



Revista do CREF 7

7ª Região - Distrito Federal - Goiás - Tocantins

Impresso
Especial

007312001-DR/BSB/ECT
CREF/DF

/// CORREIOS ///



Órgão de divulgação do CREF7 - CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA 7ª REGIÃO - Ano VI - Nº 17 - maio/2006

Clube da Educação Física

O CREF 7 propicia mais um benefício
para o Profissional registrado



Transição no CREF 7:

Lúcio Rogério passa a Presidência para **Alexandre Fachetti**

DESTAQUES NESTA EDIÇÃO:

- **EDITORIAL:** Por Alexandre Fachetti - pág. 3
- **PRESTAÇÃO DE CONTAS:** Demonstrativo Financeiro 2005 - pág. 5
- **FISCALIZAÇÃO:** Estágio em Educação Física - pág. 7
- **SECCIONAL GOIÁS:** Atingindo a maturidade política - págs. 8 e 9
- **ENTREVISTA:** Lúcio Rogério - págs. 10 a 12
- **SAÚDE:** HIV/AIDS x Exercícios Físicos - págs. 13 e 14

Semana do Profissional de Educação Física de 2006

Socorros de Urgência em atividades físicas
Duração: 20 h/aula - Período: sábado e domingo - manhã e tarde
1º encontro: 26/08 - 2º encontro: 27/08 - Local: CREF 7

De 28 de agosto a 1º de setembro

De segunda a sexta, das 19h30 as 22h30.

Palestras gratuitas de temas relevantes ao exercício profissional.

28 Segunda-Feira

A Educação Física e o portador do vírus HIV (AIDS).

29 Terça-Feira

A Educação Física Escolar no combate ao Analfabetismo Motor.

30 Quarta-Feira

A Arbitragem em Handebol no processo de aprendizagem esportiva.

31 Quinta-Feira

A Educação Física e a política no DF (Presença de vários candidatos).

1º Sexta-Feira

Confraternização de Inauguração da Nova Sede do CREF 7 e comemoração festiva do Dia do Profissional de Educação Física.

Introdução ao Tai Chi Chuan: exercícios básicos - Tai Chi Chuan na Academia

Duração: 10 h/aula - Período: sábado - manhã

1º encontro: 19/08 - 2º encontro: 02/09 - Local: UNB

Introdução à massagem (técnicas básicas e Do-in: automassagem)

Duração: 10 h/aula - Período: sábado - tarde

1º encontro: 19/08 - 2º encontro: 02/09 - Local: UNB

De 28 de agosto a 01 de setembro

Iniciação ao Judô - Aprenda técnicas de quedas.

Como ensinar seus alunos a cair. 10 horas de duração.

De 12h a 14h. (Na nova sede do CREF 7)

Dia 31 de Agosto

14h Sessão na Câmara Distrital, em Homenagem aos Profissionais de Educação Física que se destacaram. Proponente Deputada Distrital Eurides Brito.

Dia 1º de Setembro

14h Sessão Solene na Câmara Distrital, em Homenagem ao Dia do Profissional de Educação Física. Proponente Deputado Distrital Gim Argello.

Dia 1º de Setembro

Dia do Profissional de Educação Física
MARCHA EM DEFESA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA ESCOLA
Educação Física é aula de todo dia

Concentração no estacionamento do prédio da Secretaria de Educação do Distrito Federal na L 2 Norte 608 as 8h30. Início da Marcha rumo a nova sede do CREF 7 na L 2 Norte 604 as 9h, chegada, por volta das 10h30. será oferecido um Café da Manhã à beira da piscina do Clube de Vizinhança e da Educação Física.

Editorial - Palavra do Presidente

Novidades para o Profissional registrado

Caros Profissionais de Educação Física, É com muita satisfação que apresento pela primeira vez o Editorial da Revista do CREF 7. O ano de 2006 é, sem dúvida, um ano de grandes acontecimentos: Copa do Mundo, eleições para Presidente da República, Governadores, Senadores e Deputados Federais, Estaduais, Distritais e também no CREF 7. Em 31 de março assumi a Presidência do CREF 7, e após intensas negociações, apresento a nova sede do nosso Conselho, um espaço de 9 mil metros quadrados, que garantirá, além do conforto no atendimento aos profissionais e proprietários de empresas do setor de atividades físicas, o direito ao lazer dos nossos profissionais e familiares a um custo bem reduzido.

Segue encartado em nossa revista o Ofício circular nº 012/2006 CREF 7, que dispõe sobre nossa eleição de 2006. Fique atento, mantenha em dia a sua situação administrativa e financeira junto ao seu Conselho e exerça seu voto, elegendo os conselheiros para o mandato de 2007 a 2010.

No mês de março corrente, nosso então Presidente, Lúcio Rogério Gomes dos Santos, que será o entrevistado da nossa revista, devido à grande e imprescindível contribuição que deu para a implantação do nosso Conselho, apresentou oficialmente o seu pedido de afastamento da presidência do CREF 7 para se candidatar a Deputado Distrital.

O CREF 7 apoiará todos os candidatos que são Profissionais de Educação Física habilitados. E faz um alerta sobre candidatos que se dizem da Educação Física e do Esporte, que não são Profissionais e que nunca contribuíram para a consolidação da nossa profissão e do nosso mercado de trabalho.

Com o afastamento do Presidente Lúcio Rogério, a plenária me elegeu para o cargo de Presidente do CREF 7. A eleição deveu-se aos conhecimentos administrativos e políticos que possuo e por ter ocupado até então o cargo de 1º Tesoureiro do nosso CREF 7.

Nascido em Brasília me formei em Educação Física pela UCB, nas primeiras turmas advindas da Faculdade Dom Bosco, no início da década de noventa. Sou Mestrando em Educação Física pela UCB e Socorrista da Cruz

1º de setembro - Dia do Profissional de Educação Física



www.cref7.org.br

Pratique atividade física
com Profissionais registrados e
habilitados pelo Sistema CONFED/CREFs

Vermelha. Fui um dos fundadores do Centro Acadêmico de Educação Física da Faculdade Dom Bosco (CAEF), onde ocupei o cargo de Vice-Presidente. Participei ativamente do Movimento Nacional pela Regulamentação da Educação Física, denominado "Regulamentação Já", colhendo assinaturas para a causa. Participei também dos saudosos encontros do ENAF, em Poços de Caldas- MG.

Fui um dos fundadores e membro do Conselho Fiscal da Associação dos Profissionais de Educação Física de Brasília (APEF-Bsb), juntamente com os colegas Profissionais: Adebaldo Pacheco, Alexander Martinovic, Alfim Nunes, Antônio Carlos Gaspar, Crislei Mônica, Domingos Antônio, Elzio Teobaldo, José Pilon, Lucio Rogério, Luiz Antônio Burato, Marcelo Meneguim, Márcia Ferreira, Marcos de Oliveira, Nilza Maria, Poliana Freitas, Silmara Rosely, Telma Pradera, Osmar Pereira e Virgínia Saad, dentre outros.

Já em 1998, fui nomeado mobilizador pelo CONFEF para o início dos trabalhos de implantação do CREF-DF e, no ano de 1999, fui empossado Conselheiro juntamente com os Conselheiros do DF: Lúcio Rogério, Alexander Martinovic, Paulo Roberto da Silveira Lima, Nilza Maria do Valle Pires Martinovic e Félix D'Ávila, para exercer o mandato no CREF6, com jurisdição na área integrada pelos Estados de Minas Gerais, Distrito Federal, Goiás, Tocantins, Mato Grosso, Mato Grosso do Sul e Paraná.

Em 2000, fui nomeado 1º Tesoureiro da Seccional DF denominada CREF-DF. Já no ano de 2001, com a implantação do CREF 7/DF-GO-TO, permaneci nas funções de Conselheiro e 1º Tesoureiro e, no ano de 2004, fui eleito Conselheiro e 1º Tesoureiro do CREF 7. Agora eleito Presidente, assumo mais este compromisso, e não medirei esforços para cumpri-lo com afinco e seriedade sob a luz de Deus.

Apresento ainda, nesta edição da revista do CREF 7, a Palavra do Editor, por Josias Júnior, que além de jornalista, é Profissional de Educação Física. Num relato preciso ele traz toda a veracidade a respeito da situação jurídica que se encontra nosso Conselho, para desmistificar os boatos que vêm enganando nossos Profissionais e a sociedade em geral. O Artigo Saúde, sobre HIV/AIDS x Exercícios Físicos, apontando as vantagens da prática de exercícios físicos para os portadores da Síndrome de Imunodeficiência Adquirida (AIDS). A prestação de con-

tas do exercício de 2005, com o demonstrativo de Resultado contendo todas as receitas e despesas do CREF 7.

Teremos também o Programa "Vida Saudável - A idade do Tempo", lançado pelo Ministério do Esporte, que é um programa nacional de exercícios para idosos, com projeto piloto de núcleos implantados em nossa região, com Profissionais de Educação Física.

Uma nova coluna também será lançada nesta edição da Revista do CREF 7, denominada Profissionais de Ouro, que apresentará os livros editados por Profissionais de nossa região, enaltecendo esta brilhante iniciativa de aprimoramento do conhecimento científico e de democratização do saber acumulado por seus autores.

E com grande destaque apresento a implantação da Seccional CREF 7/GO com autonomia administrativa e financeira, uma conquista há muito tempo almejada pelos Profissionais Goianos, que se tornou possível graças à competente liderança de seus Diretores: Flávio Emerson Machado Milhomem, Ludgero Carolino Galli Vieira, João Batista Varanda, Marcos Lopes de Oliveira, Paulo Danilo Ferreira, Jairo Sidney Bianchi Peres e principalmente do seu Presidente Rubens dos Santos Silva. Sem dúvida, esta autonomia se concretiza como um passo largo para a implantação de mais um CREF no Sistema CONFEF/CREFs, talvez para o ano de 2007. Boa sorte e ânimo nessa nova empreitada.

