

HOMENAGEM
PARABÉNS
A TODAS AS MÃES
PAINEIRENSES



Paineiros

Publicação mensal dirigida aos associados do Clube Paineiras do Morumbi - Maio / 2013

SUA MELHOR ESCOLHA

- ▶ Uma das Big 5
- ▶ Líder no middle market
- ▶ Nas principais cidades do país
- ▶ Audit | Tax | Advisory



Visite nosso site



www.facebook.com/bdobrazil



www.twitter.com/bdobrazil



www.bdobrazil.com.br



Sumário

Paineiras



Leia na seção Paineirense em Destaque: Sergio Quiroga da Cunha é Presidente da Ericsson América Latina e Caribe.

8. Conheça um pouco sobre a nossa história: um polo irradiador de arte e cultura.

15. Paineiras na Mídia: O Clube foi sede de grandes eventos e cenário de programas de TV, recebeu celebridades, ex-jogadores, craques do tênis e do automobilismo.

Sociocultural



Vem aí o Arraiá do Paineiras, com Zezé de Camargo e Luciano!

26. Almoço Especial do Dia das Mães, sua mãe merece esse carinho!

29. Noite do Buteco, com Jair Rodrigues, uma noite temática pra lá de especial!

Esportes



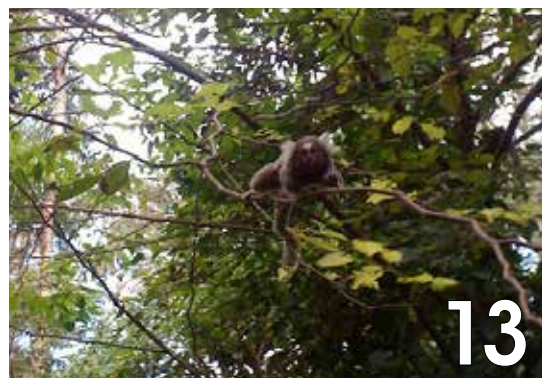
Mari Duarte e Feijão trazem o Ouro para o Polo Aquático do Brasil!

61. Beach Tennis: Clínica com Guilherme Prata.

62. 1º Paineiras Open Classic de Tênis - Azevedo & Travassos.

Seções

	Paineiras	05
	Clicks	16
	Sociocultural	20
	Kids	36
	Bem-Estar	40
	Esportes	42
	Variedades	71
	Agenda	72
	Serviços	74



Seu Olhar do Paineiras

"Estava caminhando na manhã de segunda-feira dia 22 de Abril, na pista de Atletismo, quando resolvo olhar de onde vinham tantos barulhos, um cantar diferente de pássaros, pareciam mais gritos...e pela minha surpresa : UM SAGUI!

Na hora quis registrar para contar às minhas filhas e mostrar que era de verdade!

Como adoro caminhar perto da Natureza, e no Paineiras podemos presenciar até uma família de Saguis! Eram muitos!"

Priscila Franco

DESDE 1960 FORMANDO ESPORTISTAS E CONSOLIDANDO AMIZADES



Revista Paineiras

Diretor Responsável: Hugo Germano Sigaud Júnior

Comissão Editorial:

Sergio Henri Stauffenegger
Luís Augusto Bulcão Carvalho
André Luís Baccarini de Moura
Hugo Germano Sigaud Júnior
Maurício Galizia Noriega
Miguel Julio A. Draskoczy
Piergiorgio Helzel
Ricardo Amaral da Silveira
Stivy Malty Soares

Projeto Gráfico e Editorial: Deepmind Marketing Estratégico Ltda.

Capa: Brenno S. Teixeira

Editoração: Maira Castellani Reche

Produção Editorial: Ecco Press Comunicação Ltda

Jornalista Responsável: Renata Garcia Bernardes

Redação: Luciana Faro

Fotos: Adalberto Santana, Andrea Ribeiro,

Deepmind e Arquivo Paineiras

Impressão: Rush Gráfica e Editora

Distribuição: Door to Door - Logística e Distribuição

Anuncie

E-mail: marketing@clubepaineiras.com.br

Telefone: 3779-2099



Clube Paineiras do Morumby

Revista Paineiras | Maio 2013

Diretoria Executiva

(Gestão 01/janeiro/2013 a 31/dezembro/2015)

Presidente Sergio Henri Stauffenegger
1º Vice-Presidente Luiz Fernando de Paiva Monteiro
2º Vice-Presidente Aldo Roberto Saltini
Diretor Secretário Luiz Antônio Dias Martins de Oliveira
Diretor Tesoureiro Maurício Goulart de Faria

Diretoria de Departamentos

Comunicação Hugo Germano Sigaud Júnior
Higiene e Saúde João Roberto Alboleda
Jurídico Alexandre Jamal Batista
Manutenção e Obras ... Waldemar de Freitas Pizarro
Marketing Miguel Júlio A. Draskoczy
Ouvidoria Armando Cabral Galhardo Guerra
Recursos Humanos Maria de Los Angeles Duran Valiñas
Suprimentos Edilene Marchini Boéchat
Tecnologia Cláudia Stempfle

Esportes:

Diretor Geral Flávio Bulcão Carvalho
Centro de Preparação Física
e Complexo Fitness Nelson da Silva Vilares
Futebol José Fernando Leite da Silva
Judô Daniel F. Dell'Aquila
Nado Sincronizado Leonice Mota Rossello
Natação Luciano Ladeira
Polo Aquático Carlos Henrique Longo
SEFFE/SAT Silvio Rodrigues Rosa
Squash Daltro Luiz Morandini
Tênis Ricardo Canto Pereira

Sociocultural:

Cultural Marcia de Thuin
Social Maria Regina Rocha

Conselho Deliberativo

Presidente: Luís Augusto Bulcão Carvalho
Vice-Presidente: Cyro Kusano
Secretária: Vera Lucia Lucas Zen

Comissão de Sindicância:

Presidente: Sandra Elvira Rosa de Souza Bernardi
Secretária: Zelita Caldeira Ferreira Guedes
Membros Efetivos: Adeilton Bomfim Brandão, Gilberto
Canhadas e Odmir Antonio Martino
Membros Suplentes: Paula de Thuin Bevilacqua e Leda
Ferreira Prado.

Conselho Fiscal:

Presidente: Luiz Carlos Lazarini
Secretário: Mario Migliavada
Membros Efetivos: Antonio Marcos Fonseca, Fuad Abbud
Júnior e João de Valentin
Membros Suplentes: Sálvio Spinola Fagundes Filho e Hélio
de Lima Carvalho

Comissão de Julgamento

Presidente: Cyro Kusano
Secretário: Antonio Misorelli
Membros Efetivos: Marco Aurélio Scalise, Douglas Ansarah,
Luiz Cláudio Cardoso Carvalho
Membros Suplentes: Piergiorgio Helzel e Artur Luís Curado
Dieguez

Central de Atendimento - CAT

Segunda a sexta: 8h às 20h
Sábados, domingos e feriados: 8h às 17h
Telefone: 3779-2010

Com a palavra, o Presidente

Primeiramente, nesse mês de maio, quero saudar e parabenizar a todas as mães paineirenses e convidar as famílias para participarem do tradicional almoço comemorativo, que acontecerá em 12 de maio, no Salão Nobre, a partir das 12h.

Dentro do espírito de trabalho em equipe que norteia nossa Diretoria, conseguimos explorar a sinergia entre os Departamentos de Esporte e Cultural, otimizando a estrutura física que montamos para o Torneio Internacional de Tênis e realizamos o evento Outono Cultural, apresentando as diversas modalidades artísticas desenvolvidas no Paineiras como o Coral, diversos estilos de Dança e Teatro. Mesmo num dia chuvoso atraímos quase 2.000 espectadores.

Mais importante do que o sucesso desse evento está o clima de companheirismo entre os funcionários das diversas áreas, a harmonia entre os associados e os diretores.



Diretoria Executiva 2013-2015

Dando continuidade ao projeto de modernização do Paineiras, entregamos a Boate e Restaurante das Cúpulas totalmente reformados com novo sistema de ar-condicionado, iluminação, mobiliários, etc. Com isso nossas festas e eventos estarão ainda mais requintados.

Na área esportiva gostaria de destacar o nosso projeto de investimento no Fitness que é a base de apoio para todos esportes. Novos equipamentos serão instalados nos próximos meses, mantendo nossa academia como uma referência. Instalaremos catracas para controlar os acessos e garantir a utilização exclusiva para nossos associados.

Estamos nos empenhando para realizar uma das melhores Festas Juninas do Paineiras, com contratações arrojadas, pois entendemos que essa é a festa mais popular e participativa do Clube.

Com uma administração extremamente profissional, estamos conseguindo equilibrar investimentos e despesas, preservando a saúde financeira do nosso Clube.

Em junho teremos as Eleições para renovação de 1/3 de nossos Conselheiros. A participação de nossos associados na eleição de seus representantes é fundamental para definir os destinos e orientações que o nosso Clube deverá tomar nos próximos anos.

Sergio Henri Stauffenegger
Presidente

Amigos Paineirenses



Chegamos a uma época do ano em que nos deparamos diante de dois eventos importantes. Alcançamos o Outono e comemoramos o Dia das Mães. Talvez não devêssemos comparar situações tão distintas. Mas a reflexão leva a entender esta mensagem.

O Outono é a estação do ano que mais nos força a um exame de consciência. São dias de preparação para o Inverno e suas agruras. A figura que mais contempla este momento é o de que as folhas caem como lágrimas. Mas no lugar de representar um choro, este fenômeno nada mais é do que outro dos muitos encantos da sábia natureza. As árvores precisam poupar-se, reduzir o gasto de energia, para completar mais um ciclo de renovação.

Faz parte de nossa vida refletir sobre estas necessidades. Assim como temos de encarar a transformação dos tempos. Afinal, atualmente o Dia das Mães é considerado como o segundo mais importante para o comércio, atrás apenas do Natal. Ora, por que não ver esta data com a mesma paixão de uma mãe dedicada ao seu filho? É, por isso, que o velho

ditado de "Ser Mãe é Padecer no Paraíso" está mais atual do que nunca.

Que 'paraíso' é esse? Do sacrifício da gestação, da dor do parto, das noites mal dormidas. O escritor Luiz Fernando Veríssimo somou certa vez que de tantos afazeres de um dia de uma mãe precisaria ter, no mínimo, 29 horas. Por mais árduo que seja esse trabalho, nada se compara com o milagre da vida, o privilégio de dar a luz. É a renovação...assim como a das folhas do Outono.

Por isso, que independente dos merecidos presentes dignos desta data, acredito que a melhor definição veio de quem resolveu dobrar o seu amor à sua mãe e colocou o prefixo 'ma' antes do 'mãe', formando mamãe. E creio que nada em todas as mensagens nos revele tanto assim, como o simplesmente:

**Mamãe
Um Feliz Dia das Mães**

Luís Augusto Bulcão Carvalho
Presidente do Conselho Deliberativo

Paineirense em destaque

Sergio Quiroga da Cunha



Sergio Quiroga da Cunha, 45 anos, é Presidente da Ericsson América Latina e Caribe. Há dois anos é sócio do Paineiras. De sua união com Valéria, surgiram duas filhas lindas, Maria Clara e Gabriela, que ele cria com carinho ao lado do enteado Francisco. Entre seus hobbies preferidos, o empresário destaca a corrida, o Lego com a família, a leitura e, como todo torcedor fanático, os jogos do seu time do coração: o Fluminense. No Clube, Sérgio pratica natação, corrida e musculação. É assíduo frequentador da sala de musculação, da lanchonete do deck da piscina, e também aprecia assistir a um bom jogo de tênis. Essa modalidade, por sinal, ainda pretende aprender a jogar. Entre os eventos sociais do Clube, o seu preferido é a Festa Junina. Para aliviar a tensão do dia a dia e o estresse do mundo dos negócios, Sérgio pratica esportes e curte a vida com a família.

A Revista Paineiras foi ao encontro do empresário para saber um pouco mais sobre sua rotina, seu trabalho e as novas tendências do setor de mobilidade e tecnologia do Brasil.

Confira:

Revista Paineiras: Como definiria o seu perfil profissional?

Sérgio: Sou exigente, comigo e com o meu time de líderes e considero o sucesso resultado de muito trabalho, talento e um pouco de sorte. O trabalho deve ser baseado em objetivos comuns, foco no cliente e autonomia do time. Já o talento precisa ser explorado ao máximo, identificando as pessoas mais determinadas e corretas para execução de cada um dos objetivos propostos.

Revista Paineiras: Você acha que o brasileiro é adepto às novas tecnologias ou demora para integrá-las ao seu cotidiano?

Sérgio: Sem dúvida os brasileiros sempre foram exigentes em termos de tecnologia. Não é em vão que estamos entre os países que lideram as compras de telefones celulares, TVs HD, câmeras digitais e netbooks, numa lista de oito dos principais países emergentes e industrializados. Claro que a economia mais estável e o poder de consumo da classe média influenciam esse "apetite"

dos consumidores por tecnologia, especialmente móvel.

Em pesquisas recentes da Ericsson identificamos que há um certo interesse natural em novas tecnologias por parte da nossa população, devido a vários fatores: uso das redes sociais, novas formas de aprendizado e interação e as mulheres impulsionando, por exemplo, o mercado de smartphones. Imaginem se somos assim com as altas taxas tributárias, como seríamos se tivéssemos taxas mais baixas, do nível do Chile ou México?

Revista Paineiras: Qual é o futuro da telefonia móvel?

Sérgio: O futuro é miniaturização e velocidade. Pensem na primeira vez que viram um telefone celular ou lembrem-se do seu primeiro aparelho. Agora, comparem com o atual: simplesmente é bem menor e mais rápido. O efeito é que levamos 20 anos para sermos 20 vezes mais rápidos, saindo de um padrão analógico e chegando à terceira geração (3G) existente hoje. A quarta geração de telefonia móvel

- 4G ou LTE – é a sucessora das atuais tecnologias 2G e 3G que prioriza a transmissão de dados, ao invés da voz. O resultado disso é uma internet mais rápida e estável. O acesso a essa rede já está sendo viabilizado aqui no Brasil por algumas operadoras e a Ericsson provê equipamentos de infraestrutura para as quatro principais operadoras do mercado brasileiro. Importante notar que toda esta tecnologia chega ao Brasil em um curto período de tempo, comparado às outras, no passado. O Brasil está muito bem posicionado nesse sentido e não ficará à parte deste futuro já vivido pelos países mais desenvolvidos.

Revista Paineiras: O crescimento do uso de dispositivos móveis continua acelerado no Brasil, e traz um potencial de negócios para serviços móveis. Porém, o setor de mobilidade ainda enfrenta dois grandes desafios: mobile payment (soluções de pagamento móvel) e criar condições para a operação de forma maciça das redes 4G (quarta geração tecnológica de celulares). O Senhor concorda?

“O nosso Clube oferece tudo o que precisamos, seja nas piscinas, na sala de musculação, nas quadras, etc. No meu caso, preparo as principais decisões quando estou correndo, seja na esteira ou no piso.”

Sérgio: O potencial de negócios para serviços móveis é muito grande. Já constatamos que 32% dos usuários de smartphones compram por meio destes aparelhos, o que significa que ainda há espaço para este tipo de serviço. Quanto ao 4G é importante salientar com que esta tecnologia é complementar ao 3G, tecnologia já existente. Assim, é importante que se invista não só no 4G, mas também no 3G, para atender a demanda por serviços móveis cada vez mais frequentes. Por trás de todo aparelho, devemos ter uma qualidade de rede altíssima.

Revista Paineiras: O brasileiro está preparado para fazer negócios pelo celular?

Sérgio: Sim. O Brasil tem bons índices de preparo por parte das financeiras, infraestrutura e regulamentação para adoção do sistema, conforme já demonstrado em estudos feitos em 2012. O que precisa se levar em consideração aqui é o grau de maturidade dos usuários deste tipo de serviço, ou seja, como o brasileiro encara essa nova realidade, já muito comum em países como o Japão, por exemplo. O que podemos afirmar com segurança é que já estamos caminhando neste sentido.

Revista Paineiras: Quais os benefícios da rede 4G para o dia a dia do cidadão?

Sérgio: Devido a alta eficiência do 4G, os usuários vão notar, principalmente, alta performance na transmissão de dados, como vídeos e serviços multimídia, coisa que o brasileiro adora fazer por ser um grande usuário das redes sociais.

O efeito para o usuário é simplesmente baixar um vídeo (em média de 1Giga) em 10 minutos ou menos, no seu tablet ou smartphone.

Revista Paineiras: Em comparação aos demais países como está o Brasil no desenvolvimento de novas tecnologias para o setor de mobilidade?

Sérgio: Podemos dizer que o futuro é móvel. E isso baseado em um importante fator: as novas tecnologias para o setor de mobilidade estão dando origem a uma sociedade conectada e acesso a todo tipo de informação, a partir dos mais variados dispositivos móveis, como smartphones, tablets, computadores, carros e qualquer coisa que se conecte às redes. Além disso, o aumento no número de smartphones tem contribuído, por exemplo, para a expansão do tráfego de dados móveis aqui no Brasil, provocando mudanças em vários setores como educação, economia, segurança, saúde e desenvolvimento social. Um ótimo exemplo disso são as crianças de uma comunidade isolada da região Amazônica que têm aulas via videoconferência com professores voluntários da Ericsson. Por meio desta iniciativa, não só elas podem aprender como também ensinar, ao passar detalhes sobre a cultura local, seus costumes e modo de vida.

Revista Paineiras: Quais as principais novidades e tendências do setor de mobilidade?

Sérgio: A principal tendência do mercado hoje é a comunicação máquina com máquina, mais conhecido como M2M ou machine to machine. Hoje, os setores público e privado já discutem regras para a regulamentação de transações financeiras via celular; ônibus está o conectados em Curitiba e servem de modelo para outras cidades; câmeras e serviços de segurança estão integrados em um projeto na cidade de São José dos Campos; carros poderão ser monitorados pelas seguradoras a partir de chips instalados. Há uma infinidade de ofertas que representam não só novidades, mas o modo pelo

qual o cidadão vai optar por viver daqui para frente: conectado.

Revista Paineiras: Qual dica de saúde ou bem-estar você daria para outros associados que também são executivos ou possuem cargos de liderança?

Sérgio: Eu diria que deveriam reservar uma hora por dia para qualquer tipo de esporte. O nosso Clube oferece tudo o que precisamos, seja nas piscinas, na sala de musculação, nas quadras, etc. No meu caso, preparo as principais decisões quando estou correndo, seja na esteira ou no piso. Já passei por vários esportes, mas me encontrei na corrida. Estar bem comigo mesmo, significa que tenho conseguido essa média de uma hora por dia para mim.

Revista Paineiras: Aos leitores Paineirenses gostaria de deixar alguma mensagem especial?

Sérgio: Que continuemos sendo exigentes conosco e com nossa sociedade. O Brasil crescendo a 0,9% ao ano é ruim para todos, simplesmente fecha o país para investimentos, contrai conhecimento, não demanda melhores governantes, entre outros. Eu viajo muito e analiso muito todos os países da América Latina e Caribe, principalmente. Admiro o que foi feito no Chile, Colômbia e com certeza, no México. Todos eles com tratados de livre comércio, todos eles investindo muito em conhecimento. Imagine que um colégio bilíngue custa em torno de R\$ 600,00 ao mês na Colômbia. Ou ver lojas como Best Buy ou Home Depot no México, ou comprar carros no Chile a preço dos Estados Unidos. Com certeza esses países estão criando um crescimento sustentado, propiciando investimentos, confiança de investidores, cultura geral e qualidade de vida como um todo. Isso depende de nós!

Nossa história

Nessa edição faremos o resgate histórico de um dos departamentos do Clube que mais mobiliza os sócios a frequentarem o Paineiras em suas horas de lazer, o Sociocultural.

Um polo irradiador de arte e cultura

A decisão de investir em cultura faz parte da política do Clube. O Departamento Sociocultural promove uma diversificação de atividades que englobam artes plásticas, música popular e erudita, dança, teatro para crianças e adultos; e eventos que já fazem parte da agenda cultural de São Paulo. Só o setor de cursos conta com mais de 1600 alunos inscritos.

Iniciativas como modernização da Biblioteca e investimentos no Centro Cultural e Brinquedoteca são atitudes arrojadas desse setor. A Biblioteca do Paineiras é um centro de referência do Clube. Possui um acervo de 20.872 livros e 11.296 usuários ativos. Já o SEARTI - Setor Centro Cultural Infantil - é um exemplo de espaço dedicado às atividades lúdicas e pedagógicas que promove o desenvolvimento e a coordenação motora de nossas crianças por meio de trabalhos manuais e atividades de lazer.

Na área musical, o Paineiras presenteou seus associados com incríveis atrações, entre as quais destacamos: o Quinteto de Clarinetas Sujeito a Guincho, Orquestra de Câmara Capriccio, Quarteto Quartenália, Rosana Lamosa e Quinteto D'Elas, Coral Pueri Domus, Coral Paulistano, Coral da Unifesp, Coral Petrobrás, Coral Exsultate, Coral do Projeto Guri, Orquestra Paulista do Projeto Guri, Aba Magic, Emilio Santiago, Tinoco, Maestro João Carlos Martins, João Bosco, Guilherme Arantes, Jair Rodrigues, Vânia Bastos, Leila Pinheiro, Daniel, Emílio Santiago, Almir Sater, Sá e Guarabira, Billy Paul e recentemente o show de Cauby Peixoto. Entre muitas outras importantes atrações musicais.



Nas Artes Plásticas

Nas artes plásticas, o departamento realiza mostras de pinturas, fotografias, esculturas, antiguidades, tapetes ou joias de artistas consagrados. O acervo do Paineiras conta com 270 obras registradas, muitas de artistas famosos como Manezinho Araújo, Sakai, Sarro, Oshi e Lúcio Bittencourt.



No Teatro

O premiado grupo de teatro do Paineiras, criado há mais de 30 anos e com aproximadamente 80 montagens teatrais, atualmente é dirigido por Moisés Miastkowsky, que vem realizando um trabalho consistente de pesquisa e formação de atores. Na Maratona Cultural da ACESC, o grupo teatral já conquistou várias premiações. A peça "O Casamento Forçado", de Molière, foi premiada como um dos três melhores do festival ACESC de Teatro. O Clube traz para os sócios grandes nomes do teatro profissional, que se apresentam no Cineteatro, sempre com a casa cheia.



Na Dança

Na dança o Paineiras também se destaca com mais de 640 alunos. Essa área tem crescido tecnicamente e em número de componentes. Como resultado, o número de eventos realizados no Clube e as conquistas obtidas pelas alunas e professores também aumentaram. O Clube já conquistou o segundo lugar no Festival Internacional de dança Bahia, primeiro lugar no Festival da primavera do EC Banespa, segundo lugar no Festival de Suzano e no Festival de Dança de Jacareí, além de muitas outras participações em mostras e festivais paulistas.



Cursos

O Departamento Sociocultural atua intensamente na Maratona Cultural ACESC. O projeto original foi apresentado à Associação dos Clubes Esportivos e Socioculturais de São Paulo (ACESC) pelo Paineiras, em 1999, pelo então diretor cultural Gilberto Fleury Guimarães. Nesse ano aconteceu a I Maratona Cultural que contou com o apoio da Secretaria do estado da Cultura. Em 2002, o Departamento Cultural recebeu a certificação de qualidade ISO 9002, conferida pela Fundação Vanzolini.

As Tradicionais Noites do Paineiras

Os eventos sociais do Paineiras são acontecimentos tradicionais em São Paulo, muito disputados pelos sócios e convidados. As festas do Clube sempre se destacaram pela criatividade, pelo bom gosto, pela decoração, cenografia, culinária e atrações musicais. A cada ano elas estão mais elaboradas e os convites se esgotam em poucos dias.

Entre os principais eventos promovidos pelo setor se destacam algumas festas que são clássicas no calendário paineirenses:



Feijoada da Folia

A festa pré-carnavalesca que conta sempre com a presença de cantores, escola de samba e uma deliciosa e farta feijoada.

Festa Junina

O evento acontece em dois dias. As atrações musicais garantem a diversão das noites caipiras com apresentações de artistas renomados, música country e quadrilhas. Também não faltam as barracas típicas com muita comida e brincadeiras.

Aniversário do Clube

Um dos eventos sociais mais concorridos. Os bailes de aniversários são temáticos e a cada ano conta com grandes novidades. Alguns foram inesquecíveis como em 2000, quando o famoso quarteirão francês de New Orleans foi reproduzido cenograficamente com seu clima musical, personagens, praças, estação ferroviária, o rio Mississipi com um vapor, sobrados construídos pelos colonizadores franceses com suas varandas, postes com iluminação a gás, bares, restaurantes e confeitaria. Em 2001 houve o Baile de Máscaras na Veneza. No ano passado, a festa contou com o show internacional de Billy Paul, um dos maiores cantores de Soul da história da música norte-americana.

Dia das Crianças

Festa para agitar a garotada com muitas atrações e brincadeira.

Natal das Crianças

Festa com clima de confraternização familiar que conta sempre com a presença especial do Papai Noel. Boa música e muitas guloseimas sempre acompanham esse dia especial.

Réveillon

A festa da passagem de ano sempre conta com uma grande produção, bandas para animar a noite e uma monumental queima de fogos que ilumina o Bairro do Morumbi e redondezas. A proposta é trazer boas energias e ótimos fluidos para o ano que está iniciando.

Sexta Nobre Especial

Essas noites temáticas sempre reúnem um grande número de associados e contam com uma programação variada, cardápio especial, decoração baseada no tema e outros atrativos. No Clube já tivemos a Noite Alemã, a Noite Brasileira, Noite Cigana, Noite de Viva México, Noite Marroquina, Brega in Night, Gnocchi dela Fortuna, Taberna Basca, Tortas e Saladas in the Garden e muitas outras.

Sábado Musical

Evento que reúne amigos e oferece a oportunidade de novos artistas associados se apresentarem em clima descontraído e divulgar seus trabalhos para o seletor público paineirenses.

