



SETE 1 - 4º e 5º anos EF  
4ªf. - 10h50 às 11h50

SETE 2 - 2008 e 2009  
2ª e 4ªf. - 16h40 às 17h50

## FUTEBOL SOCIETY

O futebol Sete, como exercício físico, é um dos meios mais eficientes de se gastar calorias, trabalhando quase todos os músculos do corpo, principalmente os das pernas o que permite um desenvolvimento da força e da disposição no dia a dia.

- Auxilia no aumento da massa e da força muscular.
- Melhora a resistência cardiovascular.
- Estimula a circulação sanguínea.
- Aumenta a socialização.
- Reduz os riscos de doenças cardíacas.
- Favorece o trabalho de vários sistemas do corpo.

**Venha participar!**

Informações:

Coordenação Esportiva



51 3223-1078



robson.prade@lasalle.org.br

**La Salle Santo Antônio**

Rua Luiz de Camões, 372 - Santo Antônio, Porto Alegre-RS  
(51) 3223-1078 ou (51) 99701-4014  
santoantonio@lasalle.org.br