



imprimir

Imprimir

Tamanho do texto

A-

A+

Esporte capoeira terceira idade

## Turma de idosos é batizada na capoeira

Alunos da terceira idade fazem parte de projeto do Grupo Capoeira Mandinga e recebem o primeiro cordão da dança

ANA FERRAREZE



360 alunos da terceira idade participam das aulas de capoeira

Não é preciso ser jovem e atlético para jogar capoeira: há um ano, o **Grupo Capoeira Mandinga** e a **ONG Juntos** organizam exercícios adaptados da dança. A iniciativa faz sucesso. No total, **360 alunos da terceira idade** participam das aulas que acontecem uma vez por semana nos seis núcleos da entidade (60 idosos por unidade). Neste sábado (30/04), a grande turma será batizada no **Parque do Ibirapuera**. Mestres e professores amarrarão o primeiro cordão – de cor verde – na cintura dos novos capoeiristas, que depois formam uma roda para jogar capoeira. O evento é aberto ao público.

Cibele Mourão, capoeirista há 15 anos, é a professora. “Antes, eles tinham aulas de musicoterapia e reclamavam – achavam muito monótonas. Agora ficam ansiosos para o dia da capoeira chegar e lamentam por não terem conhecido antes”, conta ela. Os exercícios foram adaptados sob a supervisão do **Mestre Maurão**, líder do grupo. Todo o cuidado é necessário para que os alunos não se machuquem. Por isso o trabalho gira em torno de sequências e alongamentos mais leves, sem golpes de impacto. “As salas estão sempre cheias e eles interagem uns com os outros, gingando e sambando. É muito bonito assistir e fazer parte disso”, relata a professora.

**Parque do Ibirapuera, em frente à arena de eventos do Museu Afro; entrada pelos portões 10 e 12. Dia 30/04, 10h/12h. Grátis.**

Fechar