

## Mogianos praticam kenko taissô

CELIA SATO

Todas às terças-feiras, um grupo de 40 pessoas, a maioria da terceira idade, se encontra nas dependências da Associação Cultural de Mogi das Cruzes (Bunkyo), na Vila Industrial, para a prática de ginástica. Trata-se do kenko taissô, que consiste na prática de exercícios físicos ao ritmo de músicas japonesas antigas. “É uma ginástica alegre, pois cada música tem uma coreografia”, relata a professora Setuko Tajima Hayashi, mais conhecida como “Célia”.

Ela explica que o kenko taissô é uma criação da professora Tiyoko Saito, da Faculdade de Shizuoka, no Japão. As coreografias, que são em torno de 400, incluem movimentos como alongamento, articulação e exige também o exercício da memória. Isto porque o aluno precisa aprender e guardar a coreografia que muda de uma música para outra. “É uma atividade que movimenta o corpo e a mente”, reforça Célia, que con-

vida as pessoas interessadas na prática desta ginástica a comparecer no Bunkyo, no dia da aula, às terças, das 8h30 às 10 horas. “Não há contra-indicação. Ela é ideal para pessoas de todas as idades, até mesmo para crianças”, indica.

A modalidade está completando 9 anos de prática no Brasil, tendo como responsável no País a professora Toshie Kawazoe. “Ela é a nossa presidente. É uma profissional muito eficiente e dinâmica”, destaca Célia, que no último domingo, participou com seus alunos do encontro de kenko taissô no Ginásio Municipal Professor Hugo Ramos, no Bairro do Mogilar.

O evento que ocorreu pela manhã reuniu cerca de 800 pessoas e foi “muito bom”, conforme avaliação da professora. Mais de 50 grupos pertencentes a núcleos de kenko taissô fizeram apresentação no Ginásio. Ela informa que há núcleos da ginástica em cidades como São Paulo, Jundiaí e Registro, além de Mogi das Cruzes e, ainda, em

capitais como Brasília e Salvador.

O encontro que teve 740 praticantes da ginástica coreografada contou com a presença do secretário municipal de Esportes, Nilo Guimarães, como representante do prefeito Marco Bertaiolli (PSD), e ainda dos vereadores Pedro Komura e Juliano Abe e do ex-deputado federal Junji Abe, além do presidente do Bunkyo, Kiyoji Nakayama e do diretor da entidade, Thomas Hideo Yamaki.

O grupo mogiano de kenko taissô fez a doação de 283 cobertores para a Campanha do Agasalho do Fundo Social de Solidariedade de Mogi das Cruzes. “Os alunos fizeram doações e nós conseguimos comprar os cobertores”, frisou.

Outro destaque do evento foi a apresentação de um grupo de crianças de Arujá. O kenko taissô pode ser praticado por pessoas de todas as faixas etárias.

O Bunkyo está localizado na Rua Campos Salles, 203, na Vila Industrial.