

# MOVE & MOVEplus

Programa de incentivo da cidade de Winterthur no âmbito do esporte escolar facultativo.

## Quais são os objetivos?

- Transmitir prazer para os movimentos físicos.
- Adquirir experiências nos movimentos físicos e com isso conhecer melhor o próprio corpo.
- Fortalecer a autoconfiança através da educação física em companhia de outras crianças semelhantes.

## Quais são os objetivos?

O ponto principal é melhorar a coordenação motora e as habilidades no esporte. Através de formas diferentes de brincar são treinados, entre outros, a capacidade de reação e equilíbrio, é estimulado o prazer no movimento e o aumento da resistência física. Movimentos e habilidades básicas como pular corda, jogar e pegar bola ou dar cambalhotas também fazem parte do programa de treinamento.

## Quem ensina?

Professores de educação física, fisioterapeutas ou instrutores de ginástica infantil.

## Inscrições e custos

Inscrições sempre abertas e para todos os cursos.  
Participação 50.- Francos por semestre.



## MOVE

Aulas de educação física para crianças que necessitam de motivação para movimentos físicos

Assista ao filme  
[www.move.winterthur.ch](http://www.move.winterthur.ch)

### Participantes

Crianças entre 1ª e 3ª classe que pouco se movimentam ou que devem ser motivadas a praticar exercícios físicos.

### Cursos

- Turnhalle Gutschick, Scheideggstrasse 1, Mattenbach  
Segundas-feiras das 16:30 às 18:00 horas
- Turnhalle Guggenbühl, Stadlerstrasse 56, Oberwinterthur  
Quintas-feiras das 16:30 às 18:00 horas
- Turnhalle Ausserdorf, Wieshofstrasse 59, Wülflingen  
Sextas-feiras das 16:30 às 18:00 horas

### Inscrição e informação

Sportamt Winterthur  
Projektleiterin Schulsport  
Gabi Regli  
Pionierstrasse 7, 8403 Winterthur  
052 267 40 15, gabriela.regli@win.ch



## MOVEplus

Aulas de educação física para crianças e adolescentes obesos.

Assista ao filme  
[www.moveplus.winterthur.ch](http://www.moveplus.winterthur.ch)

### Participantes

Crianças e adolescentes obesos a partir da 1ª classe.

### Cursos

- Turnhalle Gutenberg, Gutenbergstrasse 11, Töss  
Quartas-feiras das 16:30 às 18:00 horas
- Turnhalle Römerstrasse, Römerstr. 141, Oberwinterthur  
Quintas-feiras das 16:25 às 17:50 horas

### Inscrição e informação

Sportamt Winterthur  
Projektleiterin Schulsport  
Gabi Regli  
Pionierstrasse 7, 8403 Winterthur  
052 267 40 15, gabriela.regli@win.ch