Fiquem atentos e estejam desde já convidados a participar das comemorações nos seus Estados do DIA DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA, dia 1º de setembro, que tem como tema para o ano de 2006, a Educação Física Escolar. Nesse sentido conto com a participação de todos nos eventos que estaremos realizando, tais como: Cursos, Sessões Solenes, inauguração festiva da nova sede do CREF 7 e principalmente na Caminhada em Defesa da Educação Física Escolar, que se encerrará com um café da manhã na nossa nova sede.

No mais, me coloco à inteira disposição de todos, agradecendo a confiança e o apoio e esperando que aproveitem ao máximo a leitura da Revista do CREF 7. ☺



Alexandre Fachetti Vaillant Moulin
Presidente do CREF 7/DF-GO-TO
CREF 00008-G/DF

Revista do CREF 7

7ª Região - Distrito Federal - Goiás - Tocantins

Palavra do editor - 4
Justiça garante o funcionamento do CREF 7

Prestação de contas - 5
Demonstrativo Financeiro 2005

**Ano eleitoral e formação
do CREFinho - 6**

Comissão de Fiscalização - 7
Estágio em Educação Física

Seccional Goiás - 8 e 9
Atingindo a maturidade política

**Entrevista com Lúcio Rogério,
ex-presidente do CREF 7 - 10 a 12**

Um batalhador pela causa
da Educação Física

Saúde - 13 e 14
HIV/AIDS x Exercícios Físicos

Viver bem - 14 e 15
Programa Vida Saudável

Malhação - 16 e 17
Alongamento em academias

Publicações - 17
Profissionais de ouro

Profissionalismo - 18
Uma boa administração e muito
respeito aos praticantes de Judô

S
U
M
Á
R
I
O

Justiça garante o funcionamento do CREF 7

O velho dito popular nunca esteve tão em evidência! Todos nos temos que acreditar nele... e nela (justiça). Estou me referindo à frase "a Justiça tarda mas não falha". Para a alegria dos Profissionais de Educação Física, o Desembargador Federal Antônio Augusto Catão Alves, da 7ª Turma do Tribunal Federal da 1ª Região, num momento de lucidez, de inspiração e principalmente de comprometimento com a saúde da população, suspendeu os efeitos da decisão judicial de primeira instância da 14ª Vara Federal da Seção Judiciária do distrito Federal que declarava a inexistência jurídica do CREF 7. O Desembargador sabiamente entendeu que o Conselho Regional de Educação Física da 7ª Região deve continuar exercendo as suas prerrogativas legais de atuar como órgão fiscalizador, zelar pelo bom exercício da profissão, lavar autos de orientação e fiscalização, apurar denúncias, receber anuidades e trabalhar para o

crescimento da prática da Educação Física em todo o Distrito Federal, Goiás e Tocantins.

O Desembargador Catão Alves está de parabéns, mostrou ser uma pessoa sensível e atenta com os anseios da população. Essa sua decisão vai trazer muitos benefícios aos praticantes de atividades físicas que, seguramente, serão orientados por profissionais habilitados e devidamente registrados no CREF 7. 🌱

Valeu, Desembargador!



Ética na direção da Federação Goiana de Judô

O pensamento desenvolvimentista, faz do Presidente da Federação Goiana de Judô, Josmar Amaral Gonçalves, um dirigente moderno, inovador e capacitado para o cargo que ocupa.

Torço pelo Judô de Goiás e, estou seguro de que o crescimento do esporte no Estado, será vertiginoso.

Parabéns pelo excelente trabalho e continue investindo nos Profissionais de Educação Física.

Josias Júnior

Profissional de Educação Física
CREF 000992-G/DF
Jornalista Profissional
4221/14/10-DF
Faixa Preta de Judô - 4º DAN

EX
P
E
D
I
E
N
T
E

Conselho Regional de
Educação Física da 7ª Região
DF - GO - TO

CREF 7

Presidente

Alexandre Fachetti Vaillant Moulin

Vice-presidente

1º Alexander Martinovic
2º Paulo Roberto da Silveira Lima

1º Secretário

Marcelo Boarato Meneguim

2º Secretário

Alfim Nunes de Almeida

1º Tesoureiro

José Ricardo Carneiro Dias Gabriel

2º Tesoureiro

Waldir Delgado Assad

Conselheiros

Alexander Martinovic
Alexandre Fachetti Vaillant Moulin
Alfim Nunes de Souza
André Almeida Cunha Arantes
Cristina Queiroz Mazzini Calegari
João Alves do Nascimento Filho
José Paulo Santos
José Ricardo Carneiro Dias Gabriel
Leandro Carrieri de Macedo
Luiz Antônio Burato
Marcelo Boarato Meneguim
Márcio Moura Pereira
Maria Aparecida Germano Bouzada
Osiris Moema Aquare de Cerqueira e Souza
Paulo Roberto da Silveira Lima
Ricardo Jacó de Oliveira
Waldir Delgado Assad
Wylson Phillip Lima Souza Rêgo

Suplentes

Luiz Guilherme Grossi Porto
Márcia Ferreira Cardoso Carneiro
Telma de Oliveira Pradera

Revista do
CREF 7

SEPS 707/907 - Bloco E - Asa Sul
Edifício Contec - 4º andar
CEP: 70390-078 - Brasília/DF
Fone: (61) 3242-1325 / 3244-4786
e-mail: cref7@terra.com.br
Página na Internet: www.cref7.org.br

Jornalista Responsável:

Josias Júnior
Reg.: 4221/14/10 DF
Reg.: CREF 000992-G/DF

Editor: Josias Júnior

e-mail: sportsjr@brturbo.com.br

Disque Denúncia - (61) 3242-1105

Tiragem: 10 mil exemplares

Comissão Editorial do CREF 7

Márcio Moura Pereira
Telma de Oliveira Pradera
Márcia Ferreira Cardoso Carneiro



Alexandre Fachetti
CREF 000008-G/DF

Anualmente o CREF7 DF/GO/TO divulga sua prestação de contas para que não haja dúvidas quanto aos valores pagos e recebidos pelo órgão. As contas são controladas pelo Departamento Financeiro do CREF7, analisadas e aprovadas pelos Conselheiros, membros da Comissão de Finanças também do CREF7, checadas pelo CONFEF e auditadas pelo Tribunal de Contas da União.

Brasília - DF,
31 de dezembro de 2005

Lúcio Rogério Gomes dos Santos
Presidente - CREF 000001-G/DF

Alexandre Fachetti Vaillant Moulin
Tesoureiro - CREF 000008-G/DF

Rinaldo Saturnino Santana
Técnico em Contabilidade
CRC/DF 13695

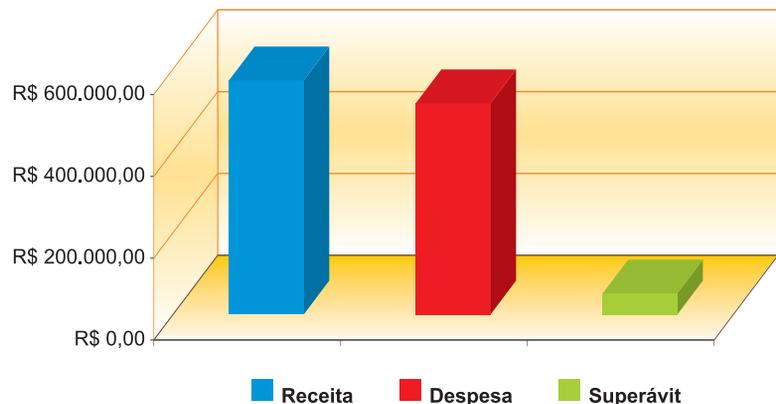


Conselho Regional de Educação
Física da 7ª Região
Transparência em nome da
Ética e Dignidade

Demonstrativo de resultado do ano de 2005

RECEITAS CORRENTES	572.533,18
RECEITAS CONTRIBUIÇÕES	520.435,89
ANUIDADES PF DO EXERCÍCIO	409.712,69
ANUIDADES PF DO EXERCÍCIO ANTERIOR	58.480,38
ANUIDADES PJ DO EXERCÍCIO	44.073,99
ANUIDADES PJ DO EXERCÍCIO ANTERIOR	8.168,83
RECEITA PATRIMONIAL	16.585,11
RENDIMENTO DE FUNDOS E INVESTIMENTOS	16.585,11
RECEITA SERVIÇOS	3.626,38
CERTIDÕES OU DECLARAÇÕES	3.626,38
TRANSFERÊNCIAS CORRENTES	12.186,38
TRANSFERÊNCIAS PARA REALIZAÇÕES DE EVENTOS	12.186,38
OUTRAS RECEITAS CORRENTES	19.699,42
RESTITUIÇÕES	11.662,00
MULTAS POR AUSÊNCIA DE ELEIÇÕES	8.037,42
DESPESAS CORRENTES	516.549,95
DESPESAS GERAIS E ADMINISTRATIVAS	255.524,20
DESPESAS COM PESSOAL	215.244,93
DESPESAS COM MATERIAL DE CONSUMO	45.780,82
DESPESAS DE CAPITAL	4.366,90
SUPERÁVIT ACUMULADO	51.616,33

Reconhecemos a exatidão do presente Demonstrativo de Resultados, apresentando um superávit de R\$ 51.616,33 (cinquenta e um mil, seiscentos e dezesseis reais e trinta e três centavos) levantado de acordo com os documentos apresentados à contabilidade até a presente data.



RECEITA OPERACIONAL NO ANO DE 2005	R\$572.533,18
DESPESAS OPERACIONAIS NO ANO DE 2005	R\$516.549,95
SUPERÁVIT ACUMULADO NO ANO DE 2005	R\$51.616,33

Ano Eleitoral e de novos rumos

Saudações Profissionais a todos registrados!

