

# DE UMA PEQUENA SEMENTE, NASCEU UM GRANDE MOVIMENTO

---



Todo grande projeto começa com uma pequena semente.

E a nossa história começou com **dois amigos: Sandrinho e Jean**. Eles tiveram uma ideia simples, mas cheia de propósito: criar um projeto através da corrida de rua, aproximando pessoas, incentivando a prática esportiva e mostrando que todos são capazes de dar o primeiro passo.

Essa sementinha começou a crescer quando chegaram mais três amigas: **Verônica, Lharissa e Gleyd**. E assim, cinco amigos, unidos pelo mesmo propósito, deram os primeiros passos para construir aquilo que hoje conhecemos como **LINEAR E MOVIMENTO**.

No início, era apenas um treino por mês, aos domingos.

Mas o que começou pequeno foi crescendo. Pessoas foram chegando, o grupo foi aumentando e, principalmente, começaram a chegar pessoas que nunca tinham corrido na vida.

Foi então que nasceu um novo capítulo dessa história.

O nosso bebezinho: a **QUINTA DO LINEAR**.

Toda quinta-feira, a rua ganha vida. Com música, alegria e muita energia, a gente se reúne para ensinar os primeiros passos da corrida: como pisar, como respirar, como correr e, principalmente, como acreditar que consegue.

A Quinta do Linear nasceu para preparar e ensinar. Para que aquele que está começando hoje possa chegar ao treino de domingo cada vez mais preparado e confiante.

Mas o LINEAR E MOVIMENTO também nasceu com um propósito que vai muito além da corrida.

Nos nossos treinos de domingo, cada participante é convidado a levar **1 alimento não perecível**, que depois é destinado a famílias carentes.

Porque acreditamos que, enquanto movimentamos o nosso corpo, também podemos movimentar a vida de outras pessoas.

E para que tudo isso aconteça, existe uma grande rede por trás do projeto.

Empresas e patrocinadores da nossa região acreditam no LINEAR E MOVIMENTO e nos ajudam voluntariamente a tornar cada encontro ainda mais especial.

São parceiros que ajudam a montar nossas mesas de café da manhã, com frutas, café e outros alimentos, proporcionando aquele momento de confraternização depois do treino.

**É gente ajudando gente.**

**É empresa apoiando esporte.**

**É corredor apoiando corredor.**

**É uma comunidade inteira se unindo por um propósito.**

Porque o LINEAR E MOVIMENTO nunca foi apenas sobre correr.

**É sobre começar.**

**É sobre evoluir.**

**É sobre cuidar.**

**É sobre ajudar.**

**É sobre amizade.**

**É sobre transformar.**

Aquela pequena semente plantada por Sandrinho e Jean, que ganhou força com Verônica, Lharissa e Gleyd, hoje se transformou em um movimento construído por muitas mãos.

E essa história continua sendo escrita a cada quinta-feira, a cada domingo, a cada novo corredor que chega e a cada família que recebe uma ajuda.

### **LINEAR E MOVIMENTO**

Cinco amigos deram o primeiro passo.

Hoje, somos muitos caminhando na mesma direção.

**Porque cada passo conta. Cada pessoa importa. E toda grande história começa com uma pequena semente.**