares e amigos!



**CURSO:
KETTLEBELL
TRAINING**

Atualizar e qualificar os profissionais de educação física e praticantes de vários esportes a conhecer na prática o treinamento com Kettlebell, utiliza-lo na preparação física, e muito mais...

Informações:
www.espacofuncional.com.br
(aba cursos)



**NOVIDADE NO
ESPAÇO
FUNCIONAL**

Novo professor de "Treinamento Funcional, especialista em Kettlebell e Clubbell, João Rosário", presidente da Federação Brasileira de Kettlebell Lifting, certificado pelas mais importantes escolas de Kettlebell do mundo.

**SER
VI
ÇOS**



BENEFICIOS PARA VOCÊ !

O Espaço Funcional fez diversas parcerias com o comercio da região.

Fique de olho em seu e-mail e no site.



Visite e curta nossa página no Facebook e Instagram

Espaço Funcional
Mônica Pimenta
@espacofuncional

DICA MONICA PIMENTA

Estudos da Universidade de Pittsburg nos Estados Unidos apontam que pacientes que têm contato frequente com a luz do sol, além de manterem bons níveis de vitamina D recuperam-se mais rapido de doenças e sentem menos dores em comparação com àqueles que não costumam estar em ambientes externos. Então abusem das atividades externas!!!