Quarta Cultural

Para levar cultura, shows, exposições e espetáculos teatrais com toda a infraestrutura e serviços do Paineiras, proporcionando ao associado à oportunidade de curtir de pertinho grandes apresentações.

Nova Gestão

Com atividades tão amplas e sinérgicas e com duas diretoras trabalhando conjuntamente, os setores social e cultural, cada qual a sua gestora e com o apoio da Diretoria Executiva, vão aprimorar as atividades atualmente desenvolvidas e elaborar novos projetos para ampliar ainda mais a atuação do Departamento e trazer mais opções de diversão para os sócios. Maria Regina Rocha é a responsável pelos eventos sociais e culturais contratados. Já Márcia de Thuin é a diretoria dos cursos culturais e seus respectivos eventos, Biblioteca, Brinquedoteca, SEART e Cinema.

Com esta nova gestão e a colaboração das duas diretoras, o Clube Paineiras pretende marcar história, trazendo novidades e muito mais benefícios aos associados a partir de um trabalho realizado em conjunto com toda a equipe do departamento sociocultural, comando no dia a dia pela gerente Anita Gouveia.

Todos os eventos do Paineiras são organizados com muito carinho e promovidos com sucesso pelo Departamento Sociocultural. Um trabalho exemplar de uma equipe que garante a diversão dos associados.

Resumo do Relatório Anual da Diretoria Executiva - Gestão 2010/2012

Prezados Associados,

É com imensa satisfação que submeto os resultados operacionais do exercício de 2012 ao Egrégio Conselho Deliberativo. Meus agradecimentos a cada membro de nossa equipe pelo trabalho; minha gratidão aos nossos funcionários pela sua dedicação. Meu muito obrigado a todos os Conselheiros que sempre me apoiaram em todas iniciativas.

O excelente resultado apresentado em minha gestão de R\$ 1.586 mil de superávit permitiu que realizássemos investimentos nas mais diversas áreas do Clube, principalmente na realização de obras consideradas prioritárias, como a construção do complexo poliesportivo feito sobre o ginásio velho; a substituição do telhado que apresentava inúmeros problemas trouxe acima de tudo conforto e segurança ao edifício.

Inúmeras outras obras foram efetuadas, dentre elas destaca-se a construção de três novas lanchonetes (Rofer, Café Paineiras e Cancun) que oferecem aos associados locais aprazíveis e com alimentação de excelente qualidade. Inauguramos o Pavilhão de Jogos, o elevador panorâmico, a acessibilidade dentre tantas outras.

Vale destacar que conseguimos concretizar um antigo sonho Paineirense: **A CONSTRUÇÃO DO ESTACIONAMENTO**, depois de um ano de intensas obras. Os associados contam agora com mais de 700 vagas de estacionamento, em um projeto arquitetônico de última geração que contempla um espaço moderno, funcional e acessível.

Com certeza o Clube atingiu um novo patamar após a conclusão destas obras; a expressiva valorização do título patrimonial, o aumento de frequência de nossos associados, além do conforto proporcionado, indicam sem dúvida, a grande importância destas realizações.

Quero, neste momento, mais uma vez, expressar a todos, meu mais profundo agradecimento por terem me dado a oportunidade de ser Presidente deste grande Clube.

Jos Miguel Spina Presidente Gestão 2010/2012

Balancos Patrimoniais Encerrados em 31 de dezembro de 2012, 2011 e 2010

(Em milhares de reais - R\$)

	31.12.2012	31.12.2011	31.12.2010		31.12.2012	31.12.2011	31.12.2010
ATIVO				PASSIVO			
CIRCULANTE	3.325	5.709	6.550	CIRCULANTE	5.288	5.069	4.657
DISPONIBILIDADES	936	2.219	2.885	Salários e Encargos Sociais	3.238	2.753	2.620
Contas Manutenção	541	2.137	2.120	Fornecedores	1.154	1.603	1.435
Contas Patrimonial-Obras/Ativo Fixo	170	31	677	Obrigações Tributárias	104	147	99
Lei de Incentivo ao Esporte	225	51	88	Financiamento Gerador (FINAME)	108	161	161
				Outras Contas a Pagar	467	354	268
ASSOCIADOS	1.207	2.493	2.829	Lei de Incentivo ao Esporte	217	51	74
Mensalidades	1.520	1.107	713	OBRIGAÇÕES VINCULADAS AO ESTACIONAMENTO	11.735	2.521	-
Provisão Para Perdas com Inadimplência	(754)	(564)	(324)	Fornecedores	329	2.521	-
Taxa de Transferência de Títulos a Receber	441	1.950	2.440	Obrigações Tributárias	6	-	-
				Financiamento Imobiliário	11.400	-	-
CRÉDITOS DIVERSOS	409	421	333	NÃO CIRCULANTE	4.247	3.710	2.909
ADIANTAMENTOS	383	290	252	Provisão Para Contingências Trabalhistas	1.428	2.395	1.385
ESTOQUES	278	161	139	Depósitos Judiciais Trabalhistas	(619)	(880)	(769)
DESPESAS ANTECIPADAS	112	125	112	Provisão Para Outras Contingências	2.635	1.031	997
RECURSOS VINCULADOS AO ESTACIONAMENTO	6.586	4.287	6.776	Receitas Antecipadas	803	1.056	1.027
Aplicações Financeiras	4.428	2.151	6.776	Financiamento Gerador (FINAME)	-	108	269
Mensalidades	68	35	-	PATRIMÔNIO LÍQUIDO	140.159	136.124	132.607
Provisão Para Perdas com Inadimplência	(43)	(16)	-	PATRIMÔNIO SOCIAL	145.178	138.604	134.689
Taxas de Transferência de Títulos a Receber	1.917	2.058	-	DÉFICIT ACUMULADO	(5.019)	(2.480)	(2.082)
Outros Créditos	216	59	-	Déficit Exercícios Anteriores	(4.378)	(2.752)	(4.037)
NÃO CIRCULANTE	151.518	137.428	126.847	Déficit do Exercício Corrente	(641)	272	1.955
REALIZÁVEL A LONGO PRAZO	125	30	98				
Taxas de Transferência de Títulos a Receber	51	19	87				
Depósitos Judiciais Cíveis	11	11	11				
Reserva para Contingências Trabalhistas	-	-	-				
Outros Valores a Receber	63	-	-				
IMOBILIZADO	126.580	124.934	124.995				
INTANGÍVEL	171	236	112				
OBRAS EM ANDAMENTO	2.757	3.565	1.642				
NOVO ESTACIONAMENTO	21.885	8.663	-				
TOTAL DO ATIVO	161.429	147.424	140.173	TOTAL DO PASSIVO	161.429	147.424	140.173

- Os Balancos foram auditados e aprovados sem qualquer tipo de ressalva ou recomendação por parte dos auditores externos independentes.

- O parecer do Conselho Fiscal foi favorável à aprovação das Demonstrações Contábeis referente ao exercício de 2012, sendo que as Demonstrações Contábeis referentes aos exercícios de 2011 e 2010 já foram aprovadas pelo Egrégio Conselho Deliberativo.

Demonstrativo de Resultado - Gestão 2010/2012

O excelente resultado superavitário apresentado de R\$ 1.586 mil seria muito mais significativo, se não fosse a alocação das receitas com a transferência de propriedades de títulos, no montante de R\$ 7.821 mil, nos exercícios de 2011 e 2012 para a conta da Construção do Estacionamento, que foi realizada conforme emenda aprovada em reunião do Conselho Deliberativo realizada em 28 de junho de 2011, abaixo apresentamos o demonstrativo de resultado acumulado na gestão 2010/2012.

	2012		2011		2010		TRIÊNIO	
	Realizado	Orçado	Realizado	Orçado	Realizado	Orçado	Realizado	Orçado
RECEITAS	36.019	35.470	32.879	32.186	31.067	29.448	99.965	97.104
Taxa de Manutenção	32.527	31.792	28.863	29.149	26.378	26.514	87.768	87.455
Taxa de Transações com Títulos	2.890	3.108	3.555	2.461	4.200	2.352	10.645	7.921
Patrocínios	550	550	435	552	470	550	1.455	1.652
Outras	52	20	26	24	19	32	97	76
DESPESAS LÍQUIDAS	(35.003)	(33.887)	(31.117)	(30.281)	(27.469)	(28.006)	(93.589)	(92.174)
Conselho Deliberativo	(246)	(266)	(260)	(240)	(210)	(215)	(716)	(721)
Conselho Fiscal	(54)	(75)	(61)	(79)	(34)	(50)	(149)	(204)
Jurídico	(196)	(192)	(163)	(164)	(147)	(131)	(506)	(487)
Diretoria Executiva	(321)	(357)	(355)	(370)	(253)	(413)	(929)	(1.140)
Assistência Social do Paineiras	10	(30)	(11)	(25)	(5)	(22)	(6)	(77)
Qualidade	-	(0)	-	(80)	(64)	(51)	(64)	(131)
Ouvidoria	(36)	(57)	(59)	(57)	(51)	(40)	(146)	(154)
Secretaria Administrativa	(5.426)	(5.193)	(4.826)	(4.719)	(4.172)	(3.948)	(14.424)	(13.860)
Recursos Humanos	(1.010)	(1.183)	(839)	(1.082)	(752)	(715)	(2.601)	(2.980)
Tecnologia	(782)	(824)	(793)	(763)	(658)	(725)	(2.233)	(2.312)
Higiene e Saúde	(1.135)	(1.116)	(1.091)	(849)	(946)	(1.036)	(3.172)	(3.001)
Financeiro	(995)	(1.025)	(922)	(928)	(885)	(869)	(2.802)	(2.822)
Contabilidade e Controladoria	(510)	(550)	(494)	(510)	(450)	(530)	(1.454)	(1.590)
Suprimentos	(427)	(429)	(365)	(375)	(305)	(270)	(1.097)	(1.074)
Manutenção	(9.903)	(9.218)	(8.500)	(8.624)	(7.460)	(7.808)	(25.863)	(25.650)
Divulgação, Comunicação e Marketing	(771)	(233)	(657)	(203)	(267)	(118)	(1.695)	(554)
Esportes	(7.393)	(7.265)	(6.392)	(6.294)	(6.057)	(6.006)	(19.842)	(19.565)
Alimentos e Bebidas	-	-	-	-	(348)	(719)	(348)	(719)
Concessionários	480	579	446	458	492	525	1.418	1.562
Sociocultural	(3.320)	(3.295)	(3.221)	(2.616)	(2.455)	(2.184)	(8.996)	(8.095)
Cessão de Espaços	419	306	434	319	341	254	1.194	879
Serviços Públicos	(3.233)	(3.195)	(2.954)	(2.726)	(2.597)	(2.480)	(8.784)	(8.401)
Financeiras/Bancárias	50	163	147	116	36	(109)	233	170
Tributárias	(122)	(128)	(140)	(91)	(85)	(97)	(347)	(316)
Festejos dos 50 Anos	-	-	-	-	(137)	(120)	(137)	(120)
Meio Ambiente	(82)	(304)	(41)	(379)	-	(129)	(123)	(812)
SUPERÁVIT ANTES DAS PROVISÕES	1.016	1.583	1.762	1.905	3.598	1.442	6.376	4.930
Provisão para Perdas com Inadimplência	(614)	(573)	(556)	(906)	(828)	(712)	(1.998)	(2.191)
Contingências Trabalhistas	(134)	(455)	(708)	(749)	(415)	(300)	(1.257)	(1.504)
Outras Contingências	(908)	(555)	(226)	(250)	(400)	(297)	(1.534)	(1.102)
SUPERÁVIT/(DÉFICIT) DO PERÍODO	(641)	(0)	272	-	1.955	133	1.586	133

(*) O relatório anual da Diretoria Executiva completo, referente ao exercício de 2012 está disponível para consulta no site do Clube.

Avisos e Novidades

Somente os professores do Clube estão habilitados a exercer atividades profissionais em nossos estabelecimentos.

Comunicamos que é vedada aos associados e dependentes exercerem pessoalmente nas dependências do Clube qualquer atividade funcional que implique em prestação de serviço pessoal (Estatuto Social - Art. 137, § 3º). A infração está sujeita à punição. Tomar aulas com outros associados também implica em infração trabalhista por parte do Clube. Pedimos a compreensão dos associados, somente professores contratados pelo Paineiras podem ministrar aulas e aplicar treinamentos dentro de nossas instalações. Ao optar por uma prática física ou esportiva, procure nossos profissionais contratados! Zele por sua saúde e pelo bom funcionamento do nosso Clube!

Expansão da Rede Sem Fio

Avançando com o processo de melhoria contínua da Tecnologia do Paineiras, a rede sem fio para os associados acessarem a Internet será aumentada dos atuais 5 para 11 pontos até agosto de 2013, com a colocação de mais 6 antenas. Os locais que receberão as novas antenas são: Restaurante Social, Lanchonete Deck Paineiras, Playground, Centro Cultural, Salão de Jogos, Quadras de Areia, Fitness, Sala de Musculação e Squash.

Hobby Vídeo Clube inicia suas atividades com mais de 6 mil DVDs e Blu-Rays

Em abril, o Vídeo Clube começou a funcionar trazendo vantagens e preços promocionais para os associados do Clube. A locadora também será responsável pela programação do Cine Paineiras. O Vídeo Clube é uma iniciativa do Paineiras em parceria com o empreendedor Victor Santos Pereira, ex-proprietário da rede Hobby Vídeo.



Best Fit no Paineiras

A loja de artigos esportivos, moda fitness e beachwear já está em funcionamento no Clube Paineiras. Criada em 2008, a grife oferece produtos e artigos diferenciados, com alta qualidade e em parceria com fornecedores como Adidas, Speedo, Nike, Oxyfit, Live, Lua Morena, Vestem, Black Milk, entre outras marcas. A Best Fit tem como missão oferecer os melhores produtos e artigos esportivos, com excelência no atendimento, tudo para maior conforto ao associado. A Best Fit fica ao lado da Biblioteca.

Venha fazer uma visita!

Novo ponto de convívio em nossa Banca de Revistas

Em nova localização e com espaço muito mais aconchegante, iluminado e acessível, nossa Banca de Revistas foi totalmente reformulada.

Ela agora fica na rampa de acesso ao piso 3S, ao lado do Centro Médico, numa disposição muito mais organizada e com os títulos mais bem distribuídos, facilitando a localização e o acesso a tudo o que se procura.

A próxima etapa desta novidade será a montagem de uma praça de convívio em frente à nova Banca, onde nossos associados poderão curtir sua leitura em um ponto estratégico, entre uma atividade e outra.

Venha conhecer este novo espaço!



Ouvidoria, a voz do Associado

O Paineiras possui uma Ouvidoria que recebe as reivindicações dos associados e procura soluções e alternativas para atender suas solicitações. Essas reivindicações podem ser feitas através de telefone, e-mail ou pelo livro de ocorrências.

O mais comum é o associado recorrer ao livro para registrar suas sugestões ou reclamações, que é analisado diariamente pela Ouvidoria e as ocorrências são encaminhadas aos departamentos responsáveis, que possuem um prazo para responder às solicitações. Se as respostas corresponderem aos anseios dos associados, elas são encaminhadas para os reclamantes. Se a Ouvidoria julgar a resposta não satisfatória, ela mesma busca uma solução para. A Ouvidoria tem autonomia para intervir em vários níveis do Clube, podendo conversar com o responsável pelo serviço, com o gestor da área e, se for necessário, chegar à Diretoria ou à Presidência com alguma sugestão ou reclamação que procede aos interesses gerais.

Segundo o Sr. Armando Galhardo, responsável pelo Setor, **"A Ouvidoria age em todos os níveis, com o objetivo de atender aos associados e deixá-los satisfeitos"**.

O retorno da Ouvidoria é dado ao associado via e-mail e em casos de urgência, é realizado por telefone. Sua missão é atender as solicitações dos sócios dentro das possibilidades do Clube, ou seja, desde que esse atendimento não prejudique outros associados.

Em 2012 foram registradas 1700 ocorrências no Clube e a previsão é que o número aumente esse ano. "Existem reclamações, críticas, mas também existem elogios e boas sugestões. Cada caso é resolvido pontualmente," esclarece Sr. Galhardo. Que aproveita a ocasião para colocar o Setor à disposição. "Se tiverem problemas ou sugestões, por favor, nos procurem. Às vezes a sugestão de um sócio pode beneficiar um grande número de associados". Ressalta o Ouvidor.

Faça você também o bom uso desse canal de comunicação!

Contatos:

ouvidoria@clubepaineiras.com.br
(11) 3779.1716

A Ouvidoria está localizada no piso 1s, no corredor da Diretoria Executiva, próximo à Presidência.



Andréia Fernandes, assistente e Sr. Armando Galhardo, nosso ouvidor.

Seu Olhar do Paineiras

Sua foto pode entrar para História do Clube!

Faça seu registro fotográfico e participe da Campanha "Seu Olhar do Paineiras". Fotografe seus momentos, suas atividades e brincadeiras dentro do Clube e abuse da criatividade! As melhores fotos serão divulgadas mensalmente em nossa revista e ainda farão parte do acervo digital do Paineiras, com os devidos créditos para o autor da imagem.

É fácil participar, basta enviar sua foto para o e-mail: seuolhar@clubepaineiras.com.br

A imagem deve estar em alta resolução. Não esqueça de mandar o título da foto com seu nome completo!

Confira as fotos dessa edição!



Marcia Cristina de Almeida fotografou as crianças no Arraiá do Paineiras



Carolina Vanni registrou seu olhar da decoração da nossa festança



Hayner José clicou nosso maior símbolo arquitetônico, as Cúpulas



Valéria Andreoli de Toledo retratou a passarela

Parceria e oportunidade

deram o tom ao "I Meeting dos Empresários do Clube Paineiras do Morumbi"

Pela **primeira vez** na história do Paineiras, o Clube coloca em prática um projeto especialmente voltado a fomentar e transformar o networking num gerador de grandes negócios para o público paineirense.

No dia 23 de abril às 8h, a diretoria do Clube Paineiras recebeu a jornalista Salette Lemos como palestrante do I Meeting dos Empresários do Paineiras. Com o tema: "Perspectivas da Economia Brasileira e os Desafios para 2013", o encontro reuniu empresários paineirenses num café da manhã em clima amistoso. Em uma apresentação envolvente e participativa, a palestrante enfatizou a **importância das parcerias** para o sucesso nos negócios.

"Nada justifica que tenhamos uma paralisia de ação, e a lentidão que observamos no Governo não pode ser a nossa. Nessa reunião, o Paineiras faz um convite de parceria com acordos bilaterais de gestão entre nós. Negócios estão sendo feitos todos os dias e aos montes e nós temos que fazer a nossa parte", **ressalta Salette Lemos**.

O Meeting, que teve como finalidade viabilizar o **networking de alto nível** entre os convidados e oferecer oportunidades de negócios, foi um sucesso! O Clube reuniu importantes empresários e executivos e pode oferecer para esse grupo seletivo um momento de reflexão sobre seus negócios. E ainda, um rico e caloroso debate com a palestrante.

Com uma **nova visão e infraestrutura de ponta**, o Paineiras está pronto para receber grandes eventos, seja na esfera Esportiva ou Sociocultural. "Com profissionalismo e uma equipe preparada para fornecer serviços de qualidade, vamos oferecer uma parceria participativa e com retorno", afirma Miguel Drasko, Diretor de Marketing do Paineiras.

Na **área esportiva**, o Clube apresenta um espaço físico e eventos de importância nacional e internacional, com muitas oportunidades comerciais e possibilidades de divulgação das marcas. Na **área sociocultural**, festas e eventos consagrados ideais para ações de marketing de relacionamento. O Paineiras disponibiliza seis espaços para locações, com instalações impecáveis e infraestrutura adequada para **eventos corporativos**, com a seriedade e compromisso de atender com excelência. Dentre os **produtos de Comunicação**, destacamos a Revista Paineiras, com tiragem mensal de 6 mil exemplares, uma das melhores publicações do meio clubístico nacional.

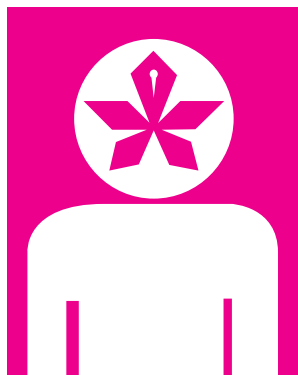
"Aqui no Paineiras **oferecemos aos nossos associados o projeto ideal** para esses investimentos. Temos projetos incentivados estaduais e federais, que utilizam a renúncia fiscal com opções de investimentos fracionados, prontos para ação", diz Miguel.

Os empresários elogiaram a iniciativa e já sinalizaram a presença para o próximo evento. "Ficamos muito felizes com a realização desse primeiro meeting. Trabalhamos duro para agregar valor aos nossos associados e esse encontro abre as portas de nosso Clube também como oportunidade de **expansão e desenvolvimento de negócios**." comenta Sergio Henri Stauffenegger, Presidente do Paineiras.

Para o segundo semestre de 2013, a Diretoria Executiva já programou a realização de **dois outros eventos** nestes moldes.

I Meeting dos Empresários
do Clube Paineiras do Morumbi





#Paineirasnamídia

O esporte do Paineiras ganhou destaque na mídia esse mês!

O Clube foi sede de grandes eventos e cenário de programas de TV, recebeu celebridades, ex-jogadores, craques do tênis e do automobilismo, com matérias que geraram repercussão na internet e na TV!

Confira nossas principais inserções na mídia:



Linha de Chegada – O programa da SporTV, comandado por Reginaldo Leme, gravou um especial nas quadras de tênis do nosso Clube. Os entrevistados foram Raphael Matos e Bruno Soares, craques do tênis e do automobilismo. Reginaldo Leme, que também é associado do Paineiras, ficou maravilhado com as dependências e infraestrutura do Paineiras: “Apesar da geografia do Clube, a natureza ainda é preservada, isso é fascinante, gostei muito de gravar o programa aqui.” afirmou Reginaldo.



CQC – Pela segunda vez consecutiva, o Paineiras sediou o Samsung-Chelsea FC Youth Football Camp, evento organizado pela área de eletrodomésticos da Samsung. A equipe do CQC, cobriu o evento com foco nas celebridades presentes, matéria realizada pelo repórter boleiro do CQC, Maurício Meirelles, que acompanhou a peneira de um dos maiores clubes de futebol do mundo, o Chelsea, nos campos do Paineiras!



UOL mais – O site do UOL mais, também destacou o Samsung-Chelsea FC Youth Football Camp sediado no Paineiras. O evento contou com a participação do ex-jogador Belletti, o casal Cesar Filho e Elaine Mickely, a jornalista Chris Flores, a modelo Carol Ribeiro, o cantor Leo Jaime, o goleiro do Corinthians Cássio Ramos, o meio campo do São Paulo - Paulo Henrique Ganso, além da atriz Priscila Sol e da promoter Priscila Borgonovi .



Futebol Interior – O site publicou uma matéria especial sobre a 1º etapa do Campeonato Paulista de Vôlei Sentado que aconteceu no Paineiras. Destacando o Clube como sede do campeonato e a equipe com 4 atletas da base da Seleção Brasileira.



ESP Brasil – O site também publicou a 1º etapa do Campeonato Paulista de Vôlei Sentado, o destaque foi para a equipe paineirense, que é composta por jogadores da Seleção Brasileira.

Confira outros veículos que também destacaram nosso Clube:
IberoAmérica / BOL vídeos / TV UOL

II Samsung-Chelsea FC Youth Football Camp

Uma ilha de futebol em plena cidade...

O Paineiras viveu dois dias intensos com a presença dos técnicos do futebol inglês das equipes de base do Chelsea/ Samsung. Nos dias 07 e 08 de abril, aproximadamente 180 crianças entre 08 e 13 anos receberam orientações sobre técnicas e táticas características do futebol inglês.

A iniciativa levou oportunidade para 100 crianças do SEFFE/SAT que puderem treinar e conviver com técnicas de uma das grandes potências do futebol, o Chelsea. Dessas, 10 crianças de comunidades carentes da região puderam realizar o sonho de vestir a camisa e mostrar o que sabem com a bola no pé. As crianças que participaram do evento ganharam os uniformes e levaram para suas eternas recordações um certificado de participação.

O evento contou ainda com a presença de artistas e personalidades do esporte nacional, entre eles, os craques Beletti (ex-jogador da Seleção), Paulo Henrique Ganso (do São Paulo) e o Cássio (goleiro Corinthians), que junto com o cantor Leo Jaime fizeram um talk show memorável, contando suas experiências e algumas facetas do futebol e do mundo artístico. O casal Cesar Filho e Elaine Mickely, a jornalista Chris Flores, a modelo Carol Ribeiro, além da atriz Priscila Sol e da promoter Priscila Borgonovi, também prestigiaram o evento. Não faltaram elogios à estrutura e apoio que o Clube ofereceu ao evento.

Nesta 2ª edição, os participantes também concorreram a uma viagem à Inglaterra para conhecer as instalações do Chelsea e participar das atividades do time inglês. Os felizardos são Antônio Vitor Arruda e Alexandre Morizono, ambos com 11 anos.





Outono Cultural

A estação do ano que faz um convite à renovação da vida e ao amadurecimento, também inspira!

Organizado pelo Departamento Sociocultural, o Outono Cultural trouxe inovação às apresentações de nossos alunos. No dia 13 de abril, um sábado chuvoso de outono, nossos artistas saíram do porto seguro dos palcos tradicionais do teatro e encantaram mais de 2 mil espectadores em um evento único que apresentou um mix de arte, cultura, entretenimento e lazer.

Música, dança, teatro, coral, sapateado e espetáculo circense foram as atrações que marcaram o sucesso do evento e conquistaram a simpatia e vibração do público presente.

Parabéns aos alunos dos cursos culturais pelos belíssimos espetáculos!





Cursos Culturais

Feriado

Informamos que nos dias 1º, 30 e 31 de maio e 1º de junho, não haverá aulas nos cursos do Setor Cultural, devido aos feriados de dia do Trabalhador e Corpus Christi.

