

## 5ª ITUVERAVA RUNNING

### EDIÇÃO ESPECIAL AO DIAS DAS MULHERES .

Sabemos que a corrida de rua está tendo grandes destaques no cenário nacional e com isso esta sendo um dos esportes mais procurados e praticados no Brasil, em nossa cidade e região não é diferente.

Para muitos se tornou uma modalidade regular e é praticada por indivíduos das mais variadas idades e de ambos os sexos que almejam a prevenção e a promoção da saúde, buscando a melhora das capacidades físicas, fisiológicas, psicológicas, cognitivas e inclusão social.

Perante tudo isso, a assessoria e consultoria esportiva Cardio Runner Fit, vem com a finalidade de promover na cidade de Ituverava- (SP), um evento direcionado para todos que tem paixão pela a corrida e pela vida, buscando conscientizar o público em geral sobre a promoção a saúde e direcionar uma a importância do esporte e da atividade física como uma alternativa na prevenir algumas doenças, dando todos juntos um grito contra o sedentarismo:

PERCURSO DAS PROVAS 3K/5K/10K :

NOVIDADE CORRIDA KIDS 100/200/400 metros> RUN .