Eu sou José Ricardo Carneiro Dias Gabriel, CREF 000375 G-DF, Formado na UCB, Pós-Graduado em Educação Física Escolar, e atualmente Coordenador de Educação Física do Colégio Madre Carmen Sallés, há quinze anos.

Após a regulamentação da profissão, participei como mobilizador e mais tarde como Conselheiro eleito do CREF.

Este ano enseja novos desafios e mudanças para o CREF 7. Entre eles, posso citar a mudança para a nova sede e as eleições. Como 1º Tesoureiro eleito pela Plenária do CREF 7, gostaria de enfatizar que este ano teremos eleições para o próximo mandato que se inicia em janeiro de 2007 e vai até dezembro de 2010. Nesta eleição doze novos Conselheiros (nove efetivos e três suplentes) assumirão de forma democrática as responsabilidades de representação da categoria profissional; eles irão se juntar aos doze Conselheiros que permanecerão. O profissional que estiver em dia com a sua anuidade poderá votar e renovar a sua identidade profissional (caso esteja vencida) sem nenhum custo. Quem

não estiver em dia com as suas obrigações poderá utilizar o plano de quitação oferecido, inclusive no dia da eleição. O voto é obrigatório e, de acordo com a Resolução nº 043/2005, publicada no DOU de 6 de novembro de 2005, a multa pela ausência não justificada na eleição será de 15% do teto máximo estabelecido pelo CONFEF para a anuidade de 2005. Vale ressaltar que o valor do teto máximo estabelecido pelo CONFEF é de R\$ 380,00 (trezentos e oitenta reais). Portanto, o valor da multa será de R\$ 57,00 (cinquenta e sete reais). O CREF 7 enfatiza a importância do seu voto. Fiquem atentos, pois o boleto de recobrança será postado em agosto, com vencimento para os meses subsequentes. Aproveite esta oportunidade e mantenha-se em dia e apto para votar. ☺



José Ricardo Carneiro Dias Gabriel
1º Tesoureiro - CREF 000375 G-DF

CREFinho

Mas afinal o que é o CREFinho-DF e qual a sua finalidade?



Primeira reunião para a formação do CREFinho-DF



Confraternização dos integrantes do CREFinho

O CREFinho-DF é composto pelos estudantes de Educação Física das Instituições de Ensino Superior do DF, tem como objetivo assessorar a Presidência do CREF 7 em assuntos ligados a estágios e em ações relacionadas ao mercado de trabalho. Por meio da apresentação e da discussão das necessidades do corpo discente do setor, o CREFinho-DF, em conjunto com o CREF 7, busca soluções e procedimentos que colaborem na melhoria das condições de estudo/formação e do desenvolvimento dos futuros Profissionais de Educação Física, sempre pautado no oferecimento de serviços de qualidade e com segurança para a sociedade. ☺

Estágio em Educação Física

A prestação de estágio em Educação Física nas empresas é regida pela Lei 6494/77 (com texto atualizado pela Lei nº 8.859/94 e pela Medida Provisória nº 1.952-24, de 26.05.2000), regulamentada pelo Decreto 87.497/82 (atualizado pelos Decretos nºs 89.467/84 e 2.080/96), além de outras normas contidas na Resolução do CONFEF nº 056/2003 (Código de Ética da Educação Física).

por **Arlindo Pimentel**

CREF 1714-G/DF

Recomendamos, portanto, a todos os empresários, Responsáveis Técnicos, Supervisores de Estagiários e aos próprios acadêmicos de Educação Física que procurem tomar conhecimento dos termos destas normas, a fim de evitarem transtornos, não só com a fiscalização do CREF, como também da fiscalização das Delegacias Regionais do Trabalho, como esclareceremos mais adiante.

Para ilustrarmos, apontaremos a seguir alguns dos pontos principais que devem ser observados na celebração de estágios, especialmente na área de Educação Física:

1 - Convênio com a Instituição de Ensino: A legislação preceitua que deve ser celebrado entre a empresa concedente de estágio e a Instituição

de Ensino (Superior ou Médio) um convênio, que será registrado na Instituição de Ensino sob determinado número, e que permitirá o desenvolvimento de estágios na empresa, por acadêmicos oriundos dos cursos existentes na Instituição de Ensino superior.

2 - Intermediação por Agentes de Integração: A legislação autoriza, para facilitação dos administradores das empresas, que a confecção e celebração dos convênios sejam intermediadas por empresas que funcionem como agentes de integração entre a empresa e a escola. Todavia, é importante frisar que tal intermediação é facultativa e que os empresários podem, se quiserem evitar o custo deste serviço, requisitar a celebração do convênio diretamente com as Instituições de Ensino.



Arlindo Pimentel
Diretor Executivo do CREF 7

3 - Termo de Compromisso de Estágio: Cada estagiário que vier a prestar estágio na empresa assinará um documento chamado Termo de Compromisso de Estágio, que mencionará o número do convênio citado no item 1 acima e que será assinado também pelo empresário, pelo represen-

tante da Instituição de Ensino e pelo representante da empresa que funcionar como agente de integração (se for o caso). Neste documento constará o tipo de estágio a ser desenvolvido (modalidade, no caso da Educação Física), a carga horária e a ajuda de custo a ser paga ao estudante (não é obrigatória), além do número de uma apólice de seguro de acidentes pessoais em favor do estagiário, exigida pela legislação.

4 - Vínculo Empregatício: O estágio não cria vínculo empregatício ou direito trabalhista de qualquer natureza.

5 - Número de Supervisores por Estagiário: A legislação não estabelece este número, mas o nosso Código de Ética prevê deve ser assegurado um serviço profissional seguro, o que significa dizer que a fiscalização do CREF irá observar até que ponto, dentro das condições do espaço físico e das modalidades oferecidas pela empresa, um mesmo profissional pode supervisionar mais de um estagiário.

6 - Descaracterização do Estágio: caso o estagiário venha a ser aproveitado como profissional (e não como estudante em formação) ou desviado da função original proposta no Termo de Compromisso de Estágio, além de ser autuada pela fiscalização do CREF, a empresa poderá ser autuada pela fiscalização da Delegacia Regional do Trabalho, já que há orientação neste sentido, pelo Ministério do Trabalho e do Emprego, para que notifique a empresa a assinar a Carteira de Trabalho do estudante, já que não há características de estágio na situação de fato encontrada.

Por tudo isso, sugerimos muita atenção às normas citadas no primeiro parágrafo. 📄

ATENÇÃO PROVISIONADOS: PIPEF-EAD GRATUITO NO CREF7

O CREF 7 estará lançando durante a 7ª Semana do Profissional de Educação Física o NOVO Programa de Instrução ao Provisionado em Educação Física na modalidade Ensino a Distância (PIPEF: EAD). Para matricular-se, o profissional deverá estar em dia com suas obrigações junto ao Conselho.

Matrículas: 7 a 25 de agosto de 2006

Local: Nova sede do CREF 7

(L2 604 Norte: Clube da Educação Física)



Seccional do CREF 7 em Goiás atinge a maturidade política



O Presidente do CREF 7 Alexandre Fachetti entrega a documentação da Seccional Goiás ao Presidente Rubens dos Santos Silva

A Resolução CREF7 44/06, assinada pelo Sr. Presidente Alexandre Fachetti Moulin Vaillant, representou um grande avanço no processo de descentralização das ações do Sistema CONFEF/CREFs na região; a Seccional de Goiás passou a ter autonomia financeira, administrativa e burocrática, passo importante para se tornar um CREF autônomo. Tal conquista deu-se pelo empenho dos conselheiros do Distrito Federal e Goiás, da equipe dos funcionários de ambas as unidades da Federação e principalmente no crédito depositado pelos profissionais e empresários do ramo que procuraram se legalizar. A partir de agora a emissão de cédulas, boletos e outros documentos serão feitos em Goiânia. A Seccional de Goiás já tem site (www.cref7go.org.br), CNPJ (08.024.822/0001-14), conta bancária (Banco do Brasil – Agência 3689-7 – Conta Corrente 21 143-5). O telefone continua o (62) 3229 2202 e o horário de atendimento das 12h às 17h.



A Seccional de Goiás e o PROCON Estadual promoveram duas reuniões com os proprietários de academias visando esclarecer dúvidas sobre a legislação vigente que tratam dos direitos do consumidor, da obrigatoriedade do registro dos profissionais e estabelecimentos do ramo no CREF e do estágio.

Noventa por cento das academias visitadas pelos fiscais do PROCON e agentes do CREF/GO se regularizaram. Ambas as instituições preparam para novas visitas e os estabelecimentos que não se regularizarem estarão sujeitos à multas.

O Superintendente do PROCON, **Dr. Antonio Carlos** (foto) alertou os proprietários de academias para não caracterizarem venda casada em seus pacotes. Promoções devem existir para beneficiar o consumidor, entretanto os preços das modalidades devem, também, ser especificados individualmente.



A SECRETARIA ESTADUAL DE EDUCAÇÃO, através da Gerência do Desporto Escolar - GEDE, sob a gerência do Prof. **Antonio Celso Ferreira Fonseca** (foto), solicitou que uma equipe de orientação do CREF/GO acompanhasse os Jogos Estudantis de Goiás em 2006 em suas fases regionais e estadual, com o objetivo de esclarecer aos técnicos das equipes a importância de estar registrado.

A VIGILÂNCIA SANITÁRIA em Goiânia, Aparecida de Goiânia e Anápolis vem desenvolvendo um trabalho ininterrupto nos estabelecimentos que oferecem os serviços na área de atividades físicas e desporto. Os fiscais dessas instituições verificam as condições sanitárias e se o responsável técnico é profissional de Educação Física Habilitado. Todo estabelecimento do ramo, para funcionar legalmente, devem ter exposto o Alvará Sanitário e o certificado de PJ no CREF bem à vista dos usuários.



Dr. Cesar Sebba e Rubens

A AGÊNCIA GOIANA DE ESPORTE E LAZER - AGEL, presidida pelo **Dr. Cesar Sebba**, que sempre apoiou as ações do CREF em Goiás, realiza a partir de junho/2006 mais uma versão dos Jogos Abertos de Goiás com a participação de 11.000 atletas. A equipe organizadora do evento, entendendo a importância da habilitação profissional, incluiu no regulamento, desde 2005, a necessidade dos técnicos procurarem o CREF para registro. Solicitou ainda o acompanhamento de uma equipe de orientação e fiscalização durante os jogos em todas as suas fases.

O CONSELHO ESTADUAL DE EDUCAÇÃO, presidido pelo Dr. José Geraldo de Santana Oliveira, solicitou e recebeu do CREF/GO um relatório sobre a Educação Física Escolar em Goiás. Dentre os problemas apontados pelo CREF/GO, foi detectada a falta de incentivo ao profissional, a falta de professores graduados no interior, a falta de condições estruturais e matérias de trabalho. Em uma das reuniões do CEE, onde estavam presentes alguns conselheiros do CREF/GO, o presidente da instituição se predisps a trabalhar em parceria. Pareceres e Resoluções de interesse da Educação Física Escolar aguardam para serem publicados.



A SECRETARIA MUNICIPAL DE ESPORTE E LAZER DE GOIÂNIA – SEMEL, agora com o novo Secretário, Dr. **Vicente Terra** (foto), prepara uma ampliação dos programas e atividades da Secretaria, dentre eles o Programa de Iniciação Esportiva Draulas Vaz, que atenderá cerca de 40.000 crianças, adolescentes e jovens. Para o Secretário, o registro no CREF é uma condição imprescindível para os professores que atuam na dinamização das atividades físicas e esportivas da Secretaria.

ARTES MARCIAIS EM GOIÁS

COMPROMISSO COM A SEGURANÇA DOS PRATICANTES



Mestre Osvaldo de Souza (foto), CREF 001073-P/GO, patrono da capoeira em Goiás, 65 anos de idade e 52 de capoeira, discípulo e seguidor do Mestre

Bimba, foi quem introduziu a capoeira Regional em Goiás, relata que a 2ª academia legalizada do Brasil foi a do Mestre Bimba em Salvador, em 1937. A academia foi registrada na Secretaria de Educação, Saúde e Assistência Pública sob o número 305/1937/AP/NCL. Mestre Osvaldo acrescenta que o Mestre Bimba, na época, foi reconhecido pela Secretaria de Educação como professor de Educação Física, depois disto somente em 1998, através da Lei 9696/98, que regulamentou a profissão e criou o Sistema CONFEF/CREFs, é que os professores de capoeira foram reconhecidos pelo Estado brasileiro: ... "Receber uma cédula de identidade de Profissional de Educação Física habilitado em capoeira, emitida pelo Conselho Federal de Educação Física, uma autarquia federal delegada da nação, significa que o Estado brasileiro foi ao pé do berimbau, cumpriu o capoeira e o admitiu como profissional e sua arte como profissão" - afirma Mestre Osvaldo.



João Salustriano Pereira, 43 anos (foto) - CREF 000569-P/GO, conhecido internacionalmente como Mestre Pança, é o presidente da Federação de Capoeira de Goiás, 35 anos de vida dedicados à capoeira, acadêmico de Educação Física na UNIVERSO, colabora com o CREF em Goiás, afirma que legalizar é o melhor caminho para garantir vaga no mercado de trabalho. Os registros no CREF e na Federação abrem as portas para o trabalho e dá segurança para os alunos.

Diariamente os instrutores de artes marciais procuram o CREF/GO para se registrarem.



Assim como a Associação de Capoeira Novos Baianos, sediada em Goiás e presidida por **Gersonilto Heleno de Souza**, CREF 002153-P/DF (foto), atual presidente da Confederação Brasileira de Capoeira, muitas associações em Goiás têm buscado o registro no CREF através dos convênios. As atuais entidades conveniadas são:

- Associação de Capoeira Novos Baianos
- Associação de Capoeira Artes Marciais e Físicas
- Associação Desportiva Cultural Capoeira Arquebanda
- Associação Desportiva Cultural Capoeira Movimento
- Associação Desportiva Cultural Capoeira Passo Preto
- Associação Desportiva Cultural Goyá Capoeira e Cia
- Associação dos Professores de Capoeira de Goiás
- Associação Grupo de Capoeira Angola
- Federação de Capoeira de Goiás
- Federação de Kung-Fu de Goiás
- Federação Goiana de Judô
- Federação Goiana de Karatê Shotokan

Um batalhador pela causa da Educação Física

Quando teve início a sua vida profissional na Educação Física?

Na Associação Cristã de Moços – ACM, no Rio de Janeiro. Era um estágio remunerado na área de natação. Eu cursava o primeiro semestre de Educação Física e nem sequer tinha passado pela disciplina de natação. Estava totalmente incapacitado para dar aulas. Mesmo assim, trabalhei com alunos de 7 a 12 anos, sem nenhuma orientação.

Hoje, compreendo a importância do estágio supervisionado a partir do quinto semestre do curso de Educação Física, pois sofri na pele a falta de orientação no início da minha carreira profissional. Sei que apenas tomava conta de crianças. O estagiário bem orientado evolui com muito mais rapidez.

Como o senhor via a não regulamentação da Educação Física naquela época?

Com indignação. Eu percebia o quanto era verdade o que os professores formados falavam. Diziam que qualquer pessoa podia dar aulas de Educação Física e que aquilo era uma violência contra o praticante e sobre tudo contra o profissional formado. Veja o absurdo que fizeram comigo, ao me darem turmas de natação sem que eu tivesse o menor preparo para ministrar aulas dessa modalidade.

O senhor foi treinador de vôlei sem ser formado em Educação Física?

Eu era jogador de vôlei e fui convidado para treinar uma equipe. Sei o quanto foi difícil cumprir a minha missão. Estou seguro de que a formação acadêmica é fundamental para a excelência do trabalho realizado. Hoje em dia, o Sistema CONFEF/CREFs dá a oportunidade para que o estudante passe por um bom estágio orientado, e esteja apto, ao se formar, a ingressar com bom desempenho num mercado de trabalho totalmente competitivo.

Como começou o seu engajamento na luta pela regulamentação da profissão?

Eu sabia que seria muito difícil permanecer na área com aquela bagunça generalizada. Por pouco não desisti de trabalhar devido às dificuldades pela falta de orientação por parte de amadores que se diziam professores de Educação Física.

Foi então que eu fiquei sabendo do movimento pela regulamentação. Comecei então a recolher assinaturas e a tentar conscientizar os empresários da importância de não mais se utilizarem de estagiários que estavam iniciando o curso de Educação Física, como se profissionais formados fossem. Como estagiário vivi a realidade triste de ser explorado como mão-de-obra barata, de não ter direito a ter carteira assinada e da falta de reconhecimento por parte dos empresários.



Em que ano a sua luta se tornou mais intensa no movimento pela regulamentação?

Foi no ano de 1988. Comecei a ganhar força dentro do movimento e participei de todas as reuniões acontecidas no Estado do Rio de Janeiro. Nesse período, pude observar a guerra particular do Jorge Steinhilber em favor da regulamentação. Já formado, trabalhei ativamente pela regulamentação nas cidades de Petrópolis, Teresópolis e Vassouras, onde exercia a profissão trabalhando com recreação. Inspirei-me no Jorge Steinhilber que ia de porta em porta recrutando professores para a luta pela regulamentação e, juntos, participamos de marchas, debates e de tudo que favorecesse a regulamentação. Nesse período conclui a minha pós-graduação em Psicomotricidade.

Como se deu a sua vinda para Brasília?

Em 1993 fiz um concurso público para nível três da Fundação Educacional do DF. Fui convocado a assumir o cargo em janeiro de 1997. No Rio eu trabalhava com Síndrome de Dawn e vi a real possibilidade de trabalhar no DF nas escolas para portadores de necessidades especiais, o que acabou ocorrendo.

No campo político, como foi a sua luta pela regulamentação aqui no DF?

Procurei a Associação de Professores de Educação Física do DF (APEF-DF) que era a única entidade no Brasil que se declarava contrária à regulamentação da profissão. Alegavam que a discussão feita com os profissionais do DF apontava que a Educação Física não precisava de regulamentação. Bastava que fosse uma disciplina escolar, que o mercado de trabalho iria discipliná-la fora da escola. Diziam que o sindicato era suficiente para organizar a Educação Física e que essa decisão tinha sido tomada por uma ampla maioria de profissionais em assembléia.

O senhor tentou mudar essa decisão?

Não tinha como, não existia clima político. Para se ter uma idéia, eu não consegui nem me filiar à APEF-DF. Negaram a minha filiação por três vezes, alegando que as fichas de inscrição estavam em falta. A APEF-DF foi fundada pelo Professor Pedro Rodrigues, que fez um excelente trabalho e deixou a entidade com sede própria. Um outro grupo assumiu a Associação e não conseguiu fazer uma boa administração. Nessa época, visitei vários profissionais e pude constatar que a maioria era favorável à regulamentação e que só os membros da direção da APEF-DF eram contrários. Feita essa constatação, notei que era chegada a hora de lutar para valer pela regulamentação. Eu, Alexandre Fachetti e Marcelo Meneguim decidimos ir à APEF-DF tentar novamente a filiação. Para a nossa surpresa, o presidente negou a filiação com a alegação de que nós tínhamos vindo ao DF para tumultuar o processo democrático em que se encontrava a Educação Física.

E a criação da APEF-Brasília?

Devido à falta de maturidade política do grupo que dirigia a APEF-DF, conversei com alguns profissionais que me incentivaram a montar uma outra entidade que congregasse o maior número possível de profissionais que desejassem ver a nossa profissão regulamentada e que contasse também com proprietários de academias. Na primeira assembléia compareceram sessenta profissionais. Já na segunda, o número foi muito maior e contamos com a presença de Wilson da Nadarte, Boca e Alexander Martinovic da Academia Lucia Toler. Nesse momento, fui eleito Presidente da APEF Brasília e o Alexander assumiu como vice-presidente. Promovemos palestras com temas que passavam pela Educação Física Escolar, pela auto massagem, artes marciais, acupuntura, ginástica, musculação e promovemos debates abordando a regulamentação da profissão.

Como foi o trabalho de convencimento dos políticos para a aprovação da Regulamentação?

Eu passei a visitar sistematicamente o Congresso Nacional. Em 1998 o projeto já tinha sido aprovado na Câmara dos Deputados e faltava a aprovação no Senado. É sempre bom lembrar que foi um trabalho árduo do Jorge Stainhilber, ladeado pelo Bernard Rajman e pela Deputada Laura Carneiro, que apadrinharam o PL, que regulamentou a nossa profissão. Em agosto de 98, alguns contrários à regulamentação conseguiram convencer o Senador Eduardo Suplicy a apresentar emendas no intuito de retardar a votação do projeto no plenário do Senado. Nesse dia ficamos no cafezinho do Senado tentando convencer alguns Senadores da importância da regulamentação. Conseguimos o apoio da Senadora Emilia Fernandes, do PDT gaúcho, e de Benedita da Silva, do PT do Rio, e seguimos para tentar convencer o Senador Suplicy a retirar as emendas. O Senador se convenceu e retirou as mesmas, propiciando assim a votação e aprovação do Projeto de Lei que regulamentou a profissão de Educação Física. Faltava ainda a sanção do Presidente da República, o que ocorreu no dia 2 de setembro de 1998.

O que foi feito para que a lei 9696 que regulamentou a profissão de Educação Física fosse cumprida?

Convocamos todas as Associações de Professores do país, Universidades e Faculdades de Educação Física para uma reunião no Rio de Janeiro, com o objetivo de eleger os primeiros Conselheiros Federais do Sistema CONFEF/CREFs. Eu pude participar desse momento histórico, já que a APEF-Brasília mandou três representantes. Com o apoio dos profissionais, conseguimos fortalecer o Sistema e fizemos com que a lei fosse cumprida.



E o CREF-DF, quando surgiu?

Em 1999 tivemos a fundação do CREF 6 com a participação de seis membros do DF; Eu, Alexandre Fachetti, Alexander Martinovic, Paulo Roberto Lima, Nilza Martinovic e Felix D'Avila. Passamos então a pedir aos colegas que se registrassem, já que não tínhamos nenhum tipo de subvenção do Governo. A mobilização foi geral e, com a ajuda da APEF-Brasília, conseguimos em um ano o registro de cerca de dois mil profissionais e partimos para a consolidação do CREF-DF, quando fui eleito Presidente e nomeei para o cargo de Diretor Financeiro Alexandre Fachetti. Por influência do Conselheiro Alfim, a Diretora da Pestalozzi nos cedeu uma casa que serviu como primeira sede do Conselho. Fizemos a pintura, aparamos o mato e nos mudamos. Compramos um computador e, recebemos a doação de arquivos da Academia Lucia Toler e começamos os nossos trabalhos. Depois de um mês contratamos a nossa primeira secretária, uma estudante de Educação Física.

Qual era o número de conselheiros no CREF-DF nessa época?

Contávamos com 18 Conselheiros, que trabalhavam efetivamente na busca de novos registros. Quero enaltecer o trabalho de profissionais que não eram Conselheiros, mas que trabalhavam em busca de registros para fortalecer ainda mais o nosso Conselho.

Em quatro meses alugamos a nossa segunda sede, no Edifício Mont Blanc. Tivemos como fiadores Alexander Martinovic e Nilza Martinovic e, graças a Deus, conseguimos pagar todas as despesas basicamente com a receita das anuidades dos profissionais registrados.

Como o CREF-DF se estruturou?

Primeiramente, montamos o Departamento de Fiscalização. Nomeei os Conselheiros para a função de Fiscais e passamos a visitar as empresas para fazer os autos de orientação.

Como reagiram os Empresários?

Alguns se sentiram invadidos. Acharam que a Lei não iria pegar. Mostramos que o Sistema seria atuante e que a Lei teria que ser cumprida. A maioria entendeu as nossas ações e passou a apoiá-las. Prova disso é que o CONFEF criou o CREF 7 e nos incubiu de abranger os estados de Goiás e Tocantins.

Em sua opinião, o que mudou na Educação Física com a consolidação do CREF 7?

A sociedade passou a cobrar profissionais habilitados e a encontrar respaldo junto ao Conselho. Por consequência, os profissionais registrados passaram a ter o reconhecimento da população. No início do nosso trabalho, no ano de 2000, descobrimos que existiam Academias, sobretudo na periferia, que pagavam R\$ 1,00, por hora aula trabalhada, a profissionais de musculação. Hoje, os menores salários estão na faixa de R\$ 7,00 a 8,00, o que ainda é muito pouco. Temos a certeza de que ainda iremos avançar muito na questão salarial e na qualidade da Educação Física em todo o DF.

A Educação Física passou a ser da área de saúde. Fale um pouco dessa conquista.

A sociedade, através da imprensa, tomou conhecimento da importância da

Educação Física para uma boa qualidade de vida e para a manutenção da saúde. E procurou ser mais seleta na escolha dos profissionais, escolhendo aqueles que são habilitados. Com esse avanço, tivemos o reconhecimento do Ministério da Saúde, que já aponta a necessidade de se ter um profissional de Educação Física no Programa de Saúde da Família. O Sistema Único de Saúde já aprovou os códigos da Educação Física junto ao Ministério. Temos a coordenação dos Fóruns dos Conselhos Federais da Área de Saúde e conquistamos uma cadeira na Agência Nacional de Saúde Suplementar, que cuida dos planos de saúde privados. Apresentamos relatório para mudar o código de auto procedimento médico, incluindo a Educação Física nesse rol.

Durante todos esses anos à frente do Conselho, o que lhe deu mais satisfação?

Foi certamente eu ter visto a profissão antes da regulamentação, ter trabalhado antes de ser formado em Educação Física, ter percebido que estava sendo explorado como mão-de-obra mais barata e hoje, como Presidente do CREF 7, poder ajudar a mudar esse panorama e resgatar a dignidade de milhares de profissionais da área. E também proporcionar a muitas pessoas a certeza de que estão sendo atendidas por profissionais habilitados e, portanto, mais competentes.

Graças ao Sistema CONFEF/CREFs, vagas estão sendo abertas para a Educação Física em Postos de Saúde e Clínicas de Saúde. É sabido que a Educação Física pode evitar doenças e que pode auxiliar no tratamento de males como o HIV e o Câncer, melhorando a qualidade de vida dessas pessoas.

O crescimento da Educação Física se deu depois da regulamentação?

Com certeza. A estrutura da profissão cresceu e o mercado se agigantou. As Universidades e Faculdades sentiram a necessidade de aumentar o número de vagas e abrir novos cursos de Educação Física com a conseqüente melhoria dos mesmos. Para se ter uma idéia do crescimento, a procura pela nossa profissão em algumas Universidades e Faculdades já ultrapassa cursos tradicionais como a Medicina, Engenharia e Direito, em número de candidatos por vaga.

Qual é o ganho real do profissional regulamentado ao Sistema CONFEF/CREFs?

Ganha uma profissão mais organizada, o que aumenta a sua credibilidade junto à sociedade. Isso faz com que o mercado de trabalho cresça, gerando novos empregos. Outros profissionais passaram a indicar a Educação Física com segurança, pois sabem que a profissão segue uma linha ética de atuação e os profissionais registrados recebem descontos em planos dentários, cursos de inglês e pós-graduações. Participam ainda de palestras e cursos com os maiores profissionais do Brasil, sem custos.



LÚCIO ROGÉRIO GOMES DOS SANTOS

Profissional de Educação Física
Cref 000001-G/DF

PÓS-ESPECIALIZADO EM:

- Psicomotricidade
- Atividades Aquáticas
- Educação Física para Portadores de Necessidades Especiais

AUTOR DE LIVROS EM EDUCAÇÃO FÍSICA

PROFESSOR DA SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL

DIRETOR DO SINDICATO DOS PROFESSORES DO DISTRITO FEDERAL 1997 à 1999

PRESIDENTE DO CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA SÉTIMA REGIÃO DF GO - TO - CREF 7 1999 a 2004
Reeleito 2005 a 2008. Presidente até 2006.

CONSELHEIRO DO CONSELHO FEDERAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA - CONFEF

COORDENADOR DO FÓRUM DOS CONSELHOS FEDERAIS DA ÁREA DE SAÚDE
Reeleito até Dezembro de 2006.

E o empresariado, o que ganha?

O Sistema vem combatendo leis equivocadas que atrapalham e oneram as Academias, tais como: exigência de um médico dentro das academias, do desfibrilador, protetor bucal e cobrança de direitos autorais por músicas executadas. Atualmente, estamos trabalhando para que as academias possam ser enquadradas no Simples.

O CREF 7 tem uma novidade para os profissionais registrados?

No mês de julho estaremos mudando para a nova sede do CREF 7, no Clube Unidade de Vizinhança, da 604 Norte. Lá poderemos atender a todos com maior conforto e ofereceremos ao profissional e a sua família a oportunidade de se associarem ao clube pagando R\$ 20,00 por mês. O clube possui uma piscina de 25 metros aquecida, campo de futebol, quadra de vôlei e um restaurante. Com a reforma que iremos promover ficará bem mais atraente.

Serão oferecidos descontos para os profissionais e seus familiares da ordem de 50% nas escolinhas do clube. Eu venho trabalhando desde janeiro para tornar possível essa realidade.

O senhor se descompatibilizou do cargo no dia 31 de março. O que muda no CREF 7 com a sua saída?

O Presidente Alexandre Fachetti é um profundo conhecedor das necessidades do Conselho e de seus profissionais registrados e por essa razão foi eleito para assumir o restante do meu mandato e fará um belíssimo trabalho à frente do CREF 7.

A minha saída se deu devido ao convite que recebi para concorrer ao mandato de Deputado Distrital pelo PTB/DF. Alguns grupos da Educação Física, da Coordenação dos Fóruns dos Conselhos Federais da Área de Saúde, onde sou Coordenador; cargo que assumi em 2003 para um mandato de dois anos e para o qual fui reeleito para igual período, junto com membros da Fonoaudiologia, da Nutrição, da Fisioterapia e da Enfermagem, entenderam que eu poderia representá-los na Câmara Legislativa. Aceitei de pronto a missão, pois tenho a certeza de que vou trabalhar pela nossa profissão, e pela área de saúde como um todo, de forma intensa, como sempre trabalhei à frente do CREF 7. 🇧🇷

HIV/AIDS x EXERCÍCIOS FÍSICOS

Após o surgimento dos primeiros casos da Síndrome de Imunodeficiência Adquirida (AIDS), no início da década de 80, acreditou-se por muitos anos, em meio aos profissionais da área de Saúde que tratavam dos pacientes da doença, que o repouso e a preservação das reservas energéticas, evitando-se a prática de atividades físicas cuja intensidade superasse os níveis das atividades físicas cotidianas habituais, fosse o procedimento mais recomendável para portadores de HIV/AIDS.

por **Arlindo Pimentel***

CREF 1714-G/DF

Isto se justificava em virtude da grande perda de peso observada entre os portadores da síndrome, o que levava a crer que, com a prática de exercícios físicos, agravar-se-ia o processo de emagrecimento. Da mesma maneira, acreditava-se que o desgaste físico provocado pelos exercícios diminuiria a resistência do paciente, facilitando o avanço do agressivo vírus HIV sobre o sistema imunológico, permitindo assim o aparecimento de doenças oportunistas, provocado pela baixa resistência imunológica.

Estudos científicos mais recentes, todavia, apontam para uma direção totalmente contrária. Hoje, o entendimento no meio científico é o de que a prática regular de exercícios físicos não só é recomendável, como impres-

cindível, no auxílio ao tratamento dos portadores de HIV/AIDS, em praticamente qualquer estágio da síndrome.

Com avaliação e acompanhamento médico, a prescrição, por um profissional de Nutrição, de uma dieta que vise compensar e preparar o organismo para a prática de atividades físicas mais intensas e o planejamento de um programa criterioso de exercícios físicos, por um profissional de Educação Física, o portador de HIV/AIDS só tem a ganhar, não apenas em termos objetivos de melhoria do estado geral de saúde, como também em aspectos subjetivos de qualidade de vida e integração social.

A seguir, são abordados em linhas gerais, alguns aspectos relevantes sobre o tema.

cal, denominada “corcova de búfalo” (*buffalo hump*).



BENEFÍCIOS OBJETIVOS (Físicos)

- **Ganho de força muscular** – e conseqüente melhora na força articular.
- **Aumento da massa magra** – gerando ganho de peso.
- **Aumento do Apetite** – e melhora na digestão.
- **Melhora nos padrões de sono** – permitindo melhor recuperação em repouso.
- **Melhora na aptidão cardiovascular** – combatendo a sensação de fadiga.
- **Fortalecimento do sistema imunológico** – maior produção de linfócitos CD4. Combate a Síndrome da Lipodistrofia.

Combate à Síndrome da Lipodistrofia

O coquetel de medicamentos utilizado no combate ao vírus provoca, como efeito colateral, uma redistribuição da gordura corporal, conhecida como Lipodistrofia, caracterizada pelo aumento do volume da cintura, um afinamento acentuado das extremidades (membros inferiores, membros superiores e cintura escapular), uma diminuição da gordura subcutânea com aumento da gordura visceral e sanguínea (aumentando as taxas de colesterol e triglicerídeos), o encovamento facial e o surgimento de uma bolsa de gordura atrás da região cervi-

A prática regular de exercícios físicos tem se revelado como um importante instrumento no combate a tais efeitos, com resultados extremamente animadores.

Recomendações Gerais

Os exercícios físicos recomendados para os portadores de HIV/AIDS, de modo geral, são os aeróbicos e de resistência muscular localizada.

Por este motivo, a MUSCULAÇÃO é considerada a modalidade mais recomendada para os portadores da síndrome, até mesmo pela própria facilidade de monitoramento das condições gerais do praticante.

Devem ser associados também, exercícios de alongamento e flexibilidade, bem como exercícios que objetivem o incremento do equilíbrio (percepção cinestésica e inteligência cinestésica).

O programa de exercícios deve ser sempre individualizado, com metas e limites claramente definidos, associado a um monitoramento constante e igualmente programado (programa de monitoramento).

A observação da relação carga x repouso deve ser extremamente respeitada, pois o portador de HIV/AIDS não pode se sujeitar aos indesejáveis efeitos do sobre-treinamento (*over-training*).

No que tange a desportos em geral, deve-se apenas evitar a prática de esportes que possam mais facilmente provocar lesões, cortes e traumatismos, pois qualquer acidente é sempre arriscado para o soropositivo.

De todo modo, desde que se observem as devidas medidas de segurança e que sejam respeitadas as li-

BENEFÍCIOS SUBJETIVOS (Psico-Sociais)

- Melhora da auto-estima;
- Melhora da auto-imagem;
- Diminuição dos níveis de ansiedade e *stress*;
- Desenvolvimento de uma atitude positiva;
- Facilitação da integração social;
- Aquisição de hábitos saudáveis.

mitações relativas à intensidade e à duração das sessões de treinamento, não há esportes contra-indicados para os soropositivos (à exceção do Boxe, devido à grande possibilidade de sangramentos e ao constante contato físico dos lutadores).

Portanto, da mesma maneira que a prática de exercícios físicos é importante para qualquer pessoa, como meio de promoção da saúde e da qualidade de vida, o mesmo se aplica aos portadores de HIV/AIDS, constituindo uma importante ferramenta para sua longevidade e sua capacidade bio-psico-social para o combate à doença.

Em todo o mundo, inclusive no Brasil, desenvolvem-se cada vez mais políticas públicas e programas de saúde voltados para o estímulo e apoio à prática de exercícios físicos pelos soropositivos.

Neste cenário, é essencial o papel do profissional de Educação Física, como único profissional de saúde capacitado para a aplicação segura de um programa de treinamento adequado. 

* **Arlindo Pimentel**

Profissional de Educação Física (CREF 1714-G/DF). Pós-Graduado em Educação e Promoção da Saúde.

Membro da Equipe de Pesquisadores do Grupo de Pesquisa em Saúde Pública e HIV/AIDS do Hospital das Forças Armadas de Brasília - <http://www.pesquisa_hfa.kit.net/>

Programa Vida Saudável

O programa Vida Saudável visa ofertar à população da terceira idade do Brasil um programa de atividade física regular e sistematizado que vise melhorar ou manter a saúde biopsicossocial dos indivíduos, tendo como consequência a melhoria da qualidade de vida.

por **Marisete Peralta Safons**

CREF 004265-G/DF

No ano de 1994 foi sancionada a Lei nº 8.842, que dispõe sobre a Política Nacional do Idoso, onde se faz menção “ao incentivo e à criação de programas de lazer, esporte e atividades físicas que proporcionem a melhoria da qualidade de vida do idoso e estimulem sua participação na comunidade”.

O Centro Nacional de Estatística para a Saúde estima que cerca de 84% das pessoas com idade igual ou superior a 65 anos sejam dependentes para realizar as suas atividades cotidianas, constituindo-se no maior risco de institucionalização.

A estimativa para 2020 é de que ocorrerá um aumento de 84 a 167% no número de idosos com moderada ou grave incapacidade. Entretanto, a

implantação de estratégias de prevenção, como a prática da atividade física regular e de programas de reabilitação, poderão promover uma melhora funcional, minimizando ou prevenindo o aparecimento dessa incapacidade.

Saúde não significa apenas ausência de doença, mas um completo estado de-bem estar físico, mental e social, segundo a Organização Mundial de Saúde. Neste sentido, entende-se que a prática regular de atividades físicas proporciona uma melhoria da qualidade de vida dos idosos, contribuindo também para a manutenção de sua autonomia.

O Ministério do Esporte, sensível às essas afirmações, apresenta uma proposta de trabalho social para a população de idosos, fundamentado em

atividades físicas, de esporte e lazer, que permitam interferir e contribuir para melhorar o quadro atual e resgatar a dívida social com esse segmento da população brasileira.

Ofertar à população de idosos do Brasil (iniciando no Distrito Federal e Goiás), um programa de atividade física regular e sistematizado que vise melhorar ou manter a saúde biopsicossocial dos indivíduos, tendo como consequência a melhoria da qualidade de vida.

Público Alvo

Pessoas preferencialmente a partir dos 60 anos de idade, aptas à prática da atividade física.

Núcleos

Na fase de teste do programa, estão sendo desenvolvidas atividades em Goiás e no Distrito Federal.

Cada núcleo conta com:

1 Professor de Educação Física*

1 monitor (para grupos com até 100 alunos), preferencialmente estudante de Educação Física ou Profissional da área de saúde habilitado.

