



Voto de Congratulação n° \_\_\_\_\_/2022.

**EXCELENTÍSSIMO SENHOR PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE  
CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM, ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**

O Vereador infra-assinado, do Partido Liberal (PL), com assento nesta Casa de Leis, no uso de suas atribuições regimentais, vem, manifestar **Votos de Congratulação** ao **Sr. Marcos Vinícius Gualandi**, pela participação e representação do município no evento da modalidade esportiva de "Crossfit" chamado "Castelo Challenge".

No dia 20/08/2022, na cidade de Castelo/ES, o Sr. Marcos Vinícius, que é treinador de "Crossfit", participou e incentivou seus alunos a participar da competição denominada "Castelo Challenge", onde diversas equipes do estado inteiro puderam se inscrever e competir.

Na terceira prova da competição, o Sr. Marcos e seu colega de dupla, Sr. Fagner Dezid, obtiveram o melhor tempo, completando o circuito mais rápido que os demais competidores, feito esse muito importante para a representação da modalidade "crossfit" no esporte cachoeirense.

No mais, é notório que, em Cachoeiro de Itapemirim, a "Crossfit Cachoeiro" (box afiliado desde 2015 a "Crossfit Incorporation") onde o Sr. Marcos é socio proprietário e treinador, é referência na prática da modalidade esportiva de

"Feliz a Nação cujo Deus é o Senhor"





“crossfit”.

Executada da maneira correta e com a devida ajuda profissional, a prática consiste e tem como objetivo promover a melhora da capacidade cardiorrespiratória, condicionamento físico e resistência muscular por meio da combinação de exercícios funcionais, que são aqueles cujos movimentos são realizados no dia a dia, e aeróbicos.

Por fim, é sabido também que a prática de esporte na modalidade “crossfit” consiste em incentivar e promover, além da modalidade esportiva, as interações sociais, estimulando a superação de limites e o trabalho em grupo, fazendo jus ao lema do seu box:

*“O Crossfit é para todos, inclusive você, independente do nível de condicionamento físico, idade, sexo e experiência”.*

*(Crossfit Cachoeiro).*

Em nome da Câmara Municipal de vereadores de Cachoeiro de Itapemirim/ES, parabênzo e agradeço ao Sr. Marcos Vinícius Gualandi por lecionar, participar e incentivar a prática desportiva na modalidade “crossfit” no município de Cachoeiro, momento em que desejamos sucesso nessa jornada e nos colocamos a disposição.

Sala das Sessões “Elias Moysés”, 24 de agosto de 2022.

**Júnior Corrêa**

Vereador - PL

“Feliz a Nação cujo Deus é o Senhor”

