

NA QUADRA, A SEGURANÇA É QUEM DITA O JOGO



Segundo especialistas, a prática de exercícios físicos ajuda o sistema imunológico a se proteger contra o COVID-19 .

Usar a máscara é essencial, mas pode se tornar uma barreira para a respiração. Por isso:



Prefira lugares abertos



Evite esportes coletivos



Lave as mãos com frequência

Para essa e outras boas práticas acesse:



**PROTOCOLO
LELLO
CONDOMÍNIOS**

REALIZAÇÃO