**O profissional será preparado em curso de capacitação, promovido pelo Ministério do Esporte, no Centro de Educação à Distância (CEAD) da Universidade de Brasília. O GEPAFI (Grupo de Estudos e Pesquisa da Atividade Física para o Idoso), da Faculdade de Educação Física, tem a responsabilidade técnica dos conteúdos a serem ministrados.*



Funcionamento

O Programa apresenta a possibilidade do desenvolvimento de atividades físicas, de esporte e lazer que respeitem as especificidades culturais e regionais de cada núcleo. As atividades físicas deverão ter a frequência de 5 vezes por semana.

A duração será entre 40 a 60 minutos. O horário para o desenvolvimento das atividades ficará a cargo de cada Núcleo. Na sexta-feira ou no dia da semana mais adequado, sugere-se a implementação de outras atividades como, por exemplo, palestras, ou atividades sociais, que respeitem a especificidade de cada núcleo pelo período de até duas horas. Estas atividades têm como objetivo proporcionar momentos de reflexão, reconhecimento, encontro, educação, sem a preocupação com objetivos ou marcas individuais, mas sim com objetivos que transcendam o individual e valorizem o coletivo, social, ecológico.

Como participar

Para fazer parte do programa, o interessado deverá dirigir-se a um núcleo próximo a sua residência e fazer sua inscrição. O ideal é apresentar um atestado médico para fins de atividade física antes de começar a participar das atividades. Cada turma poderá absorver no mínimo 50 alunos e no máximo 100 alunos por núcleo.

Parcerias

Poderão ser parceiros deste programa, prefeituras, órgãos públicos em geral, entidade privada sem fins lucrativos, e toda e qualquer entidade que julgue importante o programa e tenha condições legais de implantá-lo.

Para tornar-se parceiro, é necessário cadastrar-se junto ao Ministério do Esporte, apresentando uma demanda para a implantação do núcleo e a contrapartida do proponente.

Avaliação

Uma coordenação geral do programa, sediada no Ministério do Esporte, fará o acompanhamento das ações, com o propósito de buscar a melhoria e a adequação frente às necessidades. Os participantes dos núcleos serão submetidos a uma pré-avaliação que constará de testes funcionais e psicológicos que pretende conhecer as condições iniciais da saúde biopsicossocial dos indivíduos. A cada três meses serão aplicadas novas avaliações, visando acompanhar a evolução das alterações ao longo da participação no programa.

Infra-estrutura necessária para o desenvolvimento das atividades:

- Espaço físico adequado (preferencialmente área coberta);
- Camisetas que identifiquem o programa;
- Circuito de treinamento para as aulas de condicionamento físico.



Detalhe do Circuito de Treinamento

Mais informações:

Ministério do Esporte

www.esporte.gov.br

Alongamento em academia

Flexibilidade é a capacidade de executar um movimento a partir de uma articulação ou conjunto de articulações, de forma voluntária, em amplitude submáxima ou máxima; dentro dos limites morfológicos e sem riscos de provocar lesões. Na prática isso se faz com a utilização de técnicas que na academia se enquadram no grupo das atividades de alongamento: aulas de alongamento, ioga, pilates de solo, bola suíça, tai chi chuan, dentre outras.

por **Tiago Cortez Matos***

CREF 003457-G/DF

Flexibilidade é a capacidade de executar um movimento a partir de uma articulação ou conjunto de articulações, de forma voluntária, em amplitude submáxima ou máxima; dentro dos limites morfológicos e sem riscos de provocar lesões. Na prática isso se faz com a utilização de técnicas que na academia se enquadram no grupo das atividades de alongamento: aulas de alongamento, ioga, pilates de solo, bola suíça, tai chi chuan, dentre outras.

Alguns autores fazem distinção entre alongamento e flexionamento. Na verdade, ambos os termos se referem a trabalhos que buscam aprimorar a qualidade física flexibilidade. Tais autores preferem classificar com o nome de alongamento o trabalho de flexibilidade em nível submáximo e como flexionamento o trabalho de flexibi-

Algumas técnicas para desenvolver a flexibilidade

a) Alongamento estático ou passivo

Muito utilizada pela segurança e comodidade, a técnica consiste em estirar o músculo até sua amplitude submáxima (ou máxima) e permanecer na posição. Pode ser feito inclusive com ajuda de uma força externa (aparelhos, outro indivíduo), de forma lenta e relaxada, deve buscar "atingir o maior arco de amplitude de movimento possível e mantê-lo até o limiar da dor, que surge normalmente entre oito e vinte segundos". Dantas (1998). Como exemplos, temos as aulas de alongamento em academias, como também as aulas de Iyengar Ioga, Hatha Ioga e Body Balance.

b) Alongamento ativo ou dinâmico

Através de exercícios dinâmicos busca aproveitar a inércia do segmento corporal em movimento, com ou sem aparelhos, para levar a amplitude da articulação a ângulos maiores que os normais. Exemplos: wushu (ou kung fu), o lian kung, a ginástica olímpica, o pilates e as técnicas de Hatha Ioga dinâmica (Bikram, Power, Ashtanga, Swásthya, Viniyoga).

c) Alongamento Facilitado (ou FNP - Facilitação Neuro-Proprioceptiva ou 3S)

Existem várias combinações, das quais abordaremos uma delas, o 3S: o Scientific Stretching for Sports (3S) consiste em mobilizar o segmento corporal até seu limite de amplitude máxima. Imediatamente após, realizar uma contração isométrica vigorosa durante oito segundos. Após a contração, forçar o movimento além do limite original durante o relaxamento da musculatura. Pode ser repetido de três a seis vezes em cada articulação.

lidade em mais alta intensidade. De qualquer forma, todos os autores concordam que o importante é mesmo trabalhar a flexibilidade, uma valência que, segundo Dantas (1998), "é certamente a qualidade física utilizada pelo maior número desportos".

Para atletas fica clara a função do treino de alongamento: segundo Abdallah (1999), ajuda a evitar problemas em movimento imprevisível e também o encurtamento adaptativo (crônico) no conjunto músculo-esquelético dos grupos musculares em geral e também melhora a eficiência mecânica. Com o treino específico de flexibilidade ocorre aumento da *performance* e diminuição de riscos de lesão

por movimentos involuntários (escorregões, por exemplo).

Já em não-atletas esta qualidade física deve ser empregada para manter a funcionalidade do corpo (Gentil, 2004) de maneira a possibilitar desempenho razoável dos movimentos para as atividades da vida diária, tais como: estender roupas no varal, agachar para pegar uma sacola de supermercado, calçar sapatos, pegar o bebê do berço e levá-lo ao peito. Todas essas atividades são desenvolvidas rotineiramente nas nossas casas e nelas são requisitados músculos e articulações que necessitam estar em sua amplitude plena para permitir que aconteçam com qualidade.

A prescrição do alongamento

Qual é o número de repetições por segmento corporal?

De uma a cinco vezes.

Qual o tempo de permanência no alongamento e a duração na aula?

De dez a sessenta segundos. O número mínimo corresponde a um alongamento que vise a um aquecimento para outra modalidade, aí a duração é de dez a quinze minutos. Tempos maiores são utilizados em treinos específicos de flexibilidade, neste caso a duração da aula é de trinta a sessenta minutos.

Qual o tempo de repouso?

Igual ou até o dobro do tempo de esforço em cada articulação.

Um fato importante é que os exercícios de alongamento devem ser feitos como preparação para as inúmeras atividades físicas (caminhada, trabalho, pedalar, entre outras) com a finalidade de aquecimento. Desta forma, haverá um aumento da temperatura corpórea, melhora na lubrificação das articulações e preparo do conjunto músculo-articular para executar os movimentos dentro da amplitude habitual.

Caso o treino seja específico para a melhora da flexibilidade, em virtude da sua maior intensidade, ele deverá ocorrer em dia, ou pelo menos em horário, diferente do horário da modalidade fim (musculação, corrida, futebol, ginástica olímpica). Desta forma, não ocorrerá diminuição no desempenho na prática da atividade principal.

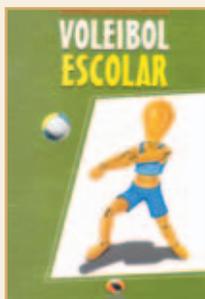
Então? Vamos alongar!!! 🌱

*Professor de Educação Física (UnB)
Professor de loga (Runway Academia)
Personal Trainer

Publicações

Profissionais de Ouro

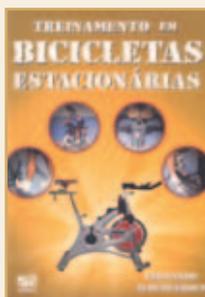
LIVRO: VOLEIBOL ESCOLAR
AUTOR: AILTON DE SOUSA LEMOS
CREF: 002831-G/DF
E-MAIL: ailtonslemos@iesb.com.br
TEL: 8112-5510



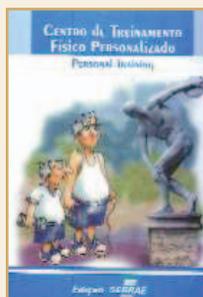
LIVRO: BASES CIENTÍFICAS DE TREINAMENTO DE HIPERTROFIA
AUTOR: PAULO ROBERTO VIANA GENTIL
CREF: 001399-G/DF
TEL: 8118-4732



LIVRO: TREINAMENTO EM BICICLETAS ESTACIONÁRIAS
AUTOR: FERNANDO CAVALCANTI DE ALBUQUERQUE
CREF: 000140-G/DF
E-MAIL: fernandospin@hotmail.com
TEL: 3037-3160 e 9115-6708



LIVRO: CENTRO DE TREINAMENTO FÍSICO PERSONALIZADO
AUTOR: SEBRAE-DF
CONSULTOR: FAUSTO ARANTES PORTO
CREF: 001387-G/DF
E-MAIL: faustop@prdf.mpf.gov.br
TEL: 341-1514 e 9977-0012



Uma boa administração e muito respeito aos praticantes do Judô

Um jovem de porte físico modesto, o que lhe conferia desvantagem para a prática das artes marciais, desenvolveu um método excepcional de desenvolvimento físico, mental, doutrinário e educador ao qual chamou de Judô. Desenvolvido a partir do Ju-Jutsu antigo, praticado no Japão, o Judô visava principalmente à educação e os bons costumes e valorizava o caráter do cidadão humano.

