Oficina: Slackline

Oficineiro: **Ana Carolina – Medalhista em Competição Estadual, Coordenada pela Professora Marcia P. Pessini**

Vagas: **30**

Local: **Ar Livre**

Recomendação: **Utilizar roupas leves e tênis**

Sinopse da Oficina: O Slackline é um esporte de equilíbrio sobre uma fita de nylon, estreita e flexível, praticado geralmente a uma altura de 30cm do chão. Sua origem vem da escalada, popularizou-se como treino de equilíbrio, e agora, graças a Gibbon, vem sendo desenvolvido e difundido em todo o mundo. O Slackline possui muitos benefícios físicos e também mentais. Destacamos o equilibrio, concentração, consciência corporal, velocidade de reação e coordenação como os maiores benefícios do Slackline.