Não percam! Em comemoração ao Dia das Mães, os cursos de dança e musicalização infantil terão programação especial

As alunas de Ballet Clássico, Iniciação à Dança, Jazz Infantil e Infantojuvenil, convidam as mães a assistirem as aulas abertas que serão realizadas nos dias 08, 09 e 11 de maio, nos horários de aula. Neste dia está liberado gravar, filmar e fotografar a aula.

No curso de Musicalização Infantil as aulas abertas serão realizadas nos dias 06 e 07 de maio, nos horários de aula.

Mamãe venha receber este presente e se emocionar com nossas crianças!



Cursos de Dança

Uma ótima atividade para se exercitar e queimar calorias de um jeito diferente e divertido é dançar. A dança, além dos benefícios estéticos, proporciona doses de relaxamento e diversão. Por envolver música, movimento e expressão corporal, o praticante tem uma agradável sensação de liberdade ao se exercitar. Venha experimentar tudo de bom que a dança pode te proporcionar! É só escolher o ritmo!

Ballet Clássico

Destinado às pessoas que querem ou não ser bailarinos e para adultos iniciantes que procuram uma qualidade de movimento ou simplesmente buscam uma atividade física para relaxar e aliviar o stress do dia a dia.

O Ballet tem sido muito procurado devido aos seus benefícios: desenvolve raciocínio, reflexos rápidos na execução dos exercícios, fortalecimento muscular, coordenação motora global e fina, flexibilidade, resistência, velocidade dos movimentos, equilíbrio e reeducação da postura.



Iniciação ao Ballet Clássico

O curso ensina as técnicas de Ballet Clássico, desenvolvendo o equilíbrio, a musicalidade, à coordenação motora, a elegância, a boa postura e gosto pela dança. A programação é anual e as alunas são promovidas ao Baby I no final do ano.



Dança de Salão

Ensinar vários ritmos de dança, dos mais simples às evoluções mais floreadas, tais como: bolero, tango, ritmos latinos, gafieira, valsa, merengue, rumba, e outros.

Aos pés de valsa interessados, é necessário ter parceiro para frequentar as aulas.

Venha conhecer!



Dança do Ventre

Nas aulas de Dança do Ventre, a aluna resgata toda a sua feminilidade. Aprende a conhecer seu próprio corpo, se tornando mais sensual ao mesmo tempo em que fortalece toda a musculatura e melhora o alongamento.

As alunas de Dança do Ventre se tornam mais confiantes e elevam sua autoestima.



Dança Flamenca

Flamenco é a música e a dança espanhola cujas origens remontam às culturas cigana e mourisca, com influência de Árabes e Judeus, a cultura do Flamenco é associada principalmente à região da Andaluzia, na Espanha e tornou-se um dos símbolos da cultura espanhola. O curso ensina a arte flamenca, englobando todos os ritmos, inclusive ensinando o manejo de adereços tais como: abanico, manton, castanholas, baston e outros. Esta dança também melhora a postura, coordenação motora e estimula a memória entre outros benefícios.



Dança Flamenca - Turma Mista

Objetivo do curso é praticar sequências de técnicas diversas do Flamenco (sapateado, braços, ritmo), estudo de algum elemento (castanholas, abanico ou manton), estudo de coreografia e vídeos. Para ingressar esta atividade os alunos devem ter feito pelo menos 2 anos e meio de Flamenco.

Os participantes dessa aula não se apresentarão no espetáculo de fim de ano, visto que os objetivos são a prática e o estudo durante o ano.

Dança Flamenca - Aperfeiçoamento

Estimula o aprimoramento da dança flamenca para alunos de todo os níveis, desenvolve um trabalho em grupo. Neste curso o aluno irá aperfeiçoar e aprimorar as técnicas já consistentes, desenvolvendo velocidade e domínio rítmico.



Dança Moderna

Trabalha o corpo dando ênfase ao sistema muscular, através das técnicas de Marta Graham.

Jazz

A aula de Jazz traz muitos benefícios, como o equilíbrio, força, flexibilidade, bem-estar, coordenação motora, agilidade, musicalidade, feeling, memória, entre outros.

Além disso, para as crianças contribui, na postura correta que se adquire, no ritmo, disciplina, integração social, descontração e rapidez de raciocínio.



Sapatado

Como atividade física, o Sapatado melhora a circulação, trabalha a coordenação motora e a concentração, além de fortalecer músculos e ossos, contribuindo até para a prevenção da osteoporose.

Consumindo em média 330 quilocalorias por hora, a intensidade varia de acordo com o nível do aluno. Iniciantes têm um trabalho muscular localizado mais intenso do que turmas avançadas, em que a atividade aeróbica se reforça com a aceleração dos movimentos

Zumba

Dançar como numa festa, para descontrair, entrar em forma e gastar calorias se divertindo. Dança e ginástica juntas. Divirta-se com bom humor e disposição



Imagem ilustrativa

XIV Encontro de Sapateado

Dia 25 de maio, sábado, às 15h e 17h, no Cineteatro



Em comemoração ao Dia Internacional do Sapateado, o Paineiras realizará, no dia 25 de maio, o **XIV ENCONTRO DE SAPATEADO DO PAINEIRAS**, com sessões às 15h e 17h, no cineteatro.

O encontro contará com a participação das alunas paineirenses, clubes, academias e grupos convidados.

Esse evento tem como objetivo comemorar o Dia Internacional do Sapateado, criar oportunidades de intercâmbio cultural entre os clubes e academias e somar experiências; incentivar a participação dos jovens, possibilitando a convivência entre os grupos de sapateado; além de proporcionar aos dançarinos a oportunidade de expor o resultado dos trabalhos e agraciar o público com apresentações de excelente nível técnico e artístico.

A entrada para o público será franca, mediante apresentação de convites, que deverão ser retirados no estande de vendas da Central de Atendimento - CAT, em data a ser divulgada próxima ao evento.



Comemoração do dia Internacional do Sapateado

25 de maio

Sabe-se muito pouco a respeito das origens do sapateado. Algumas das suas primeiras manifestações datam de meados do século V. Na primeira Revolução Industrial, os operários costumavam usar tamancos, denominados *clogs*, para isolar a umidade que subia do solo e, nos períodos livres, reuniam-se nas ruas para exibir sua arte: quem fizesse o maior e mais variado número de sons com os pés, de forma mais original, seria o vencedor.

Por volta de 1800, os sapatos foram adaptados especialmente para esta dança, se tornaram mais flexíveis, e moedas eram fixadas à sola, para que o som fosse mais limpo. Mais tarde, finas placas de pedra, conhecidas como *taps*, passaram a ser fixadas no lugar das moedas, o que aumentou ainda mais a qualidade do som.

Existiram algumas formas diferentes de sapateado. A forma irlandesa - também chamada de *Irish Tap Dance* - concentra-se nos pés e o tronco permanece rígido. Já os americanos realizam sua *Tap Dance* esbanjando ritmos sincopados e movimentos com o corpo todo, abrindo a dança para o estilo próprio de cada executor. O sapateado americano acrescentou à forma irlandesa da dança toda a riqueza musical e de movimentos dos ritmos dançados pelos africanos e com, isso criou uma modalidade de dança ímpar e que se espalhariá, posteriormente, por todo o território dos EUA.

Atualmente são reconhecidos três tipos de Sapateado: o **Clássico**, que é dançado mais com o corpo, movimento dos braços, técnicas de ballet, batidas simples e combinação de passos tradicionais; o **Rítmico**, típico do negro americano, com batidas mais rápidas e complexas, ficando o corpo mais a vontade de acordo com o estilo de cada um; e o Método **Marchinha**, baseado em movimentos naturais, onde o relaxamento do corpo trabalha em união com o controle dos pés.



A influência dos grandes nomes

O Sapateado Americano se consolidou realmente no início da década de 20, quando foi criado o espetáculo "Shuffle Along", em que 16 bailarinas executavam a mesma coreografia dando origem ao chamado "Chorus Line", revolucionando os palcos da Broadway.

A escolha do dia 25 de maio para comemorar o Dia do Sapateado, foi em homenagem a Bill Bojangles nascido em Richmond, Virgínia em 1878.

Bill Bojangles levou o sapateado para a "meia ponta", trazendo aos palcos uma leveza e uma clareza nos passos jamais vista na tradição dos hooffers que dançavam com os pés inteiros no chão. A pouca movimentação dos braços era notada em ambos os estilos, mas o gingado do corpo e o som preciso de Bojangles era ritmicamente perfeito e inconfundível. Em Nova Iorque, só

aos 31 anos seu trabalho foi reconhecido e então contratado pela produção do show Blackbirds, onde apresentava um número em que subia e descia uma escada sapateando. Mais tarde esse seria o marco de sua carreira.

Com o sucesso de Blackbirds, Bojangles tornava-se cada vez mais respeitado no mundo dos espetáculos, passando a ser o primeiro negro a conquistar um papel na Broadway em 1930. Conquistou Hollywood em 1932, contracenando com Shirley Temple, com apenas sete anos na época.

Bojangles morreu em 1949, coberto de glória e endividado, e sua genialidade deve ser lembrada não só a cada 25 de maio, mas sempre que colocarmos um sapato com chapinhas no pé.

Comemore com a gente essa data especial para a dança!

Raça Cia de Dança de São Paulo encanta público paineirense com as coreografias “Fidelity & Caminho da Seda”

Belo, sensível, emocionante e acima de tudo um grande espetáculo de arte. Foi com essa atmosfera que o **Raça Cia de Dança** subiu ao palco do Paineiras, no dia 20 de abril, e presenteou associados e convidados com suas coreografias: “Fidelity & Caminho da Seda” em uma apresentação incrível esbanjando técnica e encantando a plateia.

Ana Paula Garófaro, assessora do Grupo de Dança do Paineiras, que trabalhou para viabilizar a apresentação do espetáculo, com apoio da empresa Springer S/A, ressalta o sucesso da iniciativa. “Pela primeira vez nos últimos anos o Clube

Paineiras trouxe um espetáculo de dança de alto nível. O sucesso foi comprovado pelo resultado de bilheteria e claro, pela presença maciça do público, já repercutindo com muita força em outros clubes e nos meios artísticos. Para nós do Grupo de Dança do Paineiras, foi uma grande realização que marca a nossa busca contínua pelo aperfeiçoamento. Sinto que estamos no caminho certo! Aliamos o talento e a dedicação dos alunos à qualidade dos nossos professores. Um bom exemplo é o nosso professor de Jazz, o bailarino Ronny Dias, que integra o elenco da Raça Cia. de Dança.”



Raça Cia de Dança

Em três anos de trabalhos ininterruptos a Raça Cia. de Dança de São Paulo transitou por diferentes estilos e ao longo dos anos consolidou uma proposta de trabalho que sensibiliza o público e a crítica especializada de uma forma geral. Premiados, sua proposta e seus corpos em movimento exalam brasilidade. Sua vitalidade não é apenas física, o corpo da Cia Paulista possui uma inteligência emocional que faz os corações palpitem. Sob Direção Artística de Andrea Sposito, a “Raça” traduz a jovialidade da Dança do Brasil. Seu estilo faz com que espectadores se aproximem da dança e a reconheçam como arte de linguagem universal.

Apoio:



Fotos por: Carol Doro

Prof. Ronny Dias e as alunas do Grupo de Dança do Paineiras em confraternização após o espetáculo

História da Arte

Paineirenses visitam o Museu da Imagem e do Som

Diante da relevante expressão desse artista no cenário mundial, os professores do Curso de História da Arte, Edu Oliva e Luccia Maggi, organizaram uma visita com suas alunas à exposição de Ai Weiwei. Um grande acervo de fotografias, vídeos e de escritos do artista está sendo exposto no Museu da Imagem e do Som, em São Paulo.

Nascido em Pequim em 1957, Ai Weiwei é um artista chinês contemporâneo de grande destaque no Ocidente e no Oriente. Por sua relevância, foi convidado a participar como assessor artístico da construção do Ninho de Pássaro, o Estádio Olímpico, principal sede da Olimpíada de Pequim de 2008.

Antes de entrar nesse espaço expositivo, contendo obras de um artista de cultura milenar tão diferente, os alunos foram estimulados a vivenciar costumes ancestrais de sua cultura: os sapatos ficam do lado de fora de casas e templos, deixando as impurezas para trás.

A partir dessa ação metafórica, os alunos se integraram com mais facilidade aos referências orientais trazidos pelo artista em sua produção, refletindo, inclusive, sobre como fazer a leitura da obra, uma vez que o sistema de leitura deles é da direita para a esquerda, ao contrário do nosso.

Após a visita, todos retornaram ao Paineiras, onde expandiram as informações sobre a variada obra do artista. Dentre elas, merece destaque o projeto de Ai Weiwei Sunflower Seeds, patrocinado pela Unilever Series e exposto na Tate Modern em Londres. Devido à complexidade desse projeto, diferentes ações permearam sua execução. Dentre eles, a produção de cerca de 100 milhões de pequenas porcelanas, imitando sementes de girassol, executadas de forma artesanal e pintadas à mão por cerca de 1.600 artesãos, trabalhadores da cidade de Jingdezhen, tradicional centro produtor de porcelana, que na época sofria efeitos da crise econômica, propiciando assim importante recuperação da região e da milenar confecção artesanal de objetos de porcelana.

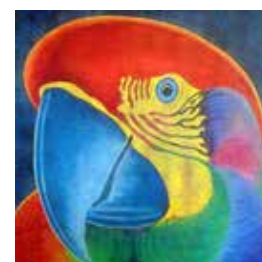
Em 20 de abril de 2013, no Centro Cultural Banco do Brasil de São Paulo, começou a exposição de outro renomado artista chinês, Cai Guo-Qiang, que foi diretor, em 2008, de efeitos visuais e especiais durante as cerimônias de abertura e encerramento dos Jogos Olímpicos em Pequim.

Vale a pena conferir!



Exposição Coletiva Brazil Gallery

De 21 a 29 de maio, das 09h às 22h, no Saguão Social, a Brazil Gallery Artes realizará uma Exposição Coletiva de telas e esculturas de renomados artistas, como: Aldemir Martins, Cláudio Tozzi, Sérgio Telles, Antônio Poteiro, Marcos de Oliveira, Élon Brasil, Inos Corradin, Adélio Sarro, Rubens Gerchman, Ivald Granato, Fukuda, Márcio Schiaz, Waldomiro de Deus, Franco Belli, entre outros.



Tarde entre Amigas

Desfile Beneficente do Grupo Socorrista Zaira Pitt em parceria com o estilista Amalfi

16 de maio, quinta-feira,
a partir das 13h, no Salão Nobre

O Grupo Socorrista Zaira Pitt irá promover no Salão Nobre do Paineiras o Desfile Elegance by Amalfi. Os lançamentos da coleção outono-inverno do estilista acontece em prol dos projetos sociais da entidade.

Amalfi apresentará peças que seguem as tendências retrô dos anos 30, 50 e 80, que lembram as grandes personalidades femininas como Jaqueline Kennedy, Grace Kelly, Greta Garbo e Brigitte Bardot, aliando criatividade e bom gosto do primeiro ao último look do desfile.

O estilista utiliza bordados que ele mesmo desenha, corta seus tailleurs sem usar a geometria, e acumula em seu portfólio criações de uniformes para companhias aéreas como Tam e Aerolineas Argentinas.

Na ocasião será servido um Buffet de Crepes doces e salgados, montados em 4 pontos do Salão, pelo Buffet Requite.

Sorteios beneficentes também serão realizados durante o evento.

Garanta já o seu convite!

Ligue para:

Corina Bittar, fone 9 9648.2269 ou Neide Porta, fone 9 8895.8621



WERTHEIM
IMÓVEIS

Deixe tudo nas mãos da Wertheim Imóveis e fique tranquilo.

Garantir a mais absoluta tranquilidade na hora de comprar o seu imóvel. Este é o nosso trabalho. Somos a Wertheim Imóveis, com um know-how para uma diferenciada prestação de serviços de consultoria e venda imobiliária. Isso é o que sabemos fazer de melhor. Afinal, nada é mais importante do que conquistar a confiança e a satisfação de nossos clientes.

REAL PARQUE
R\$ 1.800.000,00
3 suítes
245m² / 4 vagas
Apto - Ref WI 1967

REAL PARQUE
R\$ 710.000,00
3 dorms (2 suítes)
121m² / 2 vagas
Apto - Ref WI 3059

REAL PARQUE
R\$ 950.000,00
3 suítes
190m² / 4 vagas
Apto - Ref WI 2724

REAL PARQUE
R\$ 1.500.000,00
3 suítes
185m² / 3 vagas
Apto - Ref WI 2963

REAL PARQUE
R\$ 2.200.000,00
5 suítes
500m² ut / 514m² at
Casa - Ref WI 1618

REAL PARQUE
R\$ 1.350.000,00
4 dorms (2 suítes)
263m² / 3 vagas
Apto - Ref WI 210

Financie seu imóvel:

Siga-nos no Facebook:



Visite nosso novo site e descubra como ficou mais fácil e rápido encontrar o imóvel dos seus sonhos.
www.wertheimimoveis.com.br
atendimento@wertheimimoveis.com.br

Tel.: (11) 3165-3410
(11) 99631-7733
Creci 19381-J

Almoço Especial Dia das Mães

Sua mãe merece esse agrado! Em todas as festas do ano, a mamãe organiza a reunião familiar, com direito à refeição e até sobremesa. No dia dela, faça uma surpresa! Ofereça você um almoço completo, com cardápio especial, no gostoso restaurante de nosso Clube.

Comemore, no Paineiras, essa que é uma das celebrações mais importantes do ano: o Dia das Mães!

O almoço é uma realização da parceria entre os Departamentos Sociocultural e Alimentos & Bebidas do Clube Paineiras.

Conheça o menu criado especialmente para o Dia das Mães:

- Camarão ao molho bercy
- Pernil de cordeiro à Italiana
- Medalhão de filet mignon ao molho de alcachofras
- Camarão à paulista
- Lasanha de bacalhau
- Sfoliat de zuca com carne seca
- Fetutine à moda do chef
- Peito de chester com bacon ao perfume de sálvia
- Risoto de cogumelos
- Cardápio Kids
- 16 tipos de saladas
- Sushi
- Frios
- Buffet de sobremesas

Bebidas:

- Água mineral com e sem gás
- Refrigerante normal e diet
- Cerveja Brahma
- Café

O almoço será servido no dia 12 de maio, no Salão Nobre, a partir das 12h.

Valores:

R\$ 76,00 por pessoa

R\$ 45,00 crianças de 6 a 10 anos

* Crianças até 5 anos não pagam

Vendas no estande de vendas da Central de Atendimento – CAT.

Venha participar desse momento de confraternização familiar! Será inesquecível!



Bazar das Mães, presentes criativos!

Presentes criativos e personalizados! Trabalhos manuais e muito artesanato. Tudo com o jeitinho da mamãe e um bom gosto inigualável. Assim serão as sugestões de presentes do Bazar das Mães do Paineiras. Mimos graciosos que vão tornar essa data ainda mais especial!

O tradicional Bazar das Mães será realizado nos dias 04 e 05 de

maio, no Salão Nobre, ocasião em que os associados estarão expondo e vendendo produtos diversos tais como: artesanato, papelaria, confecção, acessórios, cama, mesa e banho, entre outros.

Venha escolher o presente da mamãe! Vale a pena conferir as novidades!

Noite dos Namorados

Dia 12 de junho, quarta-feira, no Restaurante das Cúpulas

Nada de enfrentar filas! Na noite mais romântica do ano, o Paineiras oferece um jantar especial para os casais apaixonados.

Ao som de Lyba Serra & David Pasqua, a noite será pura emoção! A dupla fará os corações baterem mais forte com músicas de Cole Porter, Burt Bacharach, e ainda sucessos de Frank Sinatra, Tony Bennet, Ray Charles, Elton John, Stevie Wonder, George Benson, Nat "King" Cole, Michael Bublê, e temas de filmes, como uma delicada versão de 'Moon River' e ainda algumas canções do cantor mais romântico do Brasil: Roberto Carlos.

Os ingressos podem ser adquiridos com antecedência, a partir do dia 25 de maio, no estande de vendas da Central de Atendimento - CAT.

O jantar será servido à La Carte.



Surpreenda seu amor!



Lyba Serra & David Pasqua



Foto Ilustrativa

SEXTA NOBRE DANÇANTE

Sextas Nobres Dançantes
estão de volta!

Às 21h30

Local: Restaurante das Cúpulas

O Restaurante das Cúpulas está totalmente reformado, com novo sistema de ar-condicionado, iluminação e mobiliários. Com isso nossas Sextas Dançantes estarão mais animadas, confortáveis, charmosas e requintadas.

Venha curtir com os amigos essa programação imperdível!

Dia 10 de maio Banda Intercâmbio

A banda Intercâmbio tem o prazer de trazer até você o melhor e mais contagiante repertório do momento, com o melhor do pop-rock nacional e internacional, além dos clássicos das discotecas e do rock n' roll dos anos 70 e 80, com um repertório variado e extremamente flexível.

Festival Gastronômico:

- Paleta de cordeiro confitada com polenta italiana, R\$ 38,00
- Arroz marinheiro de frutos do mar, R\$ 29,90
- * à la carte



Dia 17 de maio Super Banda S/A



Com 15 anos de estrada, a Super Banda S/A é hoje uma das mais requisitadas em eventos sociais e corporativos. A banda possui um repertório totalmente eclético e faz com que o público e a crítica especializada a coloque entre as melhores bandas do mercado. A Super Banda S/A ainda tem em seu portfólio aberturas de shows com grandes artistas como: Fabio Jr, Lulu Santos, Claudia Leite, Zezé De Camargo & Luciano, Bruno e Marrone, nosso rei Roberto Carlos e muitos outros.

Festival Gastronômico, com pratos alemães:

- Kassler grelhado com batata cozida e chucrute, R\$ 32,90
- Eisbein cozido com batata e purê de maçã, R\$ 38,90
- Salsichão com salada de batata, R\$ 27,90
- * à la carte

Valor do Ingresso: R\$ 15,00 (para associados e convidados)

Faixa etária: 16 anos, acompanhados pelos pais.

Traje: Passeio

Reservas pelo telefone 3779.2052, até as 16h30 do dia do evento.

*convites adquiridos não serão reembolsados

Noite do Buteco

Dia 24 de maio, sexta, no Salão Nobre, a partir das 21h30

Uma noite temática pra lá de especial com a apresentação de Jair Rodrigues e o Grupo Sabor de Samba!

Como já dizia o poeta Dorival Caymmi: Quem não gosta de samba, bom sujeito não é, é ruim da cabeça ou doente do pé!

Nesse clima boêmio e contagiante, Jair Rodrigues se apresentará no Clube Paineiras numa celebração aos seus 70 anos de vida e 50 de carreira. Em seu repertório estarão clássicos da música brasileira e do samba, como as canções "Coisas do mundo minha nega" e "Foi um rio que passou em minha vida". Sua retrospectiva passará pelo samba, pelo romantismo e até mesmo pelo sertanejo. Jair cantará o clássico "Romaria"; "Luar do sertão" e "Majestade o Sabiá". Além dessas músicas, outros sucessos irão embalar a noite na voz potente do cantor, entre eles: "Chão de Estrelas", "Disparada", "O importante é ser fevereiro", "Triste Madrugada", "Eu sonhei que estavas tão linda", "O conde", "Orgulho de um sambista", "Fica mal com Deus" e "Pra não dizer que não falei das flores".



Acompanhando Jair estará a animação do Grupo Sabor de Samba que traz a liberdade descomprometida característica do samba de roda, com um repertório variado que inclui Dorival Caymmi, Paulo Vanzolini, Adoniran Barbosa, Cartola, Assis Valente, Ari Barroso, Geraldo Pereira, Noel Rosa além de sambas atuais. Imperdível!

Para complementar o restaurante Rofer oferece um menu especial com pratos de boteco.

Informações

Previsão de início do show: 23h

Animação: Sabor de Samba

Sócios: R\$ 55,00

Convidados: R\$ 75,00



Confira o cardápio:

Buffet de Comidinhas de Buteco

- Alichela
- Azeitonas pretas e verdes
- Bolinho de bacalhau
- Calabresa acebolada
- Caldinho de feijão
- Copa
- Croquetinho de carne
- Escondidinho de carne seca
- Frango a passarinho
- Isca de filet
- Mussarela nozinho
- Ovo de codorna
- Pastelzinho de carne
- Pastelzinho de queijo
- Peito de peru
- Picles
- Queijo Provolone
- Salame
- Sanduíche de pernil
- Sardela
- Torresmo
- Tremeço
- Pão italiano

Valor do Buffet: R\$ 34,90 por pessoa



SÁBADO MUSICAL

Piano bar, às 20h Show a partir das 21h30

A programação de maio está imperdível! Atrações especialmente selecionadas para os apaixonados pela boa música. MPB, jazz, rock, samba e músicos de categoria formam o menu desse evento que promete animar todos os convidados! Reúna seus amigos e venha se divertir!



Dia 04 de maio Clássicos da MPB, com Julius Mardan

Julius Mardan iniciou sua carreira, literalmente, nos "Bailes da vida" numa única Banda em 1973; em que permaneceu durante 7 anos. Em 81, foi convidado a participar como vocalista coadjuvante no Show "Romance Popular" de Nara Leão. A partir daí, resolveu se firmar como cantor e violonista, buscando interpretações próprias, inicialmente voltadas à música brasileira, identificando-se, em seguida, com a música internacional, com uma "queda" para o Jazz. Um som delicioso!



Dia 11 de maio Noite do Jazz, Soul e Clássicos do Rock, com 3 no Swing

Pense nos grandes hits do pop, soul e classic rock tocados com uma roupagem bem diferente: Jazz Swing, anos 50, Rat Pack, terno, gravata, vestido, bateria com vassourinha e baixo acústico. Super intimista e ao mesmo tempo balançado; está aí a fórmula deste trio formado por: Carlos Pera (voz e guitarra), Fernanda Horvath (baixo) e Toni Sader (bateria). No repertório versões de Cat Stevens, Neil Young, Beatles, America, U2, Nirvana, The Doors, Kiss, Johnny Rivers, Queen e outros, em arranjos bem originais. Uma sonoridade única nos sábados do Paineiras!



Dia 18 de maio Tributo ao Samba, com Renata Pizi

A cantora paulistana Renata Pizi tem um dos mais belos timbres da novíssima geração da MPB. Seu registro grave confere ao que canta as doses precisas de emoção, sensualidade e força.

Com repertório rico e diferenciado, que mescla o novo e o eterno, e deslumbrante presença cênica, Renata Pizi hoje não é mais uma promessa. É uma das mais belas e consistentes realidades da música popular brasileira. Uma voz a se ouvir, um nome a se guardar! Venha conferir!



Dia 25 de maio Noite do Chorinho, com As Choronas

Choronas é o nome do grupo formado por quatro musicistas, que encantam e comovem o público tocando ritmos próprios da música brasileira: choro, baião, maxixe e samba. Gabriela Machado (flauta transversal), Ana Cláudia César (cavaquinho), Paola Picherzky (violão de 7 cordas) e Roseli Câmara (percussão), mesclam obras consagradas e desconhecidas, tradicionais e recentes.

E para Junho, já temos confirmado



Dia 1º de junho Indjoy - música pela preservação ambiental

Em comemoração ao dia Mundial do Meio Ambiente, 6 de junho, o grupo INDJOY se apresenta usando a música como estímulo para a preservação ambiental. Um projeto criado pelo associado Renato Jimenez e sua esposa, a bióloga Susi Schetty. Acompanhado de músicos talentosos Renato apresenta, além de clássicos do PopRock internacional, algumas das canções próprias do INDJOY. Se você curte música e sente que é preciso apoiar a preservação ambiental, não perca essa noite no Piano Bar!

Serviço

Abertura: 20h, com início dos shows às 21h30

Ingressos: R\$ 10,00 (preço único para associados e convidados), no estande de vendas.

Faixa Etária: a partir de 16 anos, desde que acompanhados por responsável (associado) maior de idade.

Serviço de A&B: Porções e à la carte. Informações sobre o cardápio pelo telefone 3779-2121

Reservas: pelo telefone 3779.2052 - serão mantidas até às 21h30.

Para seu conforto é muito importante que seja respeitado o horário limite de reservas, após a hora estabelecida, ela será automaticamente disponibilizada para outras pessoas.

Traje: Não é permitida a entrada de pessoas sem camisa ou trajando camisa regata, bermuda, shorts e chinelos.

9wines

A única loja que te ajuda na escolha do vinho.

9 estilos de vinhos **Recomendações personalizadas**

VOCE GOSTA
DESSA UVA?

Acesse www.9wines.com.br e confira!

fone: (11) 2892-5451 Av. Guilherme Dumont Vilares, 892 - Morumbi, São Paulo

Programação Maio/2013 - Filmes Adultos

Não haverá sessão de cinema adulto nos dias 04 e 05 de maio.



As Aventuras de Pi - 2012 (EUA) - 01/05 (quarta-feira) - 19h

A história de um menino indiano chamado Pi, filho do proprietário de um zoológico, que se encontra em um bote, na companhia de uma hiena, uma zebra, um orangotango e um tigre de bengala, depois de um naufrágio que os deixa à deriva no Oceano Pacífico.

Direção: Ang Lee
Atores: Suraj Sharma, Irrfan Khan, Adil Hussain
Duração: 129 min, **Gênero:** Drama, **Classificação:** Livre

360 - 2012 (Reino Unido/Aústralia/Brasil/França) - 03/05 (sexta-feira) - 20h30

Inspirado em "La Ronde", clássica peça de Arthur Schnitzler, 360 é uma reunião de histórias dinâmicas e modernas, passadas em diversas partes do mundo. Um thriller dramático que entrelaça uma série de pessoas de diferentes origens sociais, através das suas relações que se cruzam.

Direção: Fernando Meirelles
Atores: Anthony Hopkins, Jude Law, Rachel Weisz
Duração: 115min, **Gênero:** Drama, **Classificação:** 14 anos



A vida acontece - 2011 (EUA / Canadá) - 10/05 (sexta-feira) - 20h30

Duas melhores amigas, Kim e Deena vão lutar para manter a normalidade de suas vidas depois que Kim descobre que está grávida e se prepara para ter um bebê.

Direção: Kat Coiro
Atores: Krysten Ritter, Kate Bosworth, Rachel Bilson, Geoff Stults
Duração: 100 min, **Gênero:** Comédia, **Classificação:** 16 anos

Argo - 2012 (EUA) - 11/05 (sábado) - 19h

Em 1979, durante crise política iraniana, Tony Mendez (Ben Affleck), especialista em disfarces, é recrutado pela CIA para resgatar seis norte-americanos, refugiados na casa do embaixador canadense em Teerã. Para a missão, Mendez e um produtor de Hollywood criam um falso filme para tentar tirá-los do país.

Direção: Ben Affleck
Atores: Ben Affleck, Bryan Cranston, John Goodman
Duração: 120min, **Gênero:** Ação, **Classificação:** 14 anos



Rock of Ages - 2012 - (EUA) - 12/05 (domingo) - 19h

Los Angeles, anos 80. Uma garota do interior vai para a cidade em busca do sonho de se tornar uma cantora. Até que a menina tem seus discos roubados. Isso a coloca no caminho de Drew Boley, que se apaixona por ela e a coloca no mundo sensual do glam rock.

Direção: Adam Shankman
Atores: Tom Cruise, Julianne Hough, Diego Boneta
Duração: 122 min, **Gênero:** Musical, **Classificação:** 14 anos

Amor Impossível - 2011 - (EUA) - 17/05 (sexta-feira) - 20h30

A história de Alfred Jones, um cientista introvertido do Departamento de Pesca e Agricultura. Com um casamento estagnado, ele é subitamente jogado em um projeto criado por Yemenita Sheikh, que sonha com o impossível: introduzir a pesca do salmão no Yemen.

Direção: Lasse Hallström
Atores: Ewan McGregor, Emily Blunt, Amr Waked
Duração: 107 min, **Gênero:** Drama, **Classificação:** 12 anos



Os Especialistas - 2011 (EUA) - 18/05 (sábado) - 19h

O assassino profissional Danny, embora interessado em desistir da vida de matanças, é forçado a fazer um último serviço para garantir a sobrevivência de seu antigo parceiro de missões secretas Hunter. Para isso, deverá vingar um poderoso xeque do petróleo que teve seus três filhos assassinados por agentes das forças especiais.

Direção: Gary McKendry
Atores: Jason Statham, Clive Owen, Robert De Niro
Duração: 116 min, **Gênero:** Ação, **Classificação:** 12 anos



Hasta La Vista - 2012 (França / Bélgica) - 19/05 (domingo) - 19h

Três jovens que amam beber vinho e paquerar as mulheres, mas ainda são virgens, sob o pretexto de conhecer as vinícolas espanholas, embarcam em uma viagem com um objetivo definido: perder a virgindade. E nada os impedirá, nem mesmo suas deficiências físicas: um deles é cego, o outro está confinado a uma cadeira de rodas e o terceiro é tetraplégico.

Direção: Geoffrey Enthoven

Atores: Robrecht Vanden Thoren, Gilles De Schrijver, Isabelle De Hertogh

Duração: 115 min, **Gênero:** Comédia Dramática, **Classificação:** 12 anos

O Que Eu Mais Desejo - 2012 - (Japão) - 24/05 (sexta-feira) - 20h30

Dois irmãos vivem separados após o divórcio de seus pais. Koichi, de 12 anos, mora com sua mãe no sul e seu irmão mais novo, Ryunosuke, com o pai, no norte. O que o irmão mais velho deseja, é que sua família viva junto novamente. Por isso, quando escuta a história de que um desejo pode ser realizado se feito no momento em que dois trens-bala se cruzam, ele decide organizar uma viagem secreta até o ponto de intersecção dos trens.

Direção: Hirokazu Koreeda

Atores: Koki Maeda, Ohshirô Maeda, Ryôga Hayashi

Duração: 128min, **Gênero:** Drama, **Classificação:** Livre



O Fim da Escuridão - 2010 - (EUA) - 25/05 (sábado) - 19h

Mel Gibson interpreta Thomas Craven, detetive de homicídios no departamento de polícia de Boston. Sua filha, uma jovem ativista, é morta na frente de sua casa. Craven inicialmente acha que ele seria o alvo mas, quando inicia as investigações, adentra a um complicado esquema de corrupção.

Direção: Martin Campbell

Atores: Mel Gibson, Ray Winstone, Danny Huston

Duração: 116min, **Gênero:** Suspense, **Classificação:** 14 anos

Confiar - 2011 - (EUA) - 26/05 (domingo) - 19h

Annie, filha do casal Will (Clive Owen) e Lynn (Catherine Keener), faz um novo amigo pela internet, um garoto de 16 anos chamado Charlie que ela conheceu num chat de relacionamento. Ambos marcam um encontro que irá mudar a vida de toda a família.

Direção: David Schwimmer

Atores: Clive Owen, Catherine Keener, Liana Liberato

Duração: 105 min, **Gênero:** Drama, **Classificação:** 14 anos



Procura-se um Amigo para o Fim do Mundo - 2012 (EUA) - 30/05 (quinta-feira) - 19h

Um meteoro está em rota de colisão com a Terra, e a última missão humana enviada para desviá-lo falha em sua tentativa. Dodge (Steve Carell), corretor solitário que acaba de ser abandonado pela esposa, e Penny (Keira Knightley), sua vizinha triste, que nunca teve um namoro satisfatório decidem percorrer o país para reencontrarem suas famílias e seus amores de juventude antes que seja tarde demais.

Direção: Luc Besson

Atores: Michelle Yeoh, David Thewlis, Benedict Wong

Duração: 132 min, **Gênero:** Drama, **Classificação:** 14 anos

Além da Liberdade - 2012 - (França / Reino Unido) - 31/05 (sexta-feira) - 20h30

Filha de um herói da independência da Birmânia, Aung San Suu Kyi foi morar no exterior ainda jovem. Ao saber que sua mãe está internada em um hospital, Aung decide voltar à Birmânia para revê-la. Ao chegar ela é procurada por vários líderes locais, que desejam que ela coopere com o movimento pela implementação da democracia no país. A situação não agrada a ditadura militar local e o governo ordena que ela permaneça em prisão domiciliar por 15 anos.

Direção: Luc Besson

Atores: Michelle Yeoh, David Thewlis, Benedict Wong

Duração: 132 min, **Gênero:** Drama, **Classificação:** 14 anos



Bem-vindo à Vida - 2012 - (EUA) - 01/06 - (sábado) - 19h

Após a morte do pai, Sam (Chris Pine) recebe a incumbência de entregar parte da herança para Frankie (Elizabeth Banks), uma irmã que ele não conhecia. Ao tentar iniciar um contato com ela, sem revelar o parentesco, Sam acaba mudando toda sua vida.

Direção: Alex Kurtzman

Atores: Chris Pine, Elizabeth Banks, Michelle Pfeiffer

Duração: 120 min, **Gênero:** Drama, **Classificação:** 14 anos

A Condenação - 2011 - (EUA) - 02/06 - (domingo) - 19h

Betty Anne (Hilary Swank) e Kenny são irmãos muito unidos desde a infância. Já adultos, Kenny é preso ao ser acusado de ter cometido o assassinato de uma jovem. O caso vai a tribunal e, com vários depoimentos contra si, Kenny é condenado à prisão perpétua. Betty Anne sem dinheiro para pagar um advogado de renome, decide voltar a estudar para se formar em Direito, de forma que possa assumir ela mesma a defesa do irmão em uma tentativa de recorrer da pena.

Direção: Tony Goldwyn

Atores: Hilary Swank, Sam Rockwell, Minnie Driver

Duração: 122 min, **Gênero:** Drama, **Classificação:** 14 anos



Festa Junina

44º Arraiá do Paineiras 2013



Dias 15 e 16 de junho

Quando a temperatura começa a cair, os paulistas já se preparam para a temporada de festas juninas. A mais aguardada, fora do circuito do nordeste, é o Arraiá do Paineiras, que este ano chega à sua 44ª edição.

A melhor e mais famosa Festa Junina de São Paulo, também será a mais romântica com a presença da dupla sertaneja Zezé di Camargo e Luciano. Os irmãos prometem esquentar a festa, arrancar suspiros apaixonados das caipirinhas solteiras e embalar a paixão dos casais paineirenses, com espetáculo "Sonho de Amor".

Nos dias 15 e 16 de junho, sábado e domingo, os associados e convidados se reúnem para curtir a melhor programação musical, com 24 horas contínuas de shows e apresentações ao vivo de bandas e duplas sertanejas que agitarão nosso Arraiá com o melhor da música raiz, forró, sertanejo, sertanejo universitário e country. É para chacoalhar o esqueleto, tirar a poeira das botas e aproveitar para convidar a moça bonita para dançar!

Com cenografia compostas de barracas de madeira decoradas com palha de sapé, chita e tons vermelho e branco, o Arraiá do Paineiras tem clima de cidade de interior e promete espalhar o cheiro de milho verde, quentão e vinho quente por todo o Morumbi. Serão mais de trinta barracas com pamonha, canjica e todas as delícias juninas, além de comidas portuguesas,

árabes, pastel, churros, crepes e churrasco. E essa ano o Arraiá tem uma gostosa novidade, os deliciosos produtos da famosa grife "Galeria dos Pães".

A festa é para toda a família! Pode trazer o cunhado, a sogra, a cumadre, os sobrinhos e aproveita para convidar o vizinho também! Para completar a alegria da galera não faltarão jogos e brincadeiras divertidas como tiro ao alvo, pescaria, caça ao pato e jogos de argola. Serão dezenas de barracas oferecendo variadas formas de diversão e tipos de alimentos.

As tradicionais quadrilhas com casamento caipira também não faltarão. Mas o noivo quer fugir do casório e o xerife está de olho nele! Alguém viu o padre?

E este ano teremos uma grande novidade: além do nosso novo estacionamento, concluído no final do ano passado, para a Festa Junina a Diretoria está negociando a utilização do estacionamento das Magnólias, e contaremos com serviço de Vallet para os visitantes.

Tudo para garantir ainda mais conforto e segurança aos nossos associados e convidados.

Para participar, garanta já o seu ingresso antecipadamente no estande de vendas da Central de Atendimento do Clube. Informações pelo telefone 3779-2000.



Confira as principais atrações:

Zéze Di Camargo e Luciano, domingo, dia 16 de junho.



Esqueça tudo o que você já viu com Zéze Di Camargo e Luciano. "Sonhos de Amor", nova turnê que traz os dois filhos e Francisco e Helena aos palcos do Paineiras, em São Paulo, retrata a nova realidade musical dos artistas. O espetáculo pode ser considerado uma inovação na carreira de 22 anos da dupla, que sempre se destacou por shows de qualidade. Para montar o repertório, Zéze Di Camargo e Luciano recorreram à pura intuição. Afinal, desafio foi selecionar 30 músicas numa lista com centenas de hits. O roteiro reserva a apresentação de algumas canções encontradas nos novos CD e DVD. Das mais atuais, destaque para "Mentes tão bem", "Sonhos de amor" (que batiza a turnê), "Eu sou o seu amor e você é a minha vida" e "Criação Divina", que no DVD traz participação de Paula Fernandes. No palco, este momento vem com gosto de surpresa e promete ser o mais emocionante do espetáculo.

Outros sucessos consagrados e os clássicos "É o amor" e "No dia em que saí de casa" também estarão no show. Para cada música, há um cenário e iluminação únicos com efeitos que não cabem em explicação.

É para ver e ouvir. Melhor: se emocionar!

Matheus Minas e Leandro, sábado, dia 15 de junho.

Amor pela música sertaneja, comprometimento com a qualidade musical, força de vontade e muito talento! São esses os pontos em comum dos cantores Matheus Minas e Leandro, que levam ao surgimento da dupla mais entrosada do novo cenário da música sertaneja. No show, eles apresentam a nova canção de trabalho, "Dói, Dói, Dói", que faz parte do terceiro álbum da dupla, lançado em novembro do ano passado. Composição de Fábio Garrafinha, "Dói, Dói, Dói" vem na sequência de "Gamadinha", a primeira a ser divulgada.



Imperdível!



Fabiano Martins
Sucesso total com suas canções, além de interpretações de artistas consagrados.



Grupo Sioux de Dança Country
Um espetáculo de dança contagiante.



Trio Sinhá Flor
Zabumba, sanfona e triângulo: o forró todo floreado das lindas meninas do trio.



Wilson Teixeira
O violleiro que explora o universo da viola de 10 cordas.



Marcos & Miller
A dupla que promete agitar, emocionar e conquistar os fãs no Paineiras.



Quadrilha do Paineiras
Venha se encantar com as brincadeiras da quadrilha Junina do Paineiras.



Banda Red Fox
O melhor show do circuito country que promete conquistar o público com seu repertório moderno.



Yassir
Um dos grandes nomes da viola caipira do Brasil, com seu show Arrasta-Pé-Violado.



Sua marca em nosso Arraiá!
Entre em contato com nosso Departamento de Marketing e saiba como:
marketing@clubepaineiras.com.br



Super Banda S/A
Ritmos para dançar, como salsa, gafeira, samba rock e forró.

Brinquedoteca

Horário de funcionamento:
Segunda a sexta: 9h às 20h.
Sábados: 9h às 18h. Domingos e feriados: 9h às 17h

Momento da História

Acontece nos dias 7, 14, 21 e 28, terças, às 10h30 e 16h

Os contos são histórias inventadas. Existem os contos tradicionais, que ninguém sabe ao certo quem criou, mas que são transmitidos de geração para geração. Já as fábulas são pequenas histórias escritas para promover algum ensinamento de vida.

Uma atividade educativa que vai exercitar a criatividade das crianças.

Traga seu filho para participar desse mundo de fantasias!

Circuito da Brincadeira

Sábados e Domingos, às 15h30

Num ambiente aconchegante e descontraído, as crianças do Paineiras conhecem novas brincadeiras e se divertem pra valer! Aprendem jogos interativos, relembram brincadeiras antigas, competem de forma saudável e interagem com outras crianças.

Venham brincar conosco!



Programação Especial

Um mês de pura diversão!

Confira as atividades especiais que estão aguardando nossas crianças na Brinquedoteca do Clube

Dia 4, sábado: Brincadeiras "Entre as pernas" e "Marcha do chapéu"

Dia 12, domingo: Brincadeiras "Corrida das frutas" e "Dentro! Fora!"

Dia 26, domingo: Brincadeiras "Camaleão" e "Há! Há!"

Seu filho não pode perder!



SEARTI – Setor de Educação Artística

Horário de funcionamento:
Segunda a sexta: 8h30 às 18h.
Sábados: 8h30 às 17h. Domingos e feriados: fechado

Cola, tesoura, tinta, papel e muita criatividade! As crianças vão aprender a criar seus próprios brinquedos com as aulas de artes do Paineiras! Nosso Clube possui profissionais capacitados, prontos para auxiliarem os pequenos no desenvolvimento das atividades.



Fique de olho na programação:

- 02 - **Confecção de Teatro:** Caixa de sapato, palito de churrasco, tecido, papel espelho, cola e figuras diversas
- 03 e 04 - **Móvil com Miçangas:** Fio de silicone e miçangas
- 06 e 07 - **Confecção de Microfone:** Rolo de papel, isopor, glitter e cola
- 08 e 09 - **Confecção de imã de geladeira:** Imã, E.V.A. e canetinha
- 10 - **Sucata Livre:** Sucatas, tesoura, papéis diversos e cola
- 11 - **Oficina das Mães**
- 13 e 14 - **Argila:** Argila e Forminhas
- 15 e 16 - **Bilboquê com bola de gude:** Garrafa P.E.T.; bola de gude, papel Paraná
- 17 e 18 - **Confecção de jogo de chá:** Pote de iogurte e fita durex
- 20 e 21 - **Confecção de vaca com cd:** E.V.A., cd, papel cartão, papel colorset e cola
- 22 e 23 - **Trabalhos com Garrafa P.E.T.:** Garrafa P.E.T., canetinha, cola, fita durex e papel colorset
- 24 e 25 - **Confecção de Leão:** E.V.A., canetinha e cola
- 29 - **Confecção de Tambor:** Lata de leite, E.V.A., canetinha e bexiga
- 31 - **Confecção de Relógio:** Caixa de leite, papel espelho, cola, canetinha e tesoura



Programação Maio/2013 - Desenhos e Filmes Infantis



Hotel Transilvânia - 2012 (EUA) - Desenho - 01/05 (quarta-feira) - 16h

Em um fim de semana especial, Drácula convida ao seu luxuoso resort, para comemorar o aniversário de 118 anos de sua filha Mavis, alguns dos mais famosos monstros do mundo. Reunir todos estes monstros legendários não é problema, mas seus planos podem ir por água abaixo quando um rapaz comum aparece no hotel e coloca os olhos em Mavis.

Direção: Genndy Tartakovsky
Atores: Adam Sandler, Andy Samberg, Selena Gomez
Duração: 91min, **Gênero:** Animação, **Classificação:** Livre

Meu Amigo Dragão - 1977 - (EUA) - 12/05 (domingo) - 16h

No começo do séc. 20, na Nova Inglaterra, Pete é um menino que foge dos violentos pais adotivos. Ele só tem um amigo: um dragão chamado Elliott. Pete e Elliott vão parar numa pequena cidade e passam a viver com Nora e o pai dela. O problema é que Elliott é descoberto por um médico sem escrúpulos, que quer usar o bichão com propósitos medicinais. Mistura de desenho animado e atores.

Direção: Don Chaffey
Atores: Helen Reddy, Jim Dale
Duração: 106 min, **Gênero:** Aventura, **Classificação:** Livre



Perdido pra Cachorro 3 - 2013 - (EUA) - 18/05 (sábado) - 16h

Papi e sua família de quatro patas se mudam para um luxuoso hotel de Beverly Hills, com um SPA canino. Mas há problemas no paraíso quando Rosa, o menor membro do bando, sente-se pequeno e menos especial do que nunca. Agora, cabe a Papi ajudar a levantar sua autoestima, para que ela conviva bem em seu novo lar.

Direção: Lev L. Spiro
Atores: Odette Annable, Ashley Boettcher, Garen Boyajian, Jason Brooks, Jake Busey
Duração: 89min, **Gênero:** Comédia, **Classificação:** Livre

Peter Pan - 2004 (EUA) - Desenho - 19/05 (domingo) - 16h

Peter Pan é um garoto que nunca cresce e que vive na Terra do Nunca junto com os Garotos Perdidos e a fada Sininho. Um dia Peter Pan visita a casa dos Darling e convence Wendy, e seus irmãos a viajarem com ele para o lugar onde vive. Lá todos enfrentarão a ameaça do temível Capitão Gancho.

Direção: P.J. Hogan
Atores: Jeremy Sumpter, Jason Isaacs, Ludivine Sagnier
Duração: 77min, **Gênero:** Animação, **Classificação:** Livre



A Origem dos Guardiões - 2012 - (EUA) - Desenho - 26/05 (domingo) - 16h

As crianças do mundo inteiro são protegidas por um seleto grupo de guardiões: Papai Noel, Fada do Dente, Coelho da Páscoa e Sandman. Mas um espírito maligno, o Breu, pretende transformar todos os sonhos em pesadelo, despertando medo em todas as crianças. Para combater este adversário poderoso, a Lua designa um novo guardião para ajudar o grupo: Jack Frost, um garotinho invisível que controla o inverno.

Direção: Peter Ramsey
Atores: Chris Pine, Isla Fisher, Alec Baldwin
Duração: 97min, **Gênero:** Animação, **Classificação:** Livre

Detona Ralph - 2013 - (EUA) - Desenho - 30/05 (quinta-feira) - 16h

Ralph é um ex-vilão de videogames 8-Bit que quer mostrar ao mundo que pode ser um herói, mas não demora a arruinar tudo, libertando sem querer um inimigo que põe em risco todos os jogos do fliperama. Agora, a única esperança de Ralph é Vanellope von Schweetz, jovem e encrenqueira de um jogo de corrida de carros.

Direção: Rich Moore
Atores: John C. Reilly, Sarah Silverman, Jack McBrayer
Duração: 107min, **Gênero:** Animação, **Classificação:** Livre



Jake e os Piratas da Terra do Nunca: Salvando Bucky - 2012 (EUA) - Desenho - 01/06 (sábado) - 16h

Com a ajuda de Peter Pan, os jovens piratas embarcam em uma aventura pela Terra do Nunca que inclui passar por um dragão que cospe fogo, para resgatar Bucky do Capitão Gancho.

Direção: WALTDISNEY
Atores: Animação
Duração: 147min, **Gênero:** Animação, **Classificação:** Livre

Peter Pan: De Volta à Terra do Nunca - 2002 - (EUA/Canadá/Austrália) - Desenho - 02/06 (domingo) - 16h

Durante a Segunda Guerra Mundial, Wendy, já adulta, tenta manter vivo um fio de inocência e esperança em seus filhos, contando-lhes suas aventuras com Peter Pan na Terra do Nunca. Apesar da pequena Jane não acreditar nas histórias da mãe, as coisas vão indo relativamente bem até que Capitão Gancho resolve sequestrar a garota e a leva à Terra do Nunca.

Direção: Robin Budd, Donovan Cook
Atores: Harriet Owen, Blayne Weaver
Duração: 72min, **Gênero:** Animação, **Classificação:** Livre



Não haverá sessão de cinema infantil nos dias 04, 05, 11 e 25 de maio.

Teatro Infantil Paineiras Apresenta: "Marcelo, Marmelo, Martelo e outras histórias"

Cia. Paulista de Artes

Dia 18 de maio, sábado, às 11h, no Cineteatro



Situações do cotidiano ganham encanto nas palavras de Ruth Rocha, que inovou a maneira de contar histórias. Os personagens dos três contos deste espetáculo são crianças que vivem no espaço urbano.

Marcelo questiona os nomes de tudo, deixando os pais sem resposta. Os pais, que no início ficam perdidos, acabam entrando no clima e resolvem respeitar as ideias criativas e críticas do garoto.

