

**44ºARRAIÁ**  
**A MELHOR E**  
**MAIS CHARMOSA**  
**FESTA JUNINA**

**Paineiros**

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

# SUA MELHOR ESCOLHA

- ▶ Uma das Big 5
- ▶ Líder no middle market
- ▶ Mais de 15 escritórios no Brasil
- ▶ Audit | Tax | Advisory



Visite nosso site



[www.facebook.com/bdobrazil](http://www.facebook.com/bdobrazil)



[www.twitter.com/bdobrazil](http://www.twitter.com/bdobrazil)



[www.bdobrazil.com.br](http://www.bdobrazil.com.br)

**BDO**

2013  
ANO da  
Contabilidade

# Sumário

## Paineiras



Uma baita parceria:  
Cielo & Paineiras  
O maior atleta da Natação Brasileira vai fazer parte de seus treinos no Clube.

06. Leia na seção Paineirense em Destaque: Walfredo Linhares, Diretor Geral da Solazyme para o Brasil.

13. Realizações: Confira os detalhes sobre a reforma e reinauguração das Cúpulas e as novidades dos Departamentos de Marketing e Comunicação.

## Sociocultural



44º Arraiá do Paineiras:  
Fique de olho na programação completa e não perca nenhuma das atrações!

23. A Viagem do Capitão Tornado Espetáculo de teatro será estrelado por atores com Síndrome de Down, no palco do Paineiras.

27. Noite dos Namorados  
Marque seu encontro romântico no dia 12 de junho, no Restaurante das Cúpulas.

## Esportes



Paineiras investe e renova seus equipamentos de Musculação. Conheça o que há de mais moderno em matéria de condicionamento.

52. Sophia Chow é Bicampeã do Circuito de Tênis Escolar e Universitário em São Paulo.

66. Venha participar do 64º Paineiras CAMP. Chegou a hora da farra, não percam!

## Seções

	Paineiras	05
	Clicks	18
	Sociocultural	20
	Kids	36
	Bem-Estar	40
	Esportes	42
	Variedades	67
	Agenda	68
	Serviços	70



Em uma iniciativa inédita da Comissão Editorial da Revista Paineiras, neste mês de Junho, especialmente, em função de dois grandes eventos em nosso Clube, teremos duas Capas invertidas. Uma destacando o consagrado Arraiá do Paineiras, que atinge a sua edição de número 44 e será realizado nos dias 15 e 16 de Junho, apresentando grandes atrações, em especial Zezé di Camargo & Luciano; e a segunda, a Eleição do Conselho Deliberativo, que acontece no dia 9 de junho, das 8h às 17h, de fundamental importância para todos os associados.

# DESDE 1960 FORMANDO ESPORTISTAS E CONSOLIDANDO AMIZADES



## Revista Paineiras

Periodicidade: Mensal  
Tiragem: 6 mil exemplares

Diretor Responsável: Hugo Germano Sigaud Júnior

### Comissão Editorial:

Sergio Henri Stauffenegger  
Luís Augusto Bulcão Carvalho  
André Luis Baccharini 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.  
Capas: ..... Jonathan Batista  
Editoração: ..... Maira Castellani Reche  
Produção Editorial: ..... Ecco Press Comunicação Ltda.  
Jornalista Responsável: ..... Renata Garcia Bernardes  
Fotos: ..... Adalberto Santana, Deepmind  
e Arquivo Paineiras  
Impressão: ..... Rush Gráfica e Editora  
Distribuição: ..... Door to Door - Logística e Distribuição

### Anuncie

E-mail: [marketing@clubepaineiras.com.br](mailto:marketing@clubepaineiras.com.br)  
Telefone: 3779-2099



## Clube Paineiras do Morumby

Revista Paineiras | Junho 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 ..... Ulysses Linhares de Azevedo Jr.

### 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  
Snooker ..... Romero Dantas Maia  
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

Prezado Associado,

Apresento através dessa Edição Especial da nossa Revista, importantes informações para as quais gostaria de chamar a sua atenção.

**Na área Administrativa:**

Teremos uma Eleição para a renovação de 1/3 de nossos Conselheiros. Saliento que a escolha de Candidatos atuantes, que representem os interesses da maioria dos Associados é fundamental para mantermos esse clima harmonioso e de melhoria constante.

**No Sociocultural:**

Destaco a nossa Festa Junina que é uma das mais populares de nossas festas na qual traremos dentre as atrações o Show de Zezé Di Camargo & Luciano, tomaremos todas as precauções para privilegiar o público associado e limitaremos o número de convidados. Conheça o nosso novo Cine-Clube.



Diretoria Executiva 2013-2015

**Nos Esportes:**

Acredito que através do Esporte conseguimos transmitir ao jovem importantes conceitos como: disciplina, regras, companheirismo, etc. Neste sentido trabalhamos e conseguimos trazer para o nosso convívio um dos melhores atletas de todos os tempos do Brasil, o nosso Cesar Cielo, para treinar e dar o seu exemplo de sucesso como atleta e cidadão. Nessa parceria teremos clínicas com o atleta e seus técnicos. É o Paineiras se preparando para 2016.

**Na área Financeira:**

Nessa edição você tem o Balanço do primeiro trimestre, através do qual poderá observar a boa situação financeira de nosso Clube com Índice de Liquidez de 1,92 e um saldo positivo confortável para fazer frente ao enorme passivo trabalhista de 2009 e às nossas necessidades e projetos.

**Na Higiene & Saúde:**

Em maio nosso Departamento Médico realizou a imunização contra a gripe de quase 2.000 associados e elaborou e implantou um inédito projeto de prevenção e qualidade de vida.

**Em novos eventos:**

O nosso primeiro Meeting Empresarial, foi um sucesso de público e aceitação, o que nos leva a já programar o próximo para o início do segundo semestre. Distribuímos nesse evento o folder institucional do Paineiras, anexo a essa Revista. Esse folder pretende abrir o horizonte aos nossos associados para que eles colaborem na captação de patrocínios, culturais e esportivos, assim como, utilizem nossas áreas de locação, quando disponíveis.

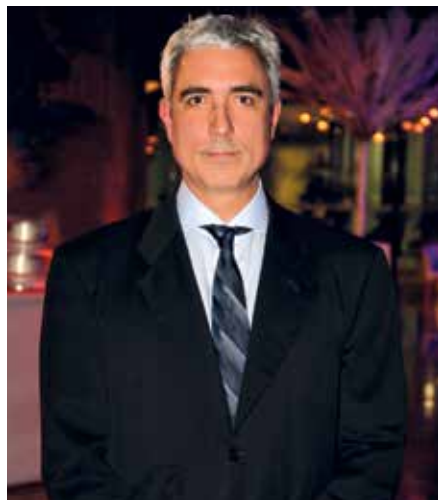
**Na área de Infraestrutura:**

Estamos concluindo toda a implantação da acessibilidade; o acesso coberto para o Centro Cultural; a portaria especial para delegações, independente da dos associados, com moderno sistema de identificação e controle, e ainda o projeto de reforma e ampliação de nosso SPA.

Estamos trabalhando por um Paineiras melhor para todos.

Sergio Henri Stauffenegger  
Presidente

## Amigos Paineirenses



Amigos Paineirenses

Estamos prestes a receber inúmeros convidados para um dos mais tradicionais e badalados eventos do Clube Paineiras do Morumby: a Festa Junina.

Além das habