Brasília recebe a Semana da Saúde na academia Unique Parque

Promovido pela Unique Parque, do Grupo Unique Fitness, o evento irá proporcionar uma semana cheia de palestras e atividades físicas, numa programação especial, que promete reunir toda a família

15/04/2013 16:11:45

Preocupados com a saúde e o bem estar, os brasilienses estão cada vez mais saudáveis, menos sedentários e comendo mais vegetais do que a média nacional, de acordo com uma pesquisa do Ministério da Saúde, promovida em 2010. Por isso, no mês em que Brasília completa 53 anos, a Unique Fitness presenteia seus alunos com um evento de aulas e palestras sobre os mais diversos assuntos relacionados à saúde.

Promovida para toda a família, a “Semana da Saúde Unique Fitness” terá como objetivo oferecer aulas especiais, corrida da saúde, caminhada, nutrição, medição de pressão arterial, além de palestra sobre a saúde sexual feminina. O evento reunirá diversos profissionais renomados para proporcionar uma semana inesquecível para os alunos da Unique Fitness.

A “Semana da Saúde Unique Fitness” terá início na próxima terça-feira (16) e irá ocorrer até o dia 20 de abril. O evento é exclusivo para os alunos da Unique Fitness. Entre as diversas atividades que serão desenvolvidas durante a semana, a Unique Parque irá promover a Análise de Pisada, (Baropodometria), que são estudos da pisada, das pressões exercidas por elas e, por consequência, da postura do corpo durante este movimento, com indicação dos tipos de tênis para a corrida. A ação será conduzida pelo fisioterapeuta Danilo Saigg, especialista em Fisioterapia Desportiva e Reabilitação, do Centro de Reabilitação de Monte Negro (unidade Asa Sul); e pelo fisioterapeuta Pedro Ivo Almeida, especialista em Fisioterapia Esportiva.

A Semana da Saúde também contará com uma palestra dirigida pelo ginecologista especialista em Estética Íntima, Dr. Paulo Guimarães, e pela fisioterapeuta especialista em Saúde da Mulher, Andréa A. Bortolazzo. Os dois profissionais abordarão assuntos sobre a Saúde Sexual Feminina. A palestra ocorrerá às 19h desta sexta (19). Para as crianças, ocorrerá a Unique Day Kids Especial. Nele, as crianças aprenderão a importância da fruta na alimentação infantil, com a nutricionista Etienne Moraes, além de aprender a importância da saúde bucal e o processo aprendizado da escova, com a Dra. Rita Trindade.

Todas estas atividades especiais ocorrerão na unidade Unique Parque, localizada na Asa Sul (906 Sul – Parque da Cidade, Estacionamento nº 10). Para o gerente da unidade, Dirceu Lobo, além do evento promover orientações e atividades voltadas para a saúde, a presença da família é fundamental. “Com este conceito de família que a Unique Fitness possui, elaboramos um evento especial pensando cuidadosamente da saúde de cada integrante familiar, além de presenteá-los com o aniversário da nossa capital federal”, explica.

Acompanhe a programação especial da Semana da Saúde Unique Fitness, com a Unique Parque:

16/04 – Análise de Pisada (Baropodometria) – 8h às 11h; e 17h às 20h

19/04 – Palestra sobre Saúde Sexual Feminina – 19h

19/04 – Unique Day Kid Especial – 9h e 15h

20/04 – Caminhada da Saúde – 8h30 (chegar 20 minutos antes)

20/04 – Aulão de Running Day – 8h30

20/04 – Aulão de Mergulho – 9h

Sobre o Grupo Unique Fitness – O Grupo Unique Fitness nasceu em 2009, com o lançamento da primeira academia da cidade com o conceito “clube”: a Unique Fitness. Localizada no Sudoeste e na Asa Sul, a academia foi concebido para atender toda a família, oferecendo programas exclusivos para gestantes, idosos, jovens, bebês de zero a três anos e crianças. A proximidade com o Parque da Cidade permite também que os alunos pratiquem atividades físicas ao ar livre, com a orientação adequada. O empreendimento ainda possui restaurante, loja de roupas, área de descanso com duchas e banheiras de ofurô, solarium, além de um spa tropical, o Solarium SPA. Também faz parte do grupo a Easy Fit, academia baseada no conceito “você paga pelo que usa”, cuja mensalidade tem valor acessível (R\$ 69/mês), com foco em musculação e ergometria. A Easy Fit está localizado no Guará II. Em abril de 2013, a rede inaugura mais uma academia com o conceito clube, no ParkShopping.

Unique Parque (906 Sul)

Endereço: SGAS 906, Bloco A, Lote 7 - altura do Estacionamento 10 do Parque da Cidade

Horário de Funcionamento: De segunda-feira a sexta-feira, das 5h30 às 23 horas; sexta-feira, das 5h30 às 23 horas; sábado, das 8 às 19 horas; e domingo e feriados, das 9 às 14 horas

Tel.: (61) 3242-5706

Site: www.uniquefitness.com.br