



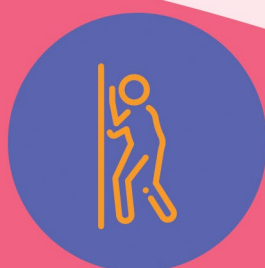
## ESPORTE PARA CRIANÇAS DIANTE A PANDEMIA

Manter as crianças mais produtivas e ligadas no esporte durante a pandemia tem sido um desafio, por isso citamos exercícios práticos para que os pequenos possam se movimentar mesmo em casa, confira!



### VÔLEI

Além de preparar as crianças para a vida esportiva, o vôlei desenvolve a saúde física e mental dos pequenos, desenvolve a habilidade de trabalhar em equipe e muito mais.



### ESCONDE ESCONDE

Competição e resistência física, equilíbrio e muito mais. Além de ser uma brincadeira super divertida, ela consegue desenvolver ainda mais o desempenho das crianças.



### PULAR CORDA

Além de melhorar o condicionamento físico e otimizar a capacidade cardiorrespiratória, pular corda também desenvolve a coordenação motora dos pequenos.