Outra criança cheia de personalidade é Gabriela, que adora brincar na rua e "jogar" com as palavras. Até o dia em que uma nova vizinha, a Terezinha, muda-se para a mesma rua de Gabriela. As duas, muito diferentes, têm que lidar com a nova situação.

Há também o Caloca, o dono da bola de futebol, um garoto muito enjoado que quer sempre que tudo seja do seu jeito e, quando contrariado, para de jogar e leva a bola embora.

A equipe de criação, produção e atores é da Cia. Paulista de Artes. A companhia já montou mais de 35 produções e atualmente está com 20 espetáculos ativos. O Grupo que surgiu em 1991 como Jundiá Presente, ganhou corpo e hoje, 22 anos depois, com o nome de Cia. Paulista de Artes, já é considerada uma das companhias teatrais mais importantes da região.

Ficha Técnica

Peça: MARCELO, MARMELO, MARTELO E OUTRAS HISTÓRIAS

Autoria: RUTH ROCHA

Direção: MARCELO PERONI

Direção Musical: ESTEVÃO MARQUES

*Esta programação do Sociocultural é exclusiva para associados, devido à limitação de lugares, 228 poltronas existentes no Cineteatro.



Fotos por: Kátia Manfredi

Venha participar do 1º Quali Vida Paineiras

1º QUALI VIDA
PAINEIRAS
CIRCUITO INTERNO DE SAÚDE



Foto Ilustrativa

Promovido pelo Departamento de Higiene e Saúde, o 1º Quali Vida acontecerá dia 18 de maio, no Saguão Social do Clube, com o objetivo de mostrar a importância da avaliação dos parâmetros médicos para a prevenção de doenças e para a prática de atividades físicas que contribuem para uma melhor qualidade de vida de nossos associados.

O evento contará com stands que farão demonstrações e aulas de atividades físicas que priorizam qualidade de vida, bem-estar e saúde. Os associados poderão experimentar e conhecer um pouco sobre o Thai Chi Chuan, uma prática que reduz a ansiedade e traz equilíbrio.

Teremos também estações para avaliação do peso, altura e IMC (Índice e Massa Corpórea), orientação básica de nossa nutricionista, e medição dos níveis de glicemia e colesterol total. Para que estes últimos sejam adequadamente avaliados, é necessário um jejum anterior de pelo menos 8 horas.

Estes exames constituem apenas uma triagem e em caso de alguma alteração, o associado será aconselhado a consultar seu médico assistente para uma avaliação mais apurada, e se for o caso, a instituição de tratamento adequado.

Esperamos que os associados visitem a exposição, se animem com a prática de novas modalidades esportivas e previnam-se com relação às doenças mais comuns e facilmente detectadas. Desejamos a todos muita saúde e uma excelente qualidade de vida!

Prevenção contra a Dengue

O Clube Paineiras do Morumbi atuando na prevenção da dengue realiza periodicamente medidas de limpeza e prevenção de pragas em todas as instalações do Clube.

A dengue é uma doença infecciosa causada por um arbovírus (existem quatro tipos diferentes de vírus da dengue: 1, 2, 3 e 4), que ocorre principalmente em áreas tropicais e subtropicais do mundo, inclusive no Brasil. As epidemias geralmente ocorrem no verão, durante ou imediatamente após períodos chuvosos.

A infecção pelo vírus, transmitido pela picada do mosquito *Aedes aegypti*. Não há transmissão pelo contato de um doente ou suas secreções com uma pessoa sadia, nem fontes de água ou alimento.

A dengue clássica se inicia de maneira súbita e pode ocorrer febre alta, dor de cabeça, dor atrás dos olhos, dores nas costas. Às vezes aparecem manchas vermelhas no corpo. A febre dura cerca de cinco dias com melhora progressiva dos sintomas em 10 dias. Em alguns poucos pacientes podem ocorrer hemorragias discretas na boca, na urina ou no nariz. Raramente há complicações.

A dengue hemorrágica é uma forma grave da doença.

No início os sintomas são iguais a dengue clássica, mas após o 5º dia da enfermidade alguns pacientes começam a apresentar sangramento e choque.



Não existe tratamento específico para dengue, apenas tratamentos que aliviam os sintomas. Deve-se ingerir muito líquido como: água, sucos, chás e soros caseiros. Os sintomas podem ser tratados com dipirona ou paracetamol. Não devem ser usados medicamentos à base de ácido acetilsalicílico e anti-inflamatórios, como aspirina e AAS, pois podem aumentar o risco de hemorragias.

A prevenção é a única arma contra a doença. A melhor forma de se evitar a dengue é combater os focos de acúmulo de água, locais propícios para a criação do mosquito transmissor da doença. Para isso, é importante não acumular água em latas, embalagens, copos plásticos, tampinhas de refrigerantes, pneus velhos, vasinhos de plantas, jarros de flores, garrafas, caixas d'água, tambores, latões, cisternas, sacos plásticos e lixeiras, entre outros.

Colabore você também, eliminando os criadouros do mosquito! Em casa ou no Clube, a prevenção é a melhor forma de combater a doença!

Campanha de Vacinação contra gripe é prorrogada:

Devido ao grande interesse e procura por parte dos associados, a campanha de vacinação se estenderá por mais um dia.

A vacinação contra gripe de nosso Clube acontecerá nos dias 9, 10 e 11 de maio, das 9h às 16h30. A vacina estará disponível pelo valor de R\$45,00 e deve ser adquirida no caixa do Clube até o dia final da imunização (11 de maio). Vale ressaltar que no caso do comprador não comparecer no dia da vacinação, o valor pago não será devolvido, por se tratar de um material perecível que será descartado após a campanha.

A vacinação é uma forma de prevenção da doença. Estudos indicam que alguns grupos da população, principalmente idosos, grávidas e crianças pequenas, correm mais risco de ter complicações em decorrência da gripe, como uma pneumonia, por exemplo.

A gripe é uma doença grave, contagiosa, causada pelos vírus Influenza (tipos A, B e C). A vacina influenza é trivalente, composta por três vírus inativados: vírus similar ao vírus influenza A (H1N1), vírus similar ao vírus influenza A (H3N2) e vírus similar ao vírus influenza B/Brisbane. Ela protege contra as formas mais comuns da gripe e contra o vírus da gripe A (conhecida popularmente como "gripe suína"). "Influenza" é o nome científico dado ao vírus. Sua transmissão tende a se disseminar em épocas sazonais como no outono e no inverno.

Vacine-se nos dias
9, 10 e 11 de maio



Foto ilustrativa

Zelee pela saúde de sua família!

você já sorriu hoje?®

Na Clínica Open Center
você **conta com uma equipe**
especializada em:

- Odontologia Estética
- Clareamento a Laser e Zoom
- Diagnóstico de Cárie a Laser
- Check - Up Digital Preventivo
 - Periodontia
- Endodontia com Microscopia
 - Odontopediatria
 - Implantes
 - Cirurgias
 - Laserterapia
 - Próteses
 - Ortodontia
- Radiografia Digital
- Sedação com Óxido Nitroso



Clínica
Open Center
Morumbi

CROSP 7748

Responsável técnico: Lella Telles de Oliveira CROSP 50740

Av. Dr. Guilherme Dumont
Villares, 1230 • 8º andar
Morumbi

- Estacionamento próprio



Tel.: 3772-5292



www.clinicaopencenter.com.br

Conheça nosso

Check up Preventivo Digital

www.clinicaopencenter.com.br

Nado Sincronizado

Brasil foi Campeão nos Jogos Sul-Americanos

Depois de mostrar grande talento, as meninas da Seleção Brasileira de Nado Sincronizado, entre elas 7 paineirenses, retornaram ao Brasil. Elas estiveram no Chile, no período de 20 a 24 de março, disputando com outros 7 países os Jogos Sul-Americanos. Segundo a técnica da Seleção Juvenil A, Priscila Pedron, "Nas duas categorias que o Brasil participou levamos o ouro quase em todas as provas e ganhamos o geral nas duas. Foi um excelente resultado!". Priscila também é técnica do Nado Sincronizado do Paineiras e esteve acompanhando e treinando as atletas da Seleção para o Sul-Americano.



As meninas contaram com a torcida das famílias!

A Seleção foi muito bem recebida no Chile, e a temperatura local durante as competições variaram de 12 à 23 graus. A equipe brasileira conquistou ótimos resultados: Campeã Sul-Americana nas provas de solo, dueto e equipe na categoria Juvenil A.

Sobre a competição, Priscila comenta orgulhosa: "A princípio achamos que seria difícil em quase todas as provas, mas conseguimos administrar muito bem a competição, garantindo o resultado. Mas o que deu mais frio na barriga foi a prova de equipes". Seus principais adversários foram Colômbia, Venezuela e Chile, em algumas provas.

Na categoria Junior, de 15 a 18 anos, a Seleção foi composta por dez atletas, sendo que cinco eram paineirenses: **ADRIANA BITIATI**, **LUIZA GOMES**, **SABRINE LOWE**, **MARIANA GIORGE** e **SOFIA COSTA**. Nessa categoria competiram 6 países, totalizando 61 atletas. A Seleção Junior fez ótimas apresentações e teve resultados surpreendentes.



Adriana Beitiati

Para a atleta Adriana Bitiati, "Competir no Sul-Americano foi muito bom. O Brasil era o favorito para vencer o campeonato. Fomos com esta responsabilidade e chegamos para ganhar! Foi um campeonato gostoso de disputar. Durante toda a competição me mantive calma e confiante."

Os treinos das Seleções Juvenil e Junior, se iniciaram em janeiro, no Rio e depois em São Paulo, totalizando oito semanas de treinamento contínuo, em dois períodos do dia, manhã e tarde, somando mais de sete horas diárias na piscina.



Equipe junior

Na categoria Juvenil, que compreende atletas entre 13 e 15 anos, competiram dez meninas, sendo duas paineirenses: **VITÓRIA MUSSA** e **MONIQUE RUPITSH**. Além da técnica **PRISCILA PEDRON**, que também acompanhou a Seleção Brasileira.



Monique, Priscila e Vitória

"A maioria das atletas foi pela primeira vez disputar um campeonato internacional, nunca tinham defendido o Brasil antes, mas estavam confiantes", relembra Priscila. Ao total foram 63 atletas, competindo por 7 países, na categoria Juvenil A.



Atletas da categoria Juvenil com as técnicas e a Sônia da CBDA

Confira os resultados conquistados pela Seleção Brasileira:

- 1º lugar no geral da categoria Junior
- 2º lugar na prova de solos
- 1º lugar na prova de duetos
- 1º lugar na prova de equipes
- 1º lugar na prova de combo
- 1º lugar no geral da categoria

Juvenil A

- 1º lugar na prova de solos
- 1º lugar na prova de duetos
- 1º lugar na prova de equipes

Treinando longe de casa



Atletas Paineirenses da Seleção Brasileira, com a Diretora do Nado Sincronizado Leonice Mota e o Vice-Presidente Aldo Saltini

No começo do mês de abril, a atleta Adriana Bitiati foi convocada para treinar na Seleção Sênior, tendo que mudar para o Rio de Janeiro, a exemplo da atleta Beatriz Rosello que já treina com a Seleção Sênior desde janeiro. No primeiro dia juntas, as duas atletas

foram fazer uma caminhada matinal pela orla e parecem que não vão ter dificuldades em se adaptar ao estilo carioca de viver. Adriana comenta, "Vamos ficar no Rio até a Competição do Mundial que ocorre em julho. Teremos que treinar duro para conquistar uma vaga no mundial e não será fácil. Mas viemos com vontade de vencer. São 10 vagas para 14 meninas e acredito que nossa dedicação trará um resultado positivo".

Mais uma vez o Nado Sincronizado Paineirense mostra a sua força!

Parabéns para as nossas atletas paineirenses:

VITÓRIA MUSSA, MONIQUE RUPITSH, ADRIANA BITIATI, LUIZA GOMES, SABRINE LOWE, MARIANA GIORGE e SOFIA COSTA e a nossa técnica PRISCILA PEDRON!

Parabéns, Seleção Brasileira!

Paineiras na Seleção Paulista de Nado Sincronizado

A seletiva para participação da Seleção Paulista de Nado Sincronizado aconteceu em nosso clube, no dia 6 de abril, no período da manhã, sob a organização e responsabilidade da Federação Aquática Paulista, presidida pelo Dr. Miguel Carlos Cagnoni.

Das atletas participantes, com idade entre 11 e 14 anos, 12 do Paineiras. Ao total dez nadadoras foram selecionadas, sendo nove paineirenses. Por ordem de classificação, passaram pelas finais da seletiva as nadadoras: **MONIQUE LISAUSKAS, CATERINA TROFA, CAMILA TROFA, VITORIA CASALE, ISABELA BATTEL, CLARA NORIEGA, ISABELLA BEZERRA RIGBY, VOTÓRIA SERAFINI e ISADORA SERAFINI.**



Equipe F.A.P.

A seletiva consistiu em duas provas individuais, uma de figuras, em que foram avaliadas por uma banca de 7 juízes, e outra com a coreografia de um minuto com elementos técnicos obrigatórios. A soma das duas notas resultou a nota da classificação final.



Bancada de árbitros de Nayara Figueira acompanhando os trabalhos

A atleta Monique Lisauskas, campeã sul-americana 2013, destacou-se com uma pontuação final de 97.950, ficando à frente da segunda classificada em mais de 5 pontos.

O objetivo dessa seletiva foi escolher 10 atletas para compor a Seleção Paulista, que disputará o III Interfederativo de Nado Sincronizado e também participarão do Projeto Novos Talentos, patrocinado pela Confederação Brasileira de Desportos Aquáticos - CBDA.

O Programa Interfederativo deve acontecer entre os dias 6 e 9 de junho. Trata-se de um campeonato nacional no qual todos os estados brasileiros, que possuem representantes do Nado Sincronizado, formam suas seleções e disputam o troféu de melhor Seleção Nacional. Além de premiar a melhor Seleção Nacional, na sequência deste campeonato, acontece o programa Novos Talentos, no qual, todas as atletas inscritas na competição, participam de uma semana de treinamentos intensivos com o objetivo de oferecer a todas uma experiência de intercâmbio entre atletas e técnicos de várias regiões do país.



As atletas e as técnicas Shirlei Montanari, do Paineiras e Milena Ramos, do Corinthians

A técnica, Shirlei Montanari, comenta sobre a seletiva, "Parabenizo e desejo a todas as atletas que conquistaram sua vaga na Seleção Paulista, um ótimo período de treinamento e preparação, e que ao final deste processo, o grupo esteja preparado e motivado para conquistar mais este título nacional".

Parabéns para as nossas meninas e boa sorte!

Polo Aquático



Paineiras é Bronze no Torneio Início Sub 15

O Torneio Início aconteceu entre os dias 21 e 24 de março, com as finais realizadas na piscina do Paineiras. Nosso time teve um ótimo desempenho, conquistando a medalha de Bronze do campeonato.

Parabéns aos nossos atletas!

Técnica Americana, responsável pela Seleção Brasileira Feminina, treina nossos atletas

A experiente técnica Americana, Sandy Nitta, está no Brasil para dirigir a seleção Brasileira Feminina de Polo Aquático.

A técnica chegou fazendo algumas mudanças, alternando os locais de treino da seleção entre os clubes Pinheiros, Paineiras e Paulistano, e além disso, Sandy está fazendo um treino semanal com nossos atletas do feminino e masculino juvenil.

Ela também contou com a colaboração de Rose, ex-goleira da seleção Britânica, que veio fazer treinos específicos com as goleiras do Brasil e aproveitou para deixar um pouco de seu vasto conhecimento de Polo Aquático com nossos atletas.



Mari Duarte e Feijão trazem o Ouro para o Polo Aquático do Brasil

O Brasil fez bonito no Campeonato Sul-Americano Juvenil, que aconteceu no Chile no final de março, ficando com o Ouro nas equipes Feminina e Masculina!

Caio Marques e Mariana Duarte são os atletas paineirenses que integraram as delegações campeãs e nos encheram de orgulho por seu desempenho e participação.

Nossa alegria se estende também ao técnico Frank Dias, que foi ao Chile como auxiliar técnico da equipe masculina.



Parceria do Polo Aquático com o Judô e Jiu-Jitsu

Com o intuito de moldar uma filosofia de união e amizade entre todos os atletas do Polo Aquático do Paineiras, e também para ajudar os atletas com senso de equilíbrio, utilização da força do oponente e treino de agilidade e explosão, combinamos com o Diretor e os Professores do Judô e Jiu-Jitsu treinos semanais para nossos atletas.

Uma iniciativa inovadora que visa uma maior integração entre os atletas, troca de experiências competitivas e técnicas.

Esperamos que esse intercâmbio entre as modalidades possa evoluir e trazer benefícios a todos!



Natação Mirim, o Berço dos Nadadores Competitivos

A Natação Competitiva começa com a categoria Mirim, que são os atletas nascidos entre 2003 e 2004 e nestas categorias, o Paineiras tem sido referência nacional. "Temos uma relação muito boa com os professores do Setor Formativo, o que nos garante a cada ano novos atletas com boa qualidade para suprir a categoria", diz o coordenador técnico Professor Rogério Mixirica Nocentini.

Além de treinar muito e gostar de competir, os atletas do Paineiras aprendem a ter objetivos, a ganhar, perder, ser solidários, lutar pelos seus ideais e pelas coisas que desejam, ou seja, se beneficiam de tudo o que o esporte de competição pode ensinar.

Como fruto do trabalho aqui desenvolvido, temos vários atletas que continuam conosco mesmo nas categorias mais elevadas, que aprenderam com o esporte, não só a ganhar medalhas, mas ensinamentos que utilizam em seu cotidiano e que levarão para o resto de suas vidas.

Falando dos nossos atuais Mirins, tivemos a primeira edição do Circuito Mirim de Natação da Federação Aquática Paulista,

no mês de março. O Paineiras foi representado por 60 atletas e conseguiu classificar 80% deles para a fase final do torneio!

Para que isto aconteça, os Mirins treinam duro. A categoria Pré-Mirim tem dois treinos semanais, a Mirim 1 treina três vezes por semana, e a Mirim 2 tem quatro treinos semanais. Todas são acompanhadas pelo professor Felipe. Este aumento gradual dos dias de treinamento é muito importante para a preparação dos atletas para as categorias mais altas e parte importante do Programa de Treinamento da Natação do Paineiras.

Mas nem só de treino vivem nossos pequenos, temos competições dentro e fora da cidade de São Paulo, torneios e eventos internos, atividades de integração com outras equipes, além da Pizzada do Mirim, realizada no final de cada semestre, em que recebemos os novos alunos, confraternizamos com os pais das crianças e premiamos os melhores atletas do semestre. Um grande evento para o Clube, que contou com mais de 150 pessoas em sua última edição!

Gostou? Então treine com a gente! Se você nasceu entre os anos de 2003, 2004, 2005 e 2006, basta procurar o Prof. Felipe e fazer um teste. Venha para a Natação Competitiva, você vai adorar esse desafio!



Equipe de Natação Mirim do Paineiras

Paineirense Fernanda Ribeiro no Multinations Swimming Youth

A Natação Brasileira saiu vitoriosa na disputa do Multinations, competição da Liga Europeia de Natação. Em Poznan, na Polônia, e em Kiev, na Ucrânia, o Brasil foi representado por uma nova geração de talentos, conquistando um total de 36 medalhas (19 na Polônia e 17 na Ucrânia).

Entre esses talentos estava a nadadora paineirense que competiu na cidade de Poznann- Polônia, entre os dias 06 e 07 de março. Foi a primeira seleção da vida da Fernanda e logo começou com a Seleção Brasileira!

Esta competição reúne seleções da Europa com suas equipes de 13 a 17 anos e o Brasil participa tradicionalmente como convidado do evento.

A Seleção enfrentou frio de menos 5 graus centígrados, mas mesmo assim nadou brilhantemente o campeonato. Fernanda que fez o melhor tempo da vida em 3 das 4 provas que nadou, ficou em nono lugar na prova dos 400 medley, sem dúvida uma excelente performance para seu currículo.

Parabéns à Fernanda e ao seu técnico, o Professor Regis Mencia!



Fernanda Ribeiro Bernardo

Troféu Maria Lenk de Natação é Seletiva para Mundiais

Iniciando os campeonatos brasileiros de 2013, em abril tivemos a disputa do Troféu Maria Lenk, na cidade do Rio de Janeiro. A competição teve eliminatórias no Parque Aquático Maria Lenk, no período de 22 a 27 de abril, às 10h e finais a partir das 17h, e atua como seletiva para dois grandes eventos: o Mundial dos Esportes Aquáticos de Barcelona, que acontecerá dia 20 de julho e 4 de agosto deste ano, e o Campeonato Mundial Júnior, de 26 a 31 de agosto.

No que diz respeito ao Mundial de Barcelona, o Troféu Maria Lenk deste ano seguirá o modelo da seletiva para os Jogos Olímpicos do ano passado, ou seja, será a principal competição.

Apenas as provas individuais que não tiverem as duas vagas preenchidas ainda estarão em disputa no Brasileiro Júnior e Sênior de Inverno, que acontecerá em Curitiba, entre 14 e 19 de maio. Porém, quem conseguir o índice no Maria Lenk estará assegurado.

Para o Mundial Júnior as duas competições terão peso igual. Troféu Maria Lenk e Brasileiro Júnior e Sênior valem para índices da mesma maneira.

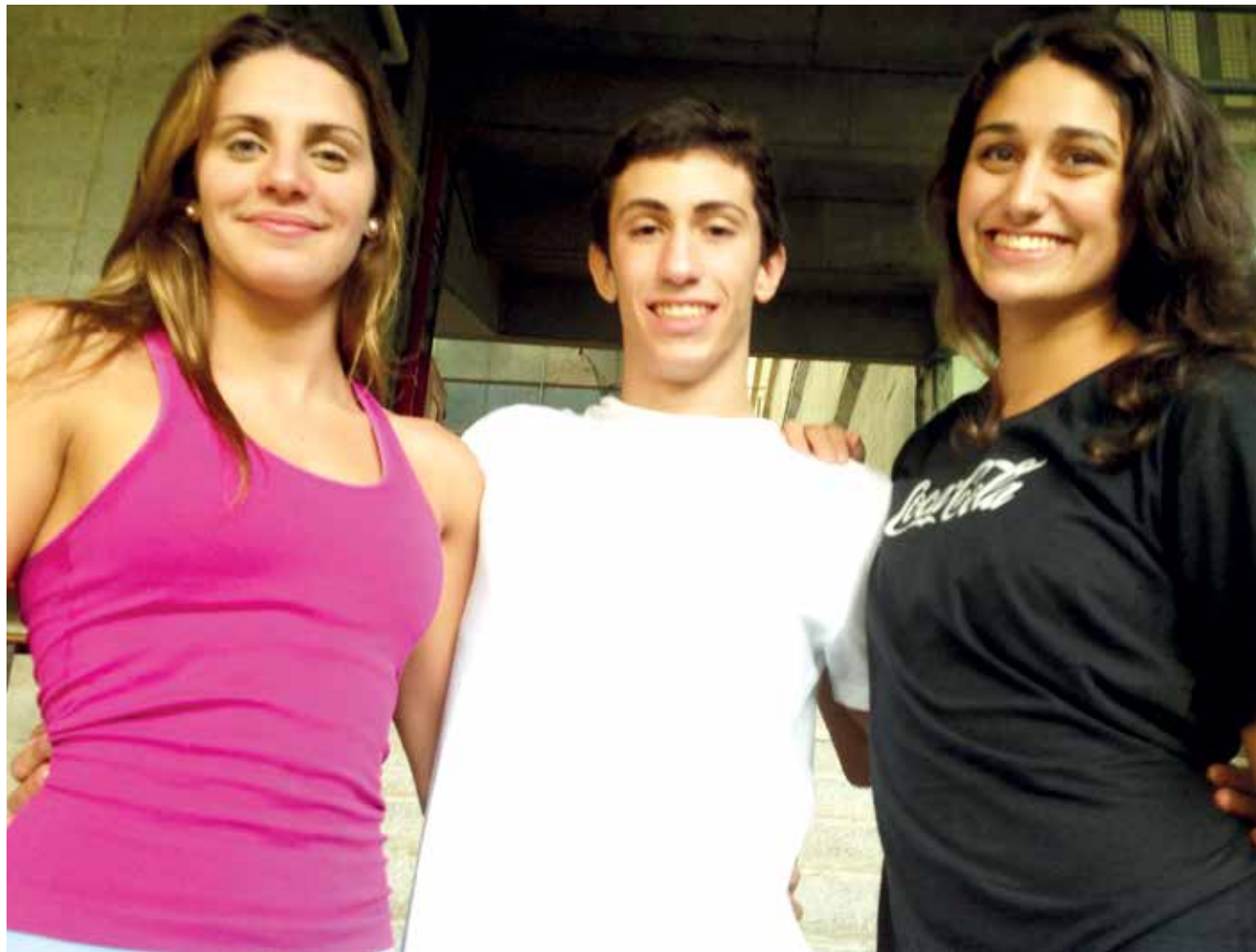
O Paineiras foi representado por 3 atletas no Troféu Maria Lenk: Aline Saporito, Carolina Saad e João Pedro Cervone.

Além de disputar o Campeonato Brasileiro Absoluto de Natação do primeiro semestre, João Pedro trabalha em busca do índice para o Mundial de Natação da categoria Júnior, que será disputado em Dubai. Já a nadadora Aline tentará uma vaga na Seleção Brasileira que competirá o Campeonato Mundial de Natação, em Barcelona.

“Os treinos têm sido focados nestes objetivos e tenho certeza que conseguiremos as duas vagas”, afirma o professor Rogério Mixirica.

Boas provas aos nossos atletas!

Nota: até o fechamento da Revista ainda não tínhamos o resultado, confira no site!



Aline, João e Carol

Natação Master

Top Mundial, Brasileiro e Paulista

Confira os atletas da Natação Master se destacaram em 2012 no Ranking da FINA, Nacional e Estadual.



Ranking da FINA

TOP 10 (os dez melhores por prova, categoria e sexo)

Douglas Pedro Alpino:

Em piscina curta - 4º lugar 200 livre, 7º lugar 50 costas, 6º lugar 100 costas, 4º lugar 200 costas, 10º lugar 100 medley, 4º lugar 200 medley.

Em piscina longa - 6º lugar 200 livre, 8º lugar 400 livre, 3º lugar 100 costas, 3º lugar 200 costas, 5º lugar 200 medley.

José Orlando de Almeida Loro:

Em piscina curta - 9º lugar 50 costas, 10º lugar 200 costas.

Em piscina longa - 5º lugar 50 costas, 9º lugar 100 costas, 7º lugar 200 costas.

Anete Guisard:

Em piscina curta - 8º lugar 200 borboleta.

Hugo S. Morais:

Em piscina curta - 8º lugar 200 peito.
Em piscina longa - 7º lugar 200 peito.

Equipe 280 Feminino - Renate

Langeani, Gherda Hupfeld, Elza Marina Mazzei, Helena Castro:

Em piscina curta - 8º lugar 4x50 livre.

Equipe 240 Misto - José Eugenio

Guisard, Aroma Martorell, Anete Guisard, José Orlando Loro:

Em piscina curta - 6º lugar 4x50 livre.

Equipe 240 Feminino - Marcia de

Thuin, Dagmar Bertholdi, Mercedes Rizzo, Anete Guisard:

Em piscina longa - 5º lugar 4x50 livre.

Equipe 200 Feminino - Aroma

Martorell, Anete Guisard, Marcia de Thuin, Maria Stella D'Almeida:

Em piscina longa - 9º lugar 4x50 livre.

Equipe 240 Masculino - Lorival Dias

Filho, Paulo Galhanone, Nelson Campello Filho, José Armando

Abdalla Junior:

Em piscina longa - 9º lugar 4x50 livre.

Ranking Brasileiro 2012

TOP Five (cinco melhores por categoria em relação ao índice técnico obtido em suas provas no circuito Brasileiro - Campeonato Brasileiro, Copa Brasil, Open Brasil e Campeonato Sul-Americano realizado no Brasil).

Provas Curtas (50 e 100):

Categoria 35

Hugo S. Morais com 536,00 pontos.

Categoria 40

5º lugar Maria Stella D'Almeida com 404,33 pontos.

Categoria 50

1º lugar Aroma Martorell com 408,00 pontos.

Categoria 55

4º lugar Helena Castro com 194,67 pontos.

Categoria 60

1º lugar Anete Guisard com 217,33 pontos.
5º lugar José Orlando Loro com 204,67 pontos.

Categoria 75

2º lugar Nelson Campello Filho com 121,00 pontos.

Provas Longas (200, 400, 800, 1500):

Categoria 35

2º lugar Hugo S. Morais com 514,33 pontos.

Categoria 50

1º lugar Aroma Martorell com 341,67 pontos.

Categoria 55

2º lugar Helena Castro com 176,67 pontos.

Categoria 60

3º lugar Anete Guisard com 144,33 pontos.
4º lugar José Orlando Loro com 185,33 pontos.

Categoria 65

5º lugar Lorival Dias Filho com 113,00 pontos.

Ranking Paulista

Top Five (cinco melhores por categoria na soma de pontos em suas provas no Circuito Paulista):

Categoria 30

4º lugar Cecilia Petri Ancona Lopez.

5º lugar Ana Paula Moraes.

4º lugar Guilherme Cotomacci.

Categoria 35

1º lugar Hugo S. Morais.

Categoria 40

2º lugar Maria Stella D'Almeida.

5º lugar Regina Helena Vieira Santos.

Categoria 45

4º lugar Marcia de Thuin.

1º lugar Alexandre Mitzkun.

Categoria 55

4º lugar Helena Castro.

5º lugar Vivien Lantieri.

Categoria 60

1º lugar Anete Guisard.

3º lugar Marlene Teno.

1º lugar José Orlando Loro.

Categoria 65

4º lugar Edna Zimbres.

1º lugar Ricardo E. Yamin.

2º lugar Paulo H. Galhanone.

4º lugar José Armando Abdalla Junior.

Categoria 75

1º lugar Nadir Taubert.

3º lugar Sarah Barbosa.

4º lugar Gherda Hupfeld.

2º lugar Nelson Campello Filho.

3º lugar Douglas Pedro Alpino.

4º lugar Raul K. de Thuin.

Categoria 80

2º lugar Renate Langeani.

Parabéns aos
nossos atletas!

Formar pessoas competentes na vida acadêmica, no mercado de trabalho e na vida social são objetivos da escola. Fazer a diferença é o desafio!

NOSSOS DIFERENCIAIS

Robótica com Lego Zoom
Empreendedorismo com Junior Achievement
Intercâmbio Educacional com SSU
Aulas de Inteligência com MindLab

COLÉGIO **Mater Dei** 50

MATRÍCULAS ABERTAS 2013



Formando um mundo melhor

EDUCAÇÃO INFANTIL
ENSINO FUNDAMENTAL
ENSINO MÉDIO

COLÉGIO **Mater Dei** 50

UNIDADE SP
Rua Marechal Bitencourt, 96
Jardim Paulista
São Paulo
01432-020

UNIDADE SJC
Av Lineu de Moura, 1055
Urbanova
São José dos Campos
12244-380

www.colegiomaterdei.net
facebook.com/materdeisp
facebook.com/materdeisjc

Judô

Paineiras conquista ouro e prata no Torneio Yokichi Kimura

Os judocas paineirenses deram um show de técnica e competitividade na 41ª Copa Kimonos Bodokam-Yokichi. O Clube participou com 15 atletas nas classes sub 11, sub 13, sub 15, sub 18 e sênior. Alexandre Lee, técnico de Judô do Paineiras e atleta olímpico comentou na ocasião, "Viemos com duas equipes. Uma de iniciação no competitivo que está começando agora nos torneios, e outra de alta performance que está treinando duro".

Os destaques do dia ficaram por conta das judocas Deise Locatelli e Alana Uraguti, ambas levaram o ouro em suas respectivas categorias. Para Deise a presença de Alexandre é um grande estímulo, "Não tenho palavras para descrever o que ele representa. No começo só o conhecia pela televisão e logo que o conheci pessoalmente cheguei a ficar nervosa". Outra grande revelação do torneio foi Amanda Drezza que conquistou o bronze, defendendo nosso Clube.



As competições aconteceram dia 3 de março, no ginásio Hugo Ramos, em Mogi das Cruzes, com a presença de 1500 atletas, 70 escolas e mais de 40 pessoas organizando o evento. Foram 9 áreas de competição e mais de 67 agremiações de vários estados.

O Torneio Yokichi Kimura ocorre há 26 anos e há 4 faz parte do calendário da Confederação Paulista de Judô. Estavam presentes no evento o Presidente da FPJ, Alessandro Puglia, Romildo Campelo, Secretário do Meio Ambiente de Mogi, Emerson Rong, Vereador de Mogi, Valdir Melero, Tesoureiro da FPJ, Sra. Yoshie Kimura que foi a homenageada do dia, Joji Kimura, Coordenador Técnico da FPJ e anfitrião do evento.

A judoca olímpica Yoshie Ueno visitou nossos tatames

O Paineiras recebeu, no dia 22 de março, a ilustre visita de Yoshie Ueno, judoca japonesa bicampeã mundial e medalhista de bronze nos Jogos Olímpicos de Londres 2012.

As judocas paineirenses tiveram a oportunidade de conhecer a campeã mundial, que mostrou suas técnicas favoritas, seus golpes certos e suas especialidades mais eficientes.



A Diretoria do Paineiras e representantes do Consulado e da Federação japonesa com Yoshie Ueno



Alana Uraguti, Yoshie Ueno e Deise Locatelli



Nossos atletas com Yoshie Ueno

Esse intercâmbio de informações entre nossos atletas e Yoshie só foi possível através dos contatos do nosso Diretor Daniel Dell'Aquila com o Consulado Japonês e com a Federação Japonesa.

Aos 29 anos, Ueno possui uma carreira vitoriosa na categoria até 63kg. Foram 113 vitórias e apenas 16 derrotas, segundo o site Judolnside. Conquistou a medalha de bronze nos Jogos Olímpicos de Londres, no ano passado. Antes da Olimpíada britânica, foi campeã mundial em Roterdã (2009) e em Tóquio (2010). Também ficou com o vice-campeonato em Paris (2011). Sua maior referência é sua irmã mais velha, Massae (34) que conquistou duas medalhas de ouro olímpicas em Atenas e Pequim; e outras duas medalhas de ouro nos Mundiais de 2001 e 2003.

Judô do Paineiras é destaque na Copa São Paulo



Alexandre Lee, técnico e a revelação do Judô, Victor Nogueira,



A Copa São Paulo é o maior evento pan-americano de clubes, organizado pela Federação Paulista de Judô. A edição de 2013 aconteceu nos dias 22, 23 e 24 de março, em São Bernardo do Campo e contou com a presença de mais de 2600 judocas, que vieram de diferentes estados, como Rio Grande do Sul, Acre, Amapá, Brasília e Maranhão, além dos esportistas das cidades de São Paulo e São Bernardo do Campo. O ginásio Adib Moyses Dib permaneceu lotado nos três dias da Copa, com toda a atenção voltada para os dojos, as 12 áreas competitivas disponíveis no local.

E mais uma vez os judocas paineirenses se destacaram. Willian Pereira conquistou o ouro no sub 21 e ainda o bronze no sênior. O atleta segue com regularidade e consistência em seu desenvolvimento. Seu próximo alvo será o Campeonato Sul Brasileiro.



Willians Pereira à esquerda

Outro destaque é um jovem talento detectado no Judô do Formativo (SEFFE), que agora está inserido no Competitivo, Victor Nogueira, de apenas 9 anos. Victor fez sua primeira competição oficial na Copa São Paulo, em uma categoria com aproximadamente 50 judocas, realizou 5 lutas e ficou em quinto lugar. Lutou com judocas com mais tempo de prática, maior vivência competitiva e maior graduação, e sua postura competitiva foi como a de grandes campeões. Para Alexandre Lee, “na minha visão, um talento a ser desenvolvido. Vou ter o cuidado de não pular etapas do seu desenvolvimento, no aspecto técnico, físico e principalmente psicológico”, comenta cuidadosamente o técnico competitivo do Paineiras.

Entre outros resultados que elevaram o nome do Paineiras na Copa São Paulo estão: Amanda Drezza, vice-campeã sênior (-57kg); Daise Locatelli, 3ª colocada sub18 (-57kg); e Bruno Loverdos, 3º colocado sub18 (-66kg).

Parabéns aos nossos judocas!

Errata

Revista Paneiras - Edição Abril 2013, Caderno Esportes, Página: 56

Na Matéria Jiu-Jitsu quando se fala: ...“Na luta de solo, o esportista que tiver mais técnica, conseguir dar mais **socos e chutes** de forma eficiente, consegue sobressair sob seu adversário, independente de seu porte físico.”

O correto é: “Na luta de solo, quando **chutes e socos não são tão eficientes**, o porte físico dos lutadores torna-se não tão importante, e **sim, aquele que tiver melhor técnica possuirá consequentemente a vantagem.**”

Tênis



IS OPEN
CHALLENGER
ATP
TOUR

IS OPEN reúne tenistas de 12 países no Paineiras

Pelo segundo ano consecutivo, o Clube Paineiras do Morumby abriu suas quadras de saibro para o IS Open, ATP Challenger Tour

A competição, que aconteceu entre os dias 20 e 28 de abril de 2013, com a presença de atletas de 12 países e destaque para cinco ex-Top 100 da ATP: os brasileiros Thiago Alves (88º em 2009), Rogério Dutra Silva (95º em 2012) e João Souza (84º em 2011); o chileno Paul Capdeville (76º em 2009); o tunisiano Malek Jaziri (69º em 2012); e o sérvio Boris Pashanski (55º em 2006).

A lista do IS Open, organizado pelo Instituto Sports, ainda contava com representantes da Argentina, Austrália, Portugal, França, Estados Unidos, Croácia, Bósnia e Itália. Os tenistas Guilherme Clezar, Fabiano de Paula e Leonardo Kirche, todos integrantes da seleta lista de Top 10 do País, reforçaram a presença brasileira na chave de simples.

Em 2012, o IS Open reuniu atletas de 19 países. O título de simples ficou com o esloveno Blaz Kavcic, que venceu na final o paulista Júlio Silva, por 6/3 e 7/5; enquanto o chileno Paul Capdeville e o uruguaio Marcel Felder sagraram-se campeões de duplas ao marcarem 7/5 e 6/3 sobre os brasileiros André Ghem e João Sorgi, na decisão.

Campeonato Paulista Interclubes

As tenistas do Paineiras na categoria "A", feminina, 50 anos, se consagraram vitoriosas no Campeonato Paulista Interclubes.

A final foi contra o Clube Corinthians, numa disputa acirrada de 5 partidas, que o Paineiras venceu por 3x2, levando o título de Campeão.

As paineirenses responsáveis pela vitória foram Ana Maria Andre, Edilene Boechat, Alenka Povel, Sandra Calache e Ana Luiza Villa Nova; acompanhadas pelo técnico Danilo Navacinsk.



Ana Maria Andre, Danilo Nacinsk e Edilene Boechat

Parabéns para as nossas atletas!

Pascuas Bowl

A equipe Paineirenses encerrou sua participação no Circuito Sul-Americano COSAT, na etapa do Pascuas Bowl, realizada em Assunção, Paraguai, no período de 23 a 30 de março de 2013. Esta investida do Paineiras, em dar o suporte aos atletas às etapas do Sul-Americano realizadas na Colômbia, Equador e Paraguai, reforça o quanto o Clube acredita e investe em seus atletas, contribuindo para o desenvolvimento da equipe e o melhor posicionamento de nossos tenistas nos rankings Sul-Americano e ITF, trazendo maior experiência internacional.

Destaque para Sophia Chow e Giovanna Baccarini, quadrifinalistas na chave de 18 anos, válido pelo Ranking ITF, e para Diego Padilha e João Hueb, campeões de duplas 14 anos masculino.

Torneio Bananinha



André Franco



Gabriel Santos

Os tenistas paineirenses marcaram presença no Torneio Bananinha, realizado em Itajaí, Santa Catarina. O evento aconteceu em paralelo ao Sul-Americano Banana Bowl, nos dias 16 e 17 de março, para atletas de até 10 anos.

Este é o primeiro passo dos tenistas que buscam pontos no ranking da CBT, e já se projetam para o Tênis Competitivo.

Parabéns aos tenistas:

- André Franco, semifinalista
- Gabriel Santos, quadrifinalista.

Empresas que apoiam nossos atletas

O Sonda e a PepsiCo apoiam a formação dos nossos atletas do Tênis através da Lei Paulista de Incentivo ao Esporte, da Secretaria Estadual de Esporte, com dedução do ICMS.

Sua empresa também pode participar da formação dos nossos campeões. Entre em contato com o Departamento de Marketing e saiba como.

(11) 3779-2099
marketing@clubepaineiras.com.br



PEPSICO

Vôlei Sentado

Paineiras recebe treinos da Seleção Brasileira e da Alemanha

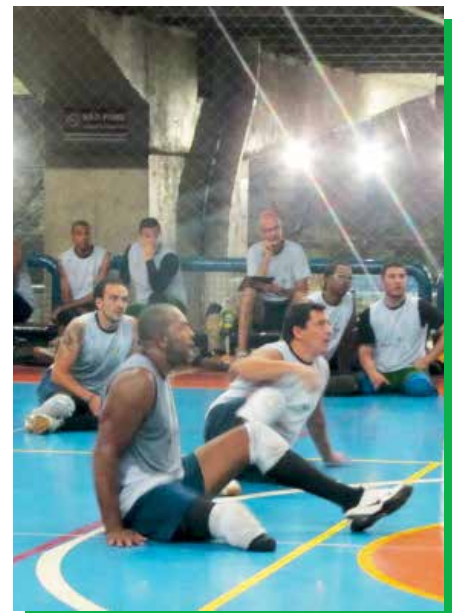
O Brasil sediou o torneio "Top Four" com as principais seleções de Vôlei Sentado, entre os dias 12 e 14 de abril, no Clube Pinheiros.

O torneio seria disputado entre Brasil, Alemanha, Holanda e Estados Unidos, porém, os Estados Unidos não puderam comparecer, por isso, o Brasil participou com as equipes "A" e "B".

Dos atletas do Paineiras estão convocados para a equipe do Brasil "A": Rogério Camargo, Renato Leite, Deivisson Ladeira e Wellington Anunciação.

O Paineiras cedeu as quadras para o treinamento das seleções do Brasil e da Alemanha, no começo do mês de abril. Para o Vice-Presidente do Paineiras, Aldo Saltini, "O Clube está preparado para receber os grandes torneios de Vôlei Sentado, inclusive o Brasileiro. Estamos trabalhando em conjunto com a CBVD para difundir e fomentar a prática do esporte paraolímpico".

O Vôlei Sentado foi criado em 2003 e já evoluiu bastante em pouco tempo de existência. Nas últimas Paralimpíadas de Londres, a Seleção Brasileira chegou à sétima colocação (masculino e feminino) mesmo sendo sua primeira participação nesses jogos.



O Colégio Joana D'Arc
está completando 75 anos.



Tradição e modernidade, lado a lado numa estrutura de 6 mil metros quadrados. O colégio mantém objetivos pedagógicos bem definidos, com estímulo ao raciocínio, ao questionamento e ao espírito crítico, numa abordagem atual que possibilita a aquisição de conteúdo, a preparação para o vestibular e, acima de tudo, a formação de cidadãos atuantes na sociedade.

R. Miragaia, 158 - Butantã
11 2714 - 4255

www.colegiojoanadarc.com.br



Fitness

Conhecendo a ginástica - Step

Continuamos apresentando cada uma das nossas aulas de ginástica e os seus objetivos. Agora é a vez do STEP.

O **Step** é uma das aulas mais antigas da ginástica de academias. Durante muito tempo foi a principal aula aeróbia, ou seja, voltada para o condicionamento cardiorrespiratório. Com o surgimento das aulas de Bike e Jump, o Step precisou dividir o espaço nas grades de horários, porém, ela é presença obrigatória em qualquer academia.

No Paineiras temos alunos que frequentam essas aulas há mais de 20 anos. São verdadeiros “peritos” na modalidade. Seu público é muito fiel e sempre busca por novos desafios.

O Step é a prática de exercícios aeróbios coreografados que utiliza uma ou mais plataformas, conhecidas como “Step”, nome que originou a modalidade. Seu objetivo é desenvolver a aptidão cardiorrespiratória, o aprimoramento da coordenação motora e a memória.



Venha entrar em forma de maneira divertida. Pratique você também!

Horários:

Segundas e quartas, às 15h10 | Quintas, às 8h | Sábados ou domingos, às 10h10 - confira as grades de aulas especiais.

Compreendendo o treino de musculação: o agachamento

Atualmente, há no Paineiras, aproximadamente 3 mil praticantes regulares de musculação. Entretanto, para a grande maioria, os exercícios são compreendidos de forma muito superficial.

O agachamento é um dos exercícios mais importantes e benéficos da musculação. Ele trabalha grupos musculares e articulares que são fundamentais para a maioria dos nossos movimentos cotidianos.

De modo genérico, o agachamento consiste no movimento de sentar e levantar. Ele ativa os músculos da coxa (anteriores e posteriores), da panturrilha e é, também, um dos mais potentes ativadores dos músculos glúteos. Além disso, ativa os músculos eretores da coluna e os músculos do abdômen, como estabilizadores.

Outra característica do agachamento é que ele pode ser realizado de diversas formas e com os mais variados recursos (máquinas, elásticos, bola, peso próprio, espaldar, etc.), adaptando-se às necessidades e limitações de qualquer pessoa que pratique musculação.

Se, à primeira vista, isso pode parecer estranho, é porque muitas vezes, quando falamos em agachamento, a imagem imediata que nos vem à mente é a de um atleta levantando uma montanha de pesos em cada extremidade de uma barra.

O agachamento, porém, vai muito além disso. Ele pode ser o ato de se levantar de um sofá ou cadeira, de levantar uma caixa ou peso do chão e, até mesmo, de pegar uma criança no colo.

Nessa edição, a proposta é tornar o praticante mais consciente daquilo que realiza. Para tanto, o conhecimento sobre os exercícios terá uma grande contribuição. Confira os benefícios do agachamento nos treinos da musculação.



Um exemplo de agachamento perfeito é uma criança começando a dar os seus primeiros passos: sempre que ela quer pegar algo do chão, ela se aproxima bem do objeto, se abaixa de modo que este fique entre as suas pernas, segura o objeto e se levanta com a coluna ereta. O que nos mostra a importância desse movimento, do início ao fim das nossas vidas.

Horários:

Segundas e quartas, às 15h10 | Quintas, às 8h | Sábados e domingos, às 10h10

Pilates auxilia no tratamento de Condromalácia. Você conhece essa enfermidade?

É comum no Pilates a presença de alunos que apresentam Condromalácia. A condromalácia é uma degeneração da cartilagem de um osso do joelho, chamado patela.

A condromalácia patelar é causada especialmente pelo enfraquecimento do músculo quadríceps, localizado na parte da frente da coxa e pelo formato do joelho do indivíduo ou pelo posicionamento do seu pé. Estas condições quando associadas ao excesso de peso e ao esforço repetitivo são as maiores causadoras da doença. Essa lesão costuma afetar mais as mulheres, por terem o quadril mais largo, que acaba desalinhando a patela.

O sintoma mais comum é a dor atrás da patela, sendo que o alongamento deficiente dos músculos posteriores da coxa pode agravar o quadro.

O Pilates é muito indicado para a condromalácia, pois trata-se de uma atividade física, praticamente sem impacto. As aulas são ministradas em pequenos grupos, o que favorece ao professor o acompanhamento de cada aluno. Com isso, promove-se um trabalho muito eficaz para anemizar os problemas causados por esta enfermidade.

Exercite-se com segurança e sem dores!



Etiqueta na Academia

Algumas dicas de convivência que visam contribuir de forma positiva para o uso comum de equipamentos da nossa academia são de grande valia. Faça a sua parte e usufrua com segurança de todos os benefícios que o nosso Fitness tem a oferecer!

- Ao utilizar os aparelhos, evite deixar no local as anilhas pesadas ao término de seus exercícios. O próximo usuário terá que retirar o peso e muitas vezes esse peso será excessivo para outra pessoa. Lembrando que mulheres e idosos também frequentam o local, usam o mesmo equipamento e podem ter dificuldade em locomover as anilhas.
- Evite deixar os halteres no chão. Além de dar um aspecto desorganizado à academia, fica difícil encontrar os pesos adequados na hora de se exercitar, além de poder causar um acidente.
- Todos os acessórios possuem um local apropriado para serem guardados. Favor recolocá-los no lugar após sua utilização.

A boa conservação dos materiais e sua correta organização visa facilitar a convivência de todos no local.

Bom treino!

SCORP

(Setor de Corredores de Rua do Paineiras)

1ª Etapa do Revezamento Bertioga- Maresias traz novidades!

A primeira etapa do Revezamento Bertioga – Maresias de 2013 será realizada no dia 18 de maio. O percurso é de 75 km, e a largada será na Praia de Bertioga, litoral de São Paulo, ao lado do Forte Histórico São João.

Mas grandes novidades estão esperando pelos corredores! Nesta primeira etapa será permitido aos atletas dobrarem os percursos, correndo de dois a três trechos seguidos! Essa era uma reivindicação antiga dos corredores, que agora será possível realizar.

Confira os horários de largada:

06h15 - Largada – THE SURVIVORS SOLO (Novo horário)
07h00 - Largada – TRIOS
07h45 - Largada – ABERTA
08h30 - Largada – FORÇA LIVRE (Novo horário)

Athenas, o maior circuito de distância progressiva

O desafio está lançado! A primeira etapa do Circuito Athenas está marcada para dia 19 de maio, em São Paulo. No Rio de Janeiro, essa prova aconteceu no dia 24 de março.

Os circuitos variam a cada etapa: 5km e 10km na primeira 5km, 8km e 16km na segunda e 5km, 10km e 21km na etapa final. A prova permite que os corredores evoluam gradualmente durante o ano. Os corredores que completarem as três etapas estarão concorrendo à disputada Tríplíce Medalha!

O circuito é simbolizado por uma coruja. Para Athenas, a deusa grega, a coruja era sagrada e representava a vitória. Toda vez que ela sobrevoava um campo de batalha, a guerra seria vencida. Para os corredores, a coruja trará muita coragem e disposição para enfrentar o circuito progressivo.

A retirada do Kit será realizada no dia 18 de maio em horário e local ainda não definidos. A largada será dia 19 de maio, às 7h30, na Avenida Nações Unidas, sob a ponte Transamérica.

Corra! Ainda dá tempo de participar!

2ª Etapa Track&Field Run Series- Shopping Villa-Lobos

Um circuito de 10km feito para pessoas apaixonadas por corridas e bem-estar. Uma ótima oportunidade de competir entre amigos!

A organização do evento prioriza a comodidade e a segurança dos participantes. O evento conta com uma ampla estrutura de apoio, acesso facilitado ao estacionamento e estrutura para integração dos atletas e convidados. Uma programação especial também foi montada no último ano, com tendas de fisioterapia e massagem. O número de inscritos é limitado a 3 mil corredores, para melhor andamento da prova. A competição terá classificação geral masculina, feminina e por faixa etária.

Dia: 23 de junho, às 7h
Largada: em frente ao Shopping Villa Lobos

Prova dos Bombeiros!

Venham homenagear nossos verdadeiros heróis na corrida organizada pela Corpore.

Acontecerá dia 30 de junho, no Parque da Independência, no bairro do Ipiranga. O circuito compreende 10km. Vamos correr e zelar pela nossa saúde ao lado da corporação que mais se preocupa em preservar vidas.

**Estas provas fazem parte do ranking interno do Scorp 2013.
Acompanhe a relação das provas no portal do Clube e participe!**

13ª Edição da Corrida e Caminhada GRAACC

Vista essa camisa! Venha correr em prol das crianças e adolescentes com câncer para garantir que elas tenham o direito de alcançar as chances de cura. Toda a arrecadação do evento será revertida para o GRAACC (www.graacc.org.br).

O evento acontece dia 12 de maio, no Ibirapuera, e tem como objetivo divulgar informações sobre o câncer infantil, assim como arrecadar recursos para o tratamento de crianças no Hospital da GRAACC. Além de alguns patrocínios, essa corrida conta com o apoio e estrutura do Paineiras.

Venha participar do Circuito Vênus Feminino

É a chance das pernas femininas mostrarem a sua força! O fim de semana Vênus oferece aulas, atividades e experiências que vão além do esporte.

Reúna as amigas, primas, irmãs e venham correr juntas! Diversão, saúde e muita beleza prometem agitar o bairro do Morumbi, em São Paulo, no próximo dia 16 de junho.



Retirada de Kit:

Dia: 15/06/2013

Horário: das 8h às 18h

Local: Av. Lineu de Paula Machado, 1263 no Jockey Club – Morumbi. (Entrada pelo portão 04 Tribuna Especial 1)

Largada:

Dia: 16/06/2013

Horário: 7h30

Local: Av. Lineu de Paula Machado, 1263 no Jockey Club – Morumbi. (Entrada pelo portão 04 – Tribuna Especial 1)

Mais esclarecimentos sobre as provas do SCORP e ranking interno, com os professores Alex Busnello e Carlos Cherpe.

SCORP na Meia Maratona Netshoes Corpore Internacional de São Paulo

A Meia Maratona Netshoes Corpore Internacional da Cidade de São Paulo aconteceu nos arredores da USP e já por volta das 06h30 inúmeros corredores aquecendo para espantar o friozinho do outono. O domingo, 14 de abril, amanheceu frio, nublado, com uma garoa fina típica da cidade paulistana e temperatura em torno dos 14°C.

O frio que para muitos era desanimador, para outros era a temperatura perfeita para deslanchar pelas ruas da Cidade Universitária em busca do melhor tempo. O aquecimento foi fundamental para animar o público que lotava as ruas da USP, com o intuito de fazer uma excelente prova e aproveitar o dia com os amigos.

O grande vencedor do percurso dos 21,1km foi Fredison Carneiro Costa, com o tempo de 01:07:06, que relatou: *“A Meia Maratona da Corpore é uma prova muito bem organizada. É uma prova bonita, bem arborizada. O clima ajudou bastante e a chuva não assustou. No começo eu sofri um pouco mas pelo 17º, 18º km eu comecei a me sentir melhor e comecei a tentar buscar o atleta que estava na frente. Comecei a liderar, fui feliz e venci a prova!”*

Na categoria feminina quem chegou em primeiro foi Sirlene Sousa de Pinho com o tempo de 01:20:50. Na categoria dos 5km os vencedores foram Irma M. C. Carlos com o tempo de 19:09:38 na categoria feminino, e Ivanildo Dias de Souza com o tempo de 15:12:42, no masculino.

Os grandes destaques do SCORP na prova Meia Maratona Internacional foram o atletas Alvaro Teno, com o tempo líquido de 01h40min57s, Renata Azanha na Meia Maratona, categoria 50/54 anos, 4ª colocada com o tempo líquido de 01h42min47; João Branco na Meia Maratona, categoria 80/99 anos, 4º colocado com o tempo líquido de 02h 38min28s; e Valquíria Martins Ferro nos 5Km, categoria 45/49 anos, 5ª colocada com tempo líquido de 25min56s.

Parabéns aos corredores !

Lembramos que os treinos de ritmo acontecem sempre no último sábado de cada mês. O próximo está agendado para dia 25 de maio.



Coordenador Técnico de Preparação Física do Paineiras é convocado pela Confederação Brasileira de Levantamento de Peso

O Paineiras é um grande polo fomentador de talentos esportivos. Além de colaborar na formação de grandes atletas brasileiros para as mais diversas modalidades esportivas, seus técnicos e coordenadores também costumam auxiliar as seleções de nosso país.

É o caso de Edmilson Dantas, atual Coordenador de Preparação Física do Clube que recentemente, em janeiro, foi convocado para atuar como Coordenador Técnico da Confederação Brasileira de Levantamento de Peso. Conhecido como Dimas, o ex-atleta também atua como Head Coach Potência no Esporte, dando consultoria e aumentando o desempenho dos esportistas em modalidades como Judô, Natação, Naso Sincronizado, Polo Aquático, Vôlei, Levantamento de Peso, entre outras. Dimas começou a trabalhar no Paineiras em 2010.

Edmilson Dantas é conhecido no meio esportivo e possui um currículo invejável. Estudou dois anos e meio em Cuba, para aprimorar seus conhecimentos específicos sobre Levantamento de Peso. Em 1985, idealizou o LPO SYSTEM e desde então se dedica a ensinar o método para preparação de atletas e condicionamento físico, bem-estar e reabilitação.

Participou como atleta dos Jogos Olímpicos de Seul (1988), Barcelona (1992) e Atlanta (1996) e conquistou 5 medalhas em Jogos Pan-Americanos de 1991 a 1995. Foi tricampeão nos Jogos Sul-Americanos, tendo conquistado 12 medalhas.

Como técnico, Dimas contribuiu para a classificação do Brasil para os Jogos Olímpicos de Beijing, foi técnico da Seleção Brasileira nos Jogos Pan-Americanos do Rio (2007), chefe de equipe e técnico nos Jogos Olímpicos de Beijing (2008), 4 vezes campeão Pan-Americano (individual), 15 vezes campeão Brasileiro (equipe). Quando não esteve trabalhando diretamente como atleta ou técnico nas olimpíadas, atuou como comentarista esportivo. Atualmente também ministra cursos.

“É autor do Livro Força e Potência no Esporte que traz os fundamentos teóricos, método de treino, demonstração de exercícios e muito mais sobre o LPO System. A obra conta com o prefácio de ninguém menos que José Roberto Guimarães, técnico da Seleção Brasileira de Vôlei.”

Sobre sua convocação, Dimas comenta, “Hoje faço toda a parte de coordenação da equipe técnica da Confederação de Levantamento de Peso, visando às Olimpíadas de 2016. Sou interlocutor da organização e atuo tanto na parte organizacional quanto na análise do desempenho direto dos atletas para melhorar o rendimento para os próximos jogos olímpicos”. O Brasil tem apenas cinco vagas para preencher no levantamento de peso e ainda tem pouca tradição no esporte. “Nossa intenção é tentar chegar ao bronze olímpico, mas o esporte ainda é pouco difundido em nosso país e leva-se muito tempo para formar um atleta de ponta, de 10 a 14 anos. Acredito que daqui para frente essa modalidade irá se desenvolver e novos talentos surgirão. Hoje os principais atletas brasileiros com chances de medalhar são Fernando Reis e Jacqueline Ferreira”, conclui Edmilson.

O Clube Paineiras deseja toda a sorte ao coordenador técnico na sua nova empreitada, na certeza de sua colaboração com o desenvolvimento do esporte e dos atletas no Brasil.

Parabéns, Dimas!



2º Interclubes e Associações de Beach Tennis

Agora foi a vez da categoria Masculina entrar em quadra.

Os primeiros jogos foram da categoria 45+ Masculina e aconteceram dia 9 de março, no Clube Esperia. O clima era de total confraternização e diferentes clubes marcaram presença como o Esperia, a Associação Santista de Beach Tennis, a Associação dos Engenheiros e Arquitetos de Santos e o Paineiras. Os jogos foram disputados e bem animados.

Entre os atletas paineirenses estavam Henrique Carvalho, Emilio Mathias Junior, Fábio Tassi e Luiz Claudio Carvalho.

No dia 23 de março foi a vez da categoria C Masculina entrar na disputa, só que agora na quadra do Paineiras, com os atletas José Luis Pinto, Henrique Carvalho, Flávio Bulcão e Carlos Allievi.

Esse evento é realizado pela Liga metropolitana de Beach Tennis, organizado pela ASBT (Associação Santista de Beach Tennis) em parceria com a Federação Paulista de Tênis.



Fábio Tassi e Luiz Claudio Carvalho, à esquerda



Henrique Carvalho e Emilio Mathias Junior intercalados com Associação dos Engenheiros e Arquitetos de Santos



Henrique Carvalho, José Luis Pinto, Flávio Bulcão e Carlos Allievi



Carlos Allievi e Henrique Carvalho com a equipe do Esperia

Clínica de Beach Tennis com Guilherme Prata - O nº1 do Brasil



No dia 4 de Maio - sábado - o carioca Guilherme Prata, atualmente ocupando o posto de 11º do ranking mundial da ITF (International Tennis Federation) já consagrado mundialmente devido à participação em vários torneios Internacionais, virá ao Paineiras ministrar uma clínica para os associados que querem aprender ou aperfeiçoar a prática desta nova modalidade que está tomando conta das praias e clubes do Brasil.

Venha prestigiar este encontro imperdível.

Data: 4 de maio - sábado
Horário: a partir das 13h
Valor por pessoa: R\$ 30,00
***Maior de 14 anos**
Inscrições na Central de Atendimento - CAT

1º Paineiras Open Classic de Tênis Azevedo & Travassos

Paineiras realizará para os associados a primeira edição do Torneio Paineiras Open Classic, a partir do dia 13 de maio. Serão aproximadamente 10 dias de competições, considerando os jogos finais programados para o dia 25 de maio, com o grande encerramento.

Inscrições na Central de Atendimento – CAT, através dos e-mails: paulo.esportes@clubepaineiras.com.br/
antonioava.esportes@clubepaineiras.com.br ou pelo telefone (11) 3779.2102, com Paulo, até dia 09 de maio.

Categorias:

- Masculino Simples 35 a 49 anos (Master) e 50 anos + (Sênior) – classes: 1ª - 2ª, 3ª - 4ª e 5ª - principiantes, conforme os inscritos.
- Feminino Duplas acima de 30 anos (Star) – formação através de sorteio, com cabeças-de-chave.

Os vencedores do torneio serão condecorados com o Troféu Grand Slam + premiação. Os vice-campeões receberão medalhas e brindes.

As inscrições serão até dia 09 de maio e darão direito a 1 camiseta do evento.

Não percam! Nossos tenistas prometem momentos de grande emoção nesse campeonato!

Patrocínio:



Abertas as pré-inscrições para o Tênis Recreativo

Os associados do Clube já podem garantir a pré-inscrição para as aulas de Tênis Recreativo do segundo semestre de 2013. Os procedimentos estão disponíveis na Central de Atendimento ou no Portal do Clube. Lembramos que essa pré-inscrição não garante a vaga na prática esportiva.

Para os alunos novos acima de 12 anos (ou que completar em essa idade até o final do ano), as pré-inscrições devem ser realizadas no período de 2 a 28 de maio, mediante apresentação do “teste de nível”, realizado pelos professores. O sorteio eletrônico das vagas acontecerá dia 29 de maio, quarta-feira, às 11h, na Central de Atendimento. Após o sorteio a matrícula será automática. O resultado do sorteio estará disponível após o dia 31 de maio, no mesmo local ou no portal do Clube.

As vagas remanescentes serão divulgadas dia 26 de junho e as aulas iniciarão dia 5 de agosto.

Para os alunos novos que ainda precisam fazer os testes de níveis, eles podem ser realizados de segunda à sexta, durante as aulas.

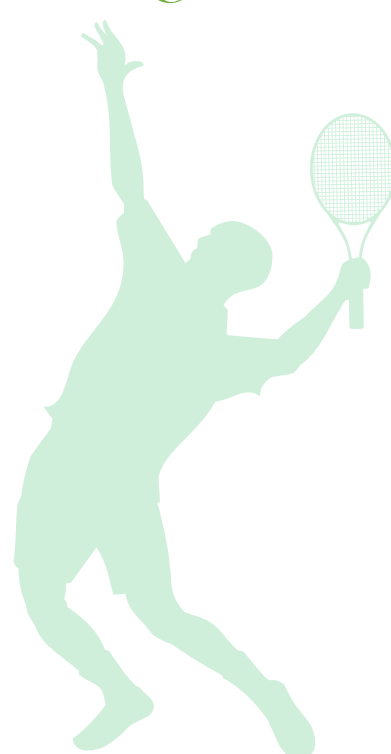
Já para os **alunos antigos**, acima de 12 anos (ou que completar em essa idade ainda este ano), devem providenciar a pré-inscrição no período

de 1º a 21 de junho, também mediante apresentação do “teste de nível” realizado pelos professores. O sorteio eletrônico das vagas acontecerá dia 22 de junho, sábado, às 11h, na Central de Atendimento. A matrícula é automática. O resultado sairá no dia 25 de junho, no mesmo local ou no site do Clube.

As vagas remanescentes serão divulgadas após dia 25 de junho e o início das aulas será dia 5 de agosto.

Os testes de níveis são realizados durante as aulas.

Fique de olho!



Tênis em dupla, uma ótima opção de esporte para praticar com os amigos!

Para quem procura aulas bem dinâmicas ao lado de amigos e familiares, o tênis em dupla é uma boa dica. As aulas são planejadas por professores experientes e contam sempre com novidades para tornar a prática mais agradável e divertida. Uma boa opção para quem quer aprender um novo esporte ou para quem deseja aprimorar a parte técnica.

O tênis em dupla é um bom exercício físico que aprimora a coordenação motora, o tempo de reação, o aspecto aeróbico e físico do organismo, a concentração do esportista e ainda melhora a autoestima e o bem-estar, possibilitando uma maior socialização e integração dos participantes.

O tênis recreativo também promove alguns eventos semestrais e torneios, como o torneio entre pais e filhos, para motivar ainda mais os jogadores.

O Clube conta com professores qualificados como Antônio Carlos, Francisco Vieira, Eli Moreira, Benedito Ferreira, Iran Anchieta e Evaldo Souza. Eles estão aguardando a sua visita nas quadras!

Horários das aulas:

segunda a sexta, das 7h às 22h
Aulas de uma hora por semana



Torneio Mães & Filhos



Para promover maior integração entre mães e filhos tenistas, pelo quarto ano consecutivo, o Clube realiza este torneio. Em 2013 o torneio acontece na véspera do Dia das Mães, no dia 11 de maio, a partir das 12h.

No mesmo dia haverá uma clínica com exercícios específicos da modalidade e fundo musical em homenagem às mães. Para participar da clínica não será necessário fazer a inscrição. O evento acontecerá nas quadras 1 e 2, das 11h às 13h.

Venha jogar Tênis e se divertir ao lado de sua mãe. É só chegar e participar. Será uma comemoração diferente e saudável! Vocês vão adorar a experiência!



XIV Torneio Interníveis de Tênis Recreativo

O Torneio proporcionará o duelo entre os alunos do Tênis Recreativo do primeiro semestre. Eles irão competir de acordo com suas categorias e de forma bem nivelada, tendo a presença não só de homens, mas também das mulheres.

As categorias serão:

- "A" masculino e feminino
- "B" masculino e feminino
- Juvenil

Organizado pelos professores do Tênis Recreativo, o torneio acontecerá nos dias 18, 19, 25 e 26 de maio.

Acompanhem os jogos na programação esportiva disponível no portal do Clube.



Foto ilustrativa

Squash, a nova mania dos paineirenses

O esporte praticado com raquetes, uma pequena bola oca de borracha, por dois ou 4 jogadores, numa quadra fechada com paredes de vidro, está conquistando cada dia mais adeptos.

O Squash é a nova mania dos paineirenses!

E para incentivar ainda mais essa prática, o Clube reduziu o preço das aulas de Squash, que agora passam a custar apenas R\$ 120,00 mensais! Imperdível!

Novidades:

Em abril, o Paineiras afiliou-se à Federação Paulista de Squash cujo presidente eleito, em março de 2013, Sr. Fernando Augusto de Lima Mendes Junior, é associado de nosso Clube.

Apoio:



Torneio de Páscoa

As finais do torneio de Páscoa 2013, ocorreram no dia 24 de março com jogos disputadíssimos.

Na Categoria D, Olavo Bevilacqua venceu o Carlo Hauschild por 3 games diretos. Na Categoria C, Carlos Pimenta venceu o Fernão por 3x1.

Na Categoria B, a final mais disputada do dia, a vitória foi de Maurício Lukosaitis sobre o Hélio Silva em 3x2, sendo 11x8 no último game.

Na Categoria A, contrariando as expectativas, Jema bateu o Guilherme Franco em 3 games diretos num jogo duro, com longos rallys e algumas jogadas voadoras.

Após o torneio, os atletas confraternizaram com churrasco, animação e música.

Nosso Presidente Sérgio Henri Stauffenegger, prestigiou ao assistir todas as finais, bem como o Vice-Presidente Aldo Saltini e o Diretor Secretário Luiz Antônio Dias Martins de Oliveira. Aldo e Luiz Antônio participaram do nosso churrasco de confraternização que contou também com a presença do presidente do conselho Luís Augusto Bulcão Carvalho.



Olavo Bevilacqua e Carlo Hauschild Finalistas da Categoria D



Carlos Pimenta e Fernão Oliveira Finalistas da categoria C



Maurício Lukosaitis e Hélio Silva Finalistas da categoria B



Arquibancada Cheia e presença ilustre de nosso presidente Sérgio Stauffenegger.



Luis Renato "Jema" e Guilherme Franco Finalistas da Categoria A



Jaime Oncins, Flávio Bevilacqua, Daltro, Tata, Marcelo Dias, Aldo



Sérgio Tufano, Angélica, Aldo, Luis Antonio no Churrasco de confraternização.

Torneio de Inverno de Squash - 2013

Torneio de Equipes de Squash 2013 está próximo e vale troféus para os finalistas! Mas o maior prêmio, sem dúvida nenhuma, é a solidariedade e a amizade entre os atletas.

O Torneio de Inverno acontece entre os dias 14 e 25 de maio, nas quadras de Squash do nosso Clube.

Mais informações nos blogs do Squash ou no portal do Paineiras.



XXV Campeonato Paulista de Peteca

A primeira etapa do Campeonato Paulista de Peteca aconteceu nos dias 6 e 7 de abril, no Clube Monte Líbano de São José do Rio Preto.

O Paineiras está disputando o campeonato ao lado de outros importantes clubes de São Paulo e do interior, como o Círculo Militar de São Paulo, Sport Club Corinthians Paulista, Esporte Clube Pinheiros, Nova Odessa, Clube Monte Líbano, Americana, Sociedade Esportiva Sanjoanense, entre outros.

A segunda etapa acontecerá nos dias 8 e 9 de junho, em São João da Boa Vista, na Sociedade Esportiva Sanjoanense. A terceira etapa está prevista para os dias 27 e 28 de julho, nas quadras do Paineiras. Imperdível! A quarta etapa será em setembro, nos dias 28 e 29, em São José do Rio Preto, no Clube Monte Líbano.

O Campeonato Paulista é a única competição oficial organizada pela Federação Paulista de Peteca para compor a seleção estadual que representará nacionalmente a entidade. Nos Campeonatos nacionais de seleção, é vetada a participação da Seleção Paulista de Atletas que não disputam o Campeonato Estadual.

No ano passado, o Paineiras disputou esse campeonato em diversas categorias. Este ano os jogos serão ainda mais acirrados.

Não percam!



2º lugar - Master IV
Antonio Carlos Bezerra e Augusto Perovano



2º lugar - Master III
Emilio Geraisatti, Paulo Pratscher, Jose Carlos Degaspere



3º lugar - Senior - Caio Luccas e Paulo Isola

TAM
VIAGENS

Quem disse que inverno é pra ficar dentro de casa?

Aproveite a temporada de neve TAM Viagens Morumbi e divirta-se neste inverno!

EXPERIÊNCIA
BARILOCHE
por TAM Viagens
07 NOITES - ALMA DEL LAGO SUITE E SPA

- Aéreo de ida e volta
- 7 noites de hospedagem com café da manhã
- Passeio ao Circuito Chico e Cerro Cathedral (não inclui ingresso de ascensão)
- 1 Drink de boas vindas na cava "La Pura Cepa" (não inclui transporte)
- 1 refeição no Restaurante Dum Molina (não inclui transporte)
- 1 ingresso a Fábrica de Chocolates Frantom (não inclui transporte)
- 1 gorro de inverno (entregue em Bariloche)
- 2 horas de Ski com equipamentos (esquí, botas e bastões) e passe
- 1 dia de roupa de neve (jaqueta, calça e botas)
- Transporte aeroporto / Hotel / aeroporto
- Pontos Multiplus
- Seguro viagem
- Bolsa de viagem

Entrada de US\$ 449,55
+ 9x US\$ 283,05
Ou a vista US\$ 2.997,00

Saída 06 de julho

A aula de ski não é válida para menores de 12 anos e roupa de neve não inclui luvas.

EXPERIÊNCIA
SANTIAGO E VALLE NEVADO - SKI
por TAM Viagens
05 NOITES - HOTEL FUNDADOR

- aéreo de ida e volta
- 5 noites de hospedagem em Santiago com café da manhã
- traslados de chegada e saída
- 2 dias inteiros de passeios ao Valle Nevado*
- 1 dia inteiro de passeio ao Centro de Ski Putillo*
- 1 dia inteiro de passeio ao Centro de Ski El Colorado*
- Pontos Multiplus
- Seguro viagem
- Bolsa de viagem

Entrada de US\$ 211,95
+ 9x US\$ 133,45
Ou a vista US\$ 1.413,00

Saída de junho à setembro

Os passeios não incluem aulas, equipamentos, roupas, tickets aos meios de elevação e refeições.

TAM Viagens Morumbi - preços especiais e atendimento diferenciado

Preços por pessoa em apto DBL, calculados em 14/04/2013. Os preços são baseados na rota da TAM Linhas Aéreas de menor tarifa entre as cidades, não válidos para congressos, feiras e eventos. Reservas sujeitas à disponibilidade do produto anunciado. *Consulte nossa política de financiamento. **Os preços em dólares americanos/euro serão convertidos para real pelo câmbio do dia da compra. A TAM Viagens reserva-se o direito de alterar aviso, os preços anunciados, conforme acertos de valores a serem feitos no ato da confirmação da reserva, assim como as datas de validade. Valores somente cotados, nada reservado e sem taxa de embarque.

CONHEÇA OS SERVIÇOS QUE A TAM VIAGENS OFERCECE.

TAM Viagens MORUMBI - (11) 4323-7233
Rua Dep João Sussumu Hirata, nº 449 - Morumbi - São Paulo
atendimento.lojamorumbi@agentetamviagens.com.br

SEFFE e SAT promovem Festival de Páscoa para os pequenos atletas

O Setor de Educação Física e Formação Esportiva (SEFFE), juntamente com o Setor de Aperfeiçoamento Técnico (SAT) promoveram dias incríveis, de muita diversão, na comemoração da Páscoa com os nossos atletas em formação.

Acqua Baby

Em clima de Páscoa, as crianças da piscina Kids caçaram ovinhos, cantaram e se divertiram muito durante as aulas festivas. As atividades aconteceram nas turmas de Acqua Baby, nos dias 22 e 23 de março. Entre os dias 25 e 28 de março, as turmas de Natação Kids e Nível 1 comemoraram a Páscoa com ovos e brincadeiras! Ao todo, 450 alunos participaram dessa grande festa!

Squash

A festa aconteceu dia 23 de março, na quadra 4 de Squash, no período da tarde. Alunos entre 8 e 15 anos competiram entre eles e todos foram premiados com ovos de Páscoa. Foram disputados 13 jogos e o campeão foi Henrique Di Croce Wohnrath. Os professores Osvaldo e Cauê participaram da organização do evento.

Educação do Movimento e Iniciação Esportiva

Cerca de 250 alunos participaram da Festa de Páscoa! Teve muita diversão e caça ao coelho! Os alunos seguiram as pegadas deixadas pelo coelhinho, procurando a cesta dos ovos de chocolate. Os professores Júlio, Tatiane, Rodrigo e Isabela participaram dessa caçada. O evento aconteceu entre os dias 25 e 28 de março.

O Festival foi um sucesso entre a criançada!

Crianças dão show de aptidão no Torneio Interníveis de Tênis

O evento ocorreu como uma aula, mas surpreendeu os pais presentes. Nos dias 23 e 24 de março, crianças do nível 1 (7 e 8 anos), nível 2 (9 e 10 anos) e nível 3 competiram nas quadras do Paineiras, mostrando tudo que aprenderam durante as aulas.

Os pais ficaram admirados ao ver seus filhos com tão pouca idade já dominando a quadra, com movimentação técnica e alguns jogadores já demonstrando certa experiência.

No nível 1 (7 a 8 anos), Henrique Maretti foi o grande vencedor do campeonato e Luca Carvalho foi o vice-campeão.

No nível 2 (9 e 10 anos), André Helena levou o título de campeão e Pedro Cattaruzzi ficou com o segundo lugar.

No nível 3, o destaque foi o aluno Pedro Sampaio que venceu o campeonato. Fernando Sodré foi o vice-campeão dessa categoria.

Esses atletas representam o futuro do tênis paineirense!

Parabéns aos pequenos tenistas!



Paineiras vence amistoso contra Basquetebol Total de Osasco

O nome que vem do inglês basketball, que significa literalmente “bola na cesta”. E foi assim, fazendo muitas cestas, que as equipes masculinas paineirenses de basquete sub 14 e sub 16 jogaram o amistoso contra o projeto Social de Osasco-Basquetebol Total.

O jogo aconteceu no dia 23 de março, na quadra do Ginásio Velho, do Clube Paineiras. Dezesete alunos participaram do amistoso. Thomas Mujica Peebles, atleta sub 14, e Rafael Molines Ismael, Sub 16, se destacaram pelo excelente desempenho durante as partidas. Foram dois jogos que provaram que a dedicação de nossos atletas é fundamental na hora de superar limites.

Para o professor Ari Rodrigues,

“É sempre bom nossos alunos participarem de jogos amistosos, vivência esportiva é fundamental para o crescimento do aluno”.

