



No próximo domingo, 28 de abril, será realizada a II Jornada de Capoterapia do Estado de São Paulo. Novamente o evento será em São Carlos, das 8h às 17h, na Fazenda Invernada.

A Jornada reúne grupos de Capoterapia de todo o estado para discutir a prática da ginástica feita com os movimentos e jogos lúdico da Capoeira para respeitar os limites e as potencialidades da população de terceira idade.

Apesar de completar 21 anos de existência em 2019, a capoterapia ainda é uma prática nova. No Brasil começou a se intensificar de uns 9 anos para cá, quando se iniciaram as capacitações para formação de multiplicadores da ideia. A estimativa é de que mais de 50 mil pessoas já pratiquem a capoterapia em todo o país.



Prática de Capoeira durante a II Jornada de Capoterapia do Estado de São Paulo, realizada na Fazenda Inver