Depois da sua criação, o Judô teve uma aceitação muito grande e foi bem recebido no mundo todo. Hoje é um esporte respaldado no ideal olímpico e uma das melhores ferramentas educacionais. Valoriza o ser humano, inserindo valores em sua vida, para que este se torne um Grande Homem.

No Brasil, o esporte tomou grandes dimensões. Bem administrado pelos dirigentes da Confederação Brasileira de Judô vem obtendo grandes resultados internacionais, tendo conquistado medalhas em todas as olimpíadas disputadas a partir de Los Angeles 1984. Teve o seu momento de glória com Aurélio Miguel, em 1988. Ele foi o único atleta participante dos Jogos Olímpicos de Seul a trazer a tão sonhada medalha de ouro para o nosso país.

O Judô de Goiás está em franco desenvolvimento. Temos cerca de 10 mil atletas inscritos no cadastro da FEGOJU (Federação de Judô do Estado de Goiás) e destes, cerca de mil atletas são atuantes.

Na Presidência da Federação Goiana de Judô está o Advogado Josmar Amaral Gonçalves. Na Vice-Presidência está o engenheiro Luiz Fernandes Jr, na Diretoria os Profissionais de Educação Física Iransé Oliveira Silva, Leonardo A. Stanciarinni, Michel Gomes, Eduardo Soares, Lhofei Shiozawa, e também, o economista Sebastião Godoy e o administrador Joseph Kleber, que trabalham com organização e democracia, resgatando o potencial e os grandes valores do judô goiano.

Estamos voltados para a expansão do judô e pretendemos levá-lo a todos os municípios de Goiás, dando condições de desenvolvimento ao esporte, sem nenhum tipo de discriminação, principalmente de ordem administrativa. Queremos que todos aqueles que se preocupam com o ensino desta arte educativa se juntem a nós.



A Federação Goiana de Judô tem em sua diretoria uma grande maioria de Profissionais de Educação Física. Sabe da importância da valorização profissional dos que ministram aulas de judô no Estado, e da necessidade constante de se reciclar. Nesse aspecto, julga importante a presença do Profissional de Educação Física nas academias, e por essa razão dá total respaldo ao trabalho do Conselho Regional de Educação Física em nosso Estado, tendo, inclusive, incentivado os professores de judô a fazerem cursos, e até mesmo ingressarem nas Faculdades de Educação Física. Somente assim, estaremos sendo abertos e responsáveis com a nova geração do esporte em nosso Estado, e conseqüentemente no país. Nesse mesmo sentido, basta lembrarmos que o Mestre Jigoro Kano, criador do Judô, era um Profissional de Educação Física, tendo sido considerado o pai da Educação Física no Japão.

Com este sentimento de democracia e valorização dos profissionais e atletas, temos participado de todos os eventos em nível nacional e até mesmo internacional, organizados pela CBJ. Nesses eventos todos os técnicos da seleção goiana são formados em Educação Física; isso tem colaborado para a obtenção de grandes resultados.

O professor Josias Júnior, mesmo não sendo filiado a FEGOJU, mas por ser Profissional Credenciado no CREF-7(DF-GO-TO) esteve à frente de uma equipe na Seletiva Nacional, realizada em João Pessoa-PB, no último mês, como Técnico da Seleção Goiana, e declara que o nível do Judô de Goiás cresceu muito nos últimos anos graças à determinação, desta diretoria, de valorizar os Profissionais de Educação Física.

Outro exemplo de dedicação e profissionalismo é o do professor Lhofei Shiozawa, que é técnico da seleção goiana (permanente) e que desenvolve um trabalho brilhante à frente do selecionado goiano. Profissional de Educação Física, o professor Shiozawa é um apaixonado pelo judô, e não é para menos: ele é considerado um dos maiores judocas que o Brasil já teve. Foi o único brasileiro presente nos Jogos Olímpicos de Tóquio, no Japão, onde o JUDÔ participava pela primeira vez de uma Olimpíada. Esteve em Munique 1972, foi várias vezes Campeão brasileiro, Sul-Americano e Panamericano.

A grande certeza é que em Goiás as coisas estão acontecendo, e de forma organizada, com profissionalismo e dedicação. Todos os obstáculos estão sendo superados, e podem ter certeza que teremos em breve grande expressividade no cenário nacional e internacional, acreditem em nossa gestão. 🦊

Anápolis, 27 de junho de 2006.

Josmar Amaral Gonçalves
Presidente da FEGOJU

BrasilTelecom apresenta

11ª Convenção CENTRO-OESTE

Saúde • Sport • Fitness
Educação Física • Fisioterapia • Nutrição

INTERNACIONAL

- 39 cursos
- Superfeira de Esportes
- Workouts com as melhores academias de Brasília

De 31/8 à 3/9/2006
Hotel Blue Tree Park
Brasília/DF
Informações: (61) 3032-1745/3032-1750/bsbfitness@gmail.com

www.bsbfitness.com.br

Patrocinadores: **maistemis**, **MasterCard**, **FIT-PRO**

Patrocinadores: **CREF7**, **TEPA**, **ASAAR**, **INTEGRATE**, **PRIMA**, **AVT**, **Reebok**, **Mizuno**, **CRUI**

Eleições 2006

Fique atento para as informações que estarão sendo publicadas no Diário Oficial da União e divulgadas no site do CREF7 (www.cref7.org.br)

Até 13 de julho de 2006:

Edital de Convocação
Comissão Eleitoral
Regimento Eleitoral

Nominata dos Profissionais aptos a votarem
(atualizada periodicamente até a data das Eleições)

Abertura de inscrição das Chapas:

A partir de 13 de julho de 2006

Encerramento de inscrição das Chapas:

11 de setembro de 2006

ELEIÇÕES:

10 DE NOVEMBRO DE 2006

CLUBE VIZINHANÇA NORTE
Clube da Educação Física
Avenida L2 Norte - quadra 60

Piscina aquecida

Natação **Hidroginástica** **Aluguel de Camisetas Síntese**

Tel.: 3322-2248



O CREF 7 luta pela aprovação do Projeto de Lei Geral da Microempresa, que devolve o setor de academias ao Sistema Simples de Impostos.
www.cref7.org.br

Educação Física

Pós-Graduação Lato sensu



Carga Horária 360h

2º SEMESTRE 2006

Belo Horizonte

Início: 16 e 17/09/2006

Treinamento Desportivo
Obesidade e Emagrecimento
Dança e Consciência Corporal
Fisiologia do Exercício (Prescrição do Exercício)
Ergonomia

Exercício Físico Aplicado à Reabilitação Cardíaca e a Grupos Especiais (intensivo nas férias)

Módulo I: 17/07/2006 até 29/07/2006

Módulo II: 15/01/2007 até 27/01/2007

Módulo III: 16/07/2007 até 28/07/2007

Local: **Faculdade Fabrai** - Rua Albita, 131 - Mangabeiras

Goiânia

Início: 02 e 03/09/2006

Fisiologia do Exercício (Prescrição do Exercício)
Exercício Físico Aplicado à Reabilitação Cardíaca e a Grupos Especiais
Musculação e Treinamento de Força
Reestruturação Corporal Global - RGC - Ginástica Postural
Ergonomia

Local: **Colégio Classe** - Av. T10, 1030 - Setor Bueno

Campo Grande

Início: 23 e 24/09/2006

Fisiologia do Exercício (Prescrição do Exercício)
Treinamento Desportivo
Administração e Marketing Esportivo
Educação Física Escolar

Local: **SEBRAE** - Av. Mato Grosso, 1611 - Centro

Brasília

Início: 23 e 24/09/2006

Fisiologia e Cinesiologia da Atividade Física e Saúde
Exerc. Físico Aplic. à Reab. Cardíaca e a Grupos Especiais
Reestruturação Corporal Global - RGC - Ginástica Postural
Bases Nutricionais da Atividade Física (Nutrição Esportiva)

Atividade Física Adaptada e Saúde (intensivo nas férias)

Módulo I: 17/07/2006 até 29/07/2006

Módulo II: 15/01/2007 até 27/01/2007

Módulo III: 16/07/2007 até 28/07/2007

Local: **LBV**

SGAS915 - Lotes 75 e 76 - Asa Sul - Edifício Parlamundi

Cuiabá

Início: 19 e 20/08/2006

Fisiologia do Exercício (Prescrição do Exercício)
Bases Nutricionais da Atividade Física (Nutrição Esportiva)

Musculação e Treinamento de Força (intensivo nas férias)

Módulo I: 17/07/2006 até 29/07/2006

Módulo II: 15/01/2007 até 27/01/2007

Módulo III: 16/07/2007 até 28/07/2007

Local: **Intercity Premium Cuiabá**

Rua Pres. Arthur Bernardes, 64 - Goiabeiras

Solicite informações dos cursos de Fisioterapia, Nutrição, Educação, Farmácia, Enfermagem, Espanhol, MBA e Tecnologia da Informação.

Horário: Sábado e Domingo das 8h às 18h uma vez ao mês

INFORMAÇÕES

São Paulo
(0xx11) 6014-5656

Rio Janeiro
(0xx21) 2484-3336

Bahia
(0xx71) 3264-0958

Outros Estados
0800 772 0149

www.possugf.com.br