

# Serviço de Desporto estimula atividades desportivas em casa com aluguer de equipamentos



Considerando o contexto atual, as atividades desportivas levadas a cabo pelo Serviço Desporto, Saúde e Bem-estar dos Serviços de Ação Social da UTAD estão limitadas face às medidas de mitigação do COVID-19 imposta legalmente.

Neste sentido, com o objetivo de incentivar à prática de exercício físico em casa, e considerando a escassez de material desportivo próprio pela Comunidade Académica, o Serviço Desporto, Saúde e Bem-estar dos SASUTAD vem divulgar a iniciativa Active Home Work Rent, que consiste na disponibilização de Kits de equipamentos desportivos variados em regime de aluguer.

Estão disponíveis os seguintes Kits: **KIT 1** composto por uma bicicleta de cycling; **KIT 2** composto por uma barra de pump e discos; e **KIT 3** composto por um Step e tornozeleiras.

O aluguer de equipamentos desportivos é sujeito a um pedido prévio de pré-reserva a partir de 23 de fevereiro de 2021 através do link: <https://comunicacao.sas.utad.pt/viver-a-utad/desporto/pre-reserva-equipamentos>. O stock é limitado e reduzido, sendo que será dada prioridade aos estudantes e por ordem de pedido.

Mais informação em: [www.comunicacao.sas.utad.pt](http://www.comunicacao.sas.utad.pt).

Este programa pode ser ainda complementado com a realização das aulas e treinos gratuitos que este serviço já disponibiliza através do canal Youtube do Active Gym/UTAD.

Fonte: Serviço Desporto, Saúde e Bem-estar dos SASUTAD