Confira os resultados:

Sub 14 Paineiras (28) x (14) Basquetebol Total

Sub 16 Paineiras (48) x (28) Basquetebol Total



Basquete Paineirense participa de Torneio no Monte Líbano

A equipe sub 14 participou do Torneio de Basquetebol realizado no Clube Atlético Monte Líbano, no dia 6 de abril.

O objetivo principal desse evento é estimular os alunos a desenvolverem experiências competitivas.

Sob orientação do professor Ari Rodrigues, o time paineirense fez uma bonita partida, e o aluno Alexandre Macedo se destacou, marcando 14 pontos para o Paineiras. Além dele, participaram do torneio os alunos Felipe Robattino, Pedro Serra, Patrick Peebles, Thomas Peebles, Fernando Mauad, Lucas Breviglieri, César Ramirez e Rodrigo Contijo.

Parabéns aos atletas pelo desempenho e espírito competitivo!



Futsal, o esporte da “bola pesada”

Assim ficou conhecido o futebol de salão. No início era jogado com cinco, seis ou sete jogadores em cada equipe. As primeiras bolas eram de serragem, crina vegetal ou de cortiça granulada; mas pulavam muito e saíam das quadras com frequência. Com o tempo, resolveram diminuir o tamanho da bola e aumentar o seu peso, por isso o futsal ganhou o apelido de “esporte da bola pesada”. Acredita-se que, no Brasil, a modalidade tenha surgido por volta de 1940, por frequentadores da Associação Cristã de Moços, em São Paulo, pois havia grande dificuldade de achar campos livres para poderem jogar e começaram a praticar o futebol nas quadras de basquete e hóquei.

O esporte ganhou popularidade e hoje, só no Paineiras, a modalidade conta com 240 jogadores em formação, com idades entre 5 e 17 anos.

Ao ingressar nas turmas de futsal do Clube Paineiras, os alunos passam por uma sequência pedagógica de ensino de acordo com a faixa etária. Esse aprendizado desenvolve as habilidades motoras como força explosiva, agilidade, flexibilidade, equilíbrio, resistência muscular, locomoção e coordenação. Também aprende fundamentos técnicos como dribles, passes, recepção, domínio, condução, finta e chute. E desenvolve fundamentos táticos com esquemas defensivos e ofensivos. O esporte promove a socialização dos praticantes, o espírito de equipe, respeito e disciplina. Também ajuda o aluno a aprender a lidar com a competição, tanto na derrota, quanto na vitória; desenvolvendo uma maior autoestima.

O Clube possui turmas em treinamento com 60 alunos. São 22 turmas divididas no período da manhã e tarde. As aulas acontecem nas segundas e quartas-feiras, ou nas terças e quintas-feiras e são divididas de acordo com a idade e sexo do aluno. Existem também as turmas mistas.

As aulas são bem dinâmicas, mas para motivar os alunos, o Clube promove vários eventos durante o ano como a Copa Sindi-Clube de Futsal (de abril a novembro), o Festival de Inverno de Futsal (junho), o Festival de Escolas de Esportes (setembro) e muitos outros festivais internos e externos.



**Traga seu filho para bater uma bola conosco!
Ele vai adorar fazer parte dessa divertida equipe!**

**Mais informações nos telefones
3779-2000 (Central de Atendimento)
ou 3779- 2103/2115 (Departamento
de Esportes Formativos).**

Torneio da Amizade do Paineiras espera reunir mais de 350 judocas

Nosso tradicional **Torneio da Amizade** acontece no dia 18 de maio, a partir das 9h, na quadra do vale.

A expectativa é receber aproximadamente 350 judocas, entre 5 e 15 anos, pertencentes a 7 diferentes agremiações: Colégio Objetivo Teodoro Sampaio e Alphaville, Colégio Pueri Domus, Colégio St. Paul, Sociedade Harmonia Tênis Clube, entre outros. O evento também contará com a apresentação das crianças de 3 e 4 anos que estão iniciando nessa modalidade esportiva e que fazem parte da turma inserida na grade do SEFFE de 2012. O Judô é um dos esportes olímpicos que mais rende medalhas ao Brasil e é notório o interesse das crianças e dos jovens pela prática dessa arte marcial.



64



PAINEIRAS

CAMP

Venha participar do 64º Paineiras CAMP

Não percam! O 64º Paineiras Camp está chegando! Serão duas semanas de pura diversão!

Especialmente criado para atender as crianças que não vão viajar, e para os pais que desejam tirar os pequenos de frente do computador e dos games, com atividades monitoradas e super animadas, o Paineiras CAMP está aí!

Muitas novidades aguardam as crianças! Esse ano o Paineiras CAMP acontecerá nas semanas de 1º a 6 de julho, e de 15 a 20 de julho. As férias estão garantidas!

As inscrições deverão ser realizadas a partir do dia 27 de maio (segunda-feira), na Central de Atendimento. Não perca tempo! Vagas limitadas, que serão preenchidas por ordem de chegada.

Mais informações nos telefones 3779-2000 (Central de Atendimento) ou 3779-2103/2115 (Departamento de Esportes Formativos).

Área Formativa promove reunião com Pais das Turmas de Treinamento

Os pais dos alunos entre 9 e 17 anos, das turmas de Basquetebol, Futebol de Campo, Futsal e Voleibol, participaram de reuniões pedagógicas organizadas pela área formativa. Os encontros aconteceram nos dias 26 de março, 10 e 14 de abril, no Piano Bar do Clube.

As reuniões tiveram como intuito apresentar de forma geral o Departamento de Esportes, com a estrutura e os objetivos da Área Formativa. Na ocasião, os pais obtiveram conhecimento sobre o regulamento das Turmas de Treinamento, o planejamento das modalidades Coletivas e o calendário das competições de 2013.



Agradecemos a presença e o interesse dos pais presentes.

Matrículas e rematrículas para os alunos da Natação

O Setor de Educação Física e Formação Esportiva (SEFFE) informa que as rematrículas de Natação devem ser efetuadas na Central de Atendimento entre os dias 24 e 28 de junho. O sorteio da matrícula acontecerá dia 29. As trocas de horários para a segunda opção só ocorrerão nos dias 1º e 2 de julho.

Os testes para os alunos novos serão efetuados de 3 a 28 de junho. As matrículas deverão ser efetivadas de 3 a 6 de julho. O sorteio da matrícula acontecerá no dia 8 de julho.

As vagas não serão preenchidas por ordem de chegada. Se o número de alunos inscritos for inferior ao número de vagas disponíveis, o sistema informatizado preencherá as vagas com todos os inscritos automaticamente. Caso o número de alunos seja maior que o número de vagas disponíveis, o sistema informatizado indicará quais turmas necessitam de sorteio. O resultado do sorteio será divulgado na Central de Atendimento ou no portal do Paineiras, www.clubepaineiras.com.br.

Fique atento: o início das aulas do segundo semestre será dia 5 de agosto.

Anote na agenda!

Confira o calendário de aulas dos cursos do SEFFE / SAT

Maio

Dia 01, quarta-feira: feriado, não haverá aula
Dia 29, quarta-feira: aulas opcionais para todos os cursos
Dia 30, quinta-feira: feriado, não haverá aula
Dia 31, sexta-feira: aulas opcionais para todos os cursos

01	29	30	31
----	----	----	----

Junho

Dia 01, sábado: plantão para aulas na Piscina Kids - opcional
Dias 24 a 28: rematrícula para alunos inscritos na Natação SEFFE
Dia 29, sábado: sorteio de matrícula para alunos inscritos na Natação SEFFE
Dia 29, sábado: término das aulas no 1º semestre

01	24	28	29
----	----	----	----

Julho

Mês de férias: não haverá aulas para todos os cursos SEFFE / SAT

Agosto

05

Dia 05, segunda-feira: início das aulas no 1º semestre

Setembro

06 07

Dia 06, sexta-feira: aula opcional para todos os cursos
Dia 07, sábado: feriado, não haverá aulas

Um intercâmbio para quem quer enriquecer suas experiências pessoais

Hoje em dia, fazer um intercâmbio já se tornou algo imprescindível para o currículo. Estudar no exterior, adquirir vivência internacional e fazer um curso lá fora, certamente, contam muitos pontos positivos para a conquista de um bom emprego na volta para o Brasil.

O que muitas pessoas estão descobrindo agora é que existe uma outra modalidade de intercâmbio, o Trabalho Voluntário no Exterior, que resulta numa experiência incrível e que, além de vantagens para o currículo, traz uma satisfação pessoal procurada por muitos intercambistas.

Nos últimos três anos, a procura por esse tipo de programa cresceu cerca de 200%. A prática do voluntariado é bem comum em países europeus e norte-americanos. Já no Brasil, a modalidade ainda é recente, mas esse engajamento está atingindo cada vez mais brasileiros que buscam aprendizado e imersão em outras culturas. No âmbito profissional, o intercâmbio para Trabalho Voluntário é muito bem visto, pois as empresas dão prioridade para pessoas engajadas e com vivência internacional. Além disso, voluntariar demonstra que o profissional se preocupa com o bem estar do próximo e que tem habilidade para trabalhar em equipe, características valorizadas no momento da contratação.

Para quem tem vontade de ajudar mas não sabe por onde começar, a dica é resolver primeiro como gostaria de trabalhar. Dentre as opções mais procuradas estão: auxílio a professores da rede pública de ensino, cuidado e orientação às crianças que vivem em orfanatos, auxílio no cuidado de idosos que vivem em asilos, realização de atividades ambientais voltadas à preservação e aos cuidados dos animais nativos de determinados países (principalmente na África). Depois de escolher o que fazer, o futuro voluntário deve pesquisar sobre os países para onde pode embarcar. Existem muitos projetos que aceitam voluntários na África do Sul, Namíbia, Botsuana, Índia, Peru, entre outros destinos onde é possível fazer o bem e conhecer um pouco da cultura e das paisagens também como turista.

Dicas para quem quer voluntariar no exterior:

- Procure uma empresa séria para te ajudar com os trâmites. É importante que você defina, antes do embarque, o projeto onde vai trabalhar.
- Pesquise sobre o país para onde vai viajar. Saber sobre os costumes básicos pode te ajudar a se livrar de situações indesejadas.
- Tenha consciência de que você está indo para ajudar no que for preciso, ainda que, às vezes, tenha que realizar alguma tarefa não muito empolgante.
- Voluntariar no exterior é enriquecedor. Esteja aberto a viver todas as experiências afinal, existem coisas que podem não se repetir.



Embarque para fazer o bem

Seja voluntário na África do Sul, Nepal, Botsuana, Namíbia, Peru ou Índia e faça muito mais que uma viagem!

Com a CI, você ajuda a construir um mundo melhor unindo **APRENDIZADO, DIVERSÃO E TURISMO** em uma só experiência.

Fale com um Consultor CI e saiba mais!



/ci.intercambio



@ci_intercambio



ci.com.br/blog

Rede CI. Mais de 60 lojas em todo o país.

CI Morumbi

Av. Dr. Guilherme Dumont Vilares, 980
Tel.: (11) 3501.2078
morumbi@ci.com.br



você aprende com o mundo

ci.com.br

Agenda - Maio e Junho

● Eventos Esportivos ● Eventos Socioculturais ● Eventos Institucionais

1º a 31/05 Torneio ACESC de Tênis de Campo Adulto Interno e Externo, conforme tabela	1º a 31/05 Torneio ACESC de Squash Interno e externo, conforme tabela	1º a 31/05 Copa Sindi-Clube de Voleibol Master Interno e externo, conforme tabela	1º a 31/05 Copa do Clube Paulistano 2013 de Futebol Master Interno e externo, conforme tabela
1º a 31/05 VIII Super Copa Interna de Futebol de Campo 7h50 – Campo Conforme tabela	1º a 31/05 Campeonato Interno de Snooker – Regra Brasileira 20h – Pavilhão de Jogos Conforme tabela	1º a 31/05 Campeonato Interno de Snooker – Regra Inglesa 20h – Pavilhão de Jogos Conforme tabela	01/05 Polo Aquático Campeonato Paulista Sub 19 10h30 - SESI
01/05 Polo Aquático Campeonato Adulto 20h45 – E.C. Pinheiros	02/05 Polo Aquático Campeonato Paulista Sub 15 20h45 – Piscina Olímpica	04 e 05/05 Bazar das Mães 10h – Salão Nobre	04 e 05/05 Feira Flamenca 10h – Plataforma Infantil
04/05 Festival Interno de Ginástica Artística 9h às 16h – Ginásio de Ginástica Artística	04/05 Sábado Musical Clássicos da MPB, com Julius Mardan 21h30 – Piano Bar	04/05 Clínica de Beach Tennis com Guilherme Prata 13h - Quadra de areia	05/05 Campeonato Brasileiro de Supino Ribeirão Preto
05/05 Polo Aquático Campeonato Paulista Sub 17 9h – Piscina Olímpica	05/05 Polo Aquático Campeonato Paulista Sub 16 10h15 – Piscina Olímpica	05/05 Polo Aquático Campeonato Paulista Adulto 11h30 – Piscina Olímpica	09, 10 e 11/05 Vacinação contra a gripe 9h – Centro Médico Informações página 41
10/05 Sexta Nobre Dançante, com Banda Intercâmbio 21h30 – Restaurante das Cúpulas	11/05 Educação do Movimento Gincana Dia das Mães 9h – Quadras do Vale I e II	11/05 Torneio e Clínica de Tênis Mães e Filhos 11h – Quadras 1 e 2	11/05 Sábado Musical Noite do Jazz, Soul e Clássicos do Rock, com 3 no Swing 21h30 – Piano Bar
12/05 SCORP Corrida GRAACC 8h – Ibirapuera	12/05 Almoço Dia das Mães 12h – Salão Nobre	13/05 a 23/05 1º Paineiras Open Classic de Tênis Azevedo & Travassos Conforme tabela	13/05 Polo Aquático Campeonato Paulista Adulto 20h30 – C.A. Paulistano

14/05	14/05	14 a 19/05	14 a 25/05
Polo Aquático Campeonato Paulista Sub 13 19h – E.C. Pinheiros	Polo Aquático Campeonato Paulista Sub 17 20h45 – Piscina Olímpica	Natação - Campeonato Brasileiro Junior e Sênior 7h – Curitiba/PR	Torneio de Inverno de Equipes de Squash Conforme tabela
16/05	17/05	18 a 26/05	18 a 26/05
Tarde entre Amigas Almoço Beneficente em prol do Grupo Zaira Pitt 13h – Salão Nobre	Sexta Nobre Dançante, com Super Banda S/A 21h30 – Restaurante das Cúpulas	XIV Interníveis de Tênis Recreativo 14h às 18h Conforme tabela	Tênis Circuito Nacional dos Correios 9h – São José do Rio Preto/SP
18/05	18/05	18/05	18/05
1º Quali Vida Paineiras Circuito Interno de Saúde Saguão Social	Judô Torneio da Amizade 9h – Quadras do Vale I e II	SCORP 1ª Etapa do Revezamento Bertioga-Maresias 06h15 - Praia de Bertioga	Teatro Infantil "Marcelo, Marmelo, Martelo e outras histórias" 11h - Cineteatro
18/05	18/05	20/05	24 a 26/05
Polo Aquático Campeonato Paulista Sub 17 13h – Bauru/SP	Sábado Musical Tributo ao Samba, com Renata Pizi 21h30 – Piano Bar	Polo Aquático Campeonato Paulista Adulto 21h – A Hebraica	Natação Campeonato Brasileiro Junior e Sênior 7h – SESI
24/05	24 a 26/05	25 e 26/05	25/05
Noite do Buteco, com Jair Rodrigues 21h30 – Salão Nobre	Natação Festival Sudeste Petiz 14h – Belo Horizonte/MG	Grand Prix de Modalidades Basquete, Handebol e Voleibol 9h – Ginásio Velho, Quadras I e II	Natação Torneio Don Peixoto 8h – Santos/SP
25/05	25/05	30/05	01/06
XIV Encontro de Sapateado 15h e 17h – Cineteatro	Sábado Musical Noite do Chorinho, com As Choronas 21h30 – Piano Bar	Roda de Capoeira 19h – Sala de Capoeira	Sábado Musical Indjoy - Música pela Preservação Ambiental 21h30 – Piano Bar
12/06	15 e 16/06	Quartas	Quintas
Noite dos Namorados - Jantar Restaurante das Cúpulas	44º Arraiá do Paineiras Programação Completa nas páginas 34/35	Rachões de Futebol 19h - Campo e Society	Videokê 20h - Piano Bar
Sábados	Cine Paineiras		
Rachões de Futebol 7h - Society 8h30 - Campo	Sessões Adultas Sextas – 20h30 Sábados, domingos – 19h Programação completa nas páginas 32/33	Sessões Infantis Sábados e domingos – 16h Programação Completa na página 38	

Serviços que você encontra no Paineiras:

Academia

(Complexo Fitness) – 3779.2107

Horário de atendimento:
Segunda a sexta: 6h às 22h
Sábado: 6h às 19h
Domingo e feriado: 7h às 18h

Achados e Perdidos

(Em frente à Biblioteca) – 3779.2131

Horário de atendimento:
Segunda a sexta: 8h às 20h
Sábado, domingo e feriado: 8h às 17h

Biblioteca Paineiras

(Piso 1s – ao lado do Bradesco) – 3779.2054

Horário de atendimento:
Segunda a sexta: 8h às 18h
Sábado: 8h às 17h
Domingo e feriado: 9h às 13h

Bolicho (Pavilhão de Jogos) – 3779-1700

Horário de atendimento:
Segunda a sexta: 10h às 23h
Sábado, domingo e feriado: 9h às 23h

Bradesco – agência e caixa eletrônico

(Piso 1s – ao lado da Biblioteca) – 3779.2074

Horário de atendimento:
Segunda a sexta: 10h30 às 16h10

Central de Atendimento – CAT

3779.2010 / 3779.2012

Horário de atendimento:
Segunda a sexta: 8h às 20h
Sábado, domingo e feriado: 8h às 17h

Centro Cultural – 3779.2053 / 3779.2058

Horário de atendimento:
Segunda e sexta: 8h às 18h
Terça, quarta e quinta: 8h às 19h
Sábado: 8h às 17h

Centro Médico

(Acesso pela rampa da piscina) – 3779.2059

Horário de atendimento:
Segunda a sexta: 6h às 23h
Sábado: 6h às 22h
Domingo e Feriado: 6h às 19h

Departamento de Esportes Competitivos

(Ginásio do Vale) – 3779.2110

Horário de atendimento:
Segunda a sexta: 8h às 19h
Sábado: 8h às 17h
Domingo e feriado – Plantão Geral: 8h às 17h

Departamento de Esportes Formativos

(Ginásio do Vale) – 3779.2103

Horário de atendimento:
Segunda a sexta: 8h às 19h
Sábado: 8h às 17h
Domingo e feriado – Plantão Geral: 8h às 17h

Departamento de Esportes Recreativos

(Ginásio do Vale) – 3779.2102

Horário de atendimento:
Segunda: 7h30 às 21h
Terça a sexta: 7h às 22h
Sábado: 8h às 17h
Domingo e feriado – Plantão Geral: 8h às 17h

Encordoador

(Próximo ao Bistrô do Tênis)

Horário de atendimento:
Terça e quinta: 14h às 20h
Quarta e sexta: 10h às 20h
Sábado, domingo e feriado: 9h às 14h

Escola de idiomas

3779.2144 (ao lado da Sala de Carteador)

Horário de atendimento:
Segunda a quinta: 7h às 20h
Sexta: 7h às 18h
Sábado: 9h às 13h

Espaços para Locações

(Central de Atendimento – CAT) – 3779.1709

Horário de atendimento:
Segunda à sexta: 8h às 18h
Sábado: 8h às 17h
Ou através do e-mail:
locacoes@clubepaineiras.com.br

Ouvidoria

(Corredor da Diretoria) – 3779.1716

Horário de atendimento:
Segunda a quinta: 7h30 às 17h30
Sexta: 7h30 às 16h30

Segurança

(Central de Segurança) – 3779.2022

Atendimento 24 horas

Beleza

Barbearia Elal

(Sede Social piso 2s) – 3779.2128

Horário de atendimento:
Terça a sexta: 8h45 às 19h45
Sábado: 7h45 às 16h45
Domingo e feriado: 7h45 às 12h45
Segunda: fechado

Freshy Spa (piso intermediário, em frente à passarela) – 3779.2129

Masculino
Segunda, terça, quarta, sexta e sábado: 8h às 22h
Quinta: 8h às 23h
Domingo: 9h às 15h
Feriado: 10h às 19h

Feminino

Segunda a sábado: 8h às 22h
Domingo: 09h00 às 15h00
Feriado: 10h00 às 19h00
Segunda-feira: o serviço de sauna é fechado para manutenção

Salão de Beleza

(Sede Social piso 1s) – 3779.2127

Horário de atendimento:
Terça a sábado: 8h30 às 19h10

Conveniência

Banca de Revistas e Jornais – NOVO LOCAL!

(ao lado do Centro Médico) – 3779.2143

Horário de atendimento:
Segunda a sexta: 8h às 22h
Sábado, domingo e feriado: 8h às 20h

Best Fit – Loja de Artigos Esportivos

(Piso 3s – ao lado da Biblioteca) – 3779.2135

Horário de Atendimento:
Segunda a quinta: 8h às 20h
Sexta: 8h às 19h
Sábado: 8h às 18h
Domingo e feriado: 9h às 17h

Hobby Vídeo Clube – Locadora

(ao lado do Cineteatro)

Horário de Atendimento:
Segunda a sábado: 8h às 22h
Domingo e feriado: 10h às 20h

Lava-rápido

(Estacionamento - terceiro subsolo)

Horário de atendimento
Segunda a sábado: 8h às 18h

Reprografia

(Piso 1s, próximo ao elevador social) – 3779.2019

Horário de atendimento:
Segunda a sexta: 8h30 às 17h
Sábado: 8h às 16h

Infantil

Berçário e Fraldário

(Próximo ao Playground) – 3779.2048

Horário de atendimento:
Segunda a sexta: 8h às 20h
Sábado, domingo e feriado: 7h às 19h

Brinquedoteca

(Centro Cultural) – 3779.2056

Horário de atendimento:
Segunda a sexta: 9h às 20h
Sábado: 9h às 18h
domingo e feriado: 9h às 17h

SEARTI (Setor de Educação Artística)

(Centro Cultural) – 3779.2056

Horário de atendimento:
Segunda a sexta: 8h30 às 18h
Sábado: 8h30 às 17h
Domingo e feriado: fechado

Restaurantes e Lanchonetes

Bar do Carvalho

(Ginásio Gilberto Lapoian) – 3779.2133

Horário atendimento
Terça a sexta: 14h às 22h
Sábado, domingo e feriado: 9h às 19h
Segunda: fechado

Bistrô

(Próximos às quadras de tênis cobertas) – 3779.2132

Horário de atendimento:
Terça a sexta: 8h às 21h
Sábado, domingo e feriado: 8h às 19h
Segunda: fechado

Café Copenhagen

(Saguão Social) – 3779.2138

Horário de atendimento:
Segunda a sábado: 9h às 21h
Domingo e feriado: 9h às 20h

Café Paineiras

(Quadras de Tênis) – 3779.2136

Horário de atendimento:
Segunda a sexta: 7h às 21h
Sábado: 7h às 20h
Domingo: 7h às 19h

Deck Paineiras

(Próximo à Piscina)

Horário de atendimento:
Segunda a sábado: 6h30 às 22h
Domingo: 6h às 20h

Lanchonete do Bolicho

(Próximo ao salão de jogos) – 3779.1723

Horário de atendimento:
Segunda: fechado
Terça a sexta: 14h às 22h
Sábado: 12h às 22h
Domingo: 12h às 20h

Louco por Coco

(Em frente à Biblioteca)

Horário de atendimento:
Segunda a sexta: 8h30 às 20h
Sábado, domingo e feriado: 8h30 às 19h

Restaurante das Cúpulas (Sede Social – Cobertura) – 3779.2130

Horário de atendimento:
Almoço - segunda a sexta: 11h30 às 15h
Sábado e Domingo: 12h às 16h
Jantar - terça, quarta, quinta, sábado e domingo: 19h às 00h
Sexta dançante (vide programação Sociocultural): 21h às 02h
Segunda: Restaurante fechado no período noturno

Rede Wireless:

Você já utiliza a nossa rede Wireless? Basta retirar a sua senha na Biblioteca. Conheça os pontos para acesso:

Arquibancada do Ginásio, Biblioteca, Café Paineiras, Centro Cultural, Saguão Social e Squash.

Não encontrou o que você procura?

Entre em contato com a nossa Central de Atendimento pelos telefones: 3779-2010 / 2012



Hoje,
eu vou aonde o público está.
E lá também tem Bradesco.

O Bradesco é feito para nossa gente. Gente como você.
Gente de verdade. Bradesco. Há 70 anos por você.



WWW.CANNI | BRADESCO

Fone Fácil Bradesco: 4002 0022 / 0800 570 0022
SAC - Alô Bradesco: 0800 704 8383
SAC - Deficiência Auditiva ou de Fala: 0800 722 0099
Ouvidoria: 0800 727 9933
bradesco.com.br
twitter @Bradesco
Curtil facebook.com/Bradesco

 **Bradesco**

Moldura Minuto.

Crie ambientes com sofisticação e bom gosto

- ✓ Mais de 400 modelos de molduras e 1500 de pôsteres e gravuras.
- ✓ Serviço leva e traz de quadros e instalação de quadros*.
- ✓ Tecnologia de ponta em todo o processo de emolduramento.

*Consultar a loja sobre disponibilidade do serviço.

20%
Desconto*

Para Associados
Clube Paineiras do Morumbi

Nos Shoppings

• Vila Olímpia • Villa Lobos • Cidade Jardim • Morumbi • Eldorado • Anália Franco
3047-6488 3021-1683 3758-1472 5182-4806 2197-7407 2268-2432

E também

• Alameda Gabriel Monteiro da Silva, 1586
Telefone: 3085-9334 / 3085-9751

www.molduraminuto.com.br



MOLDURA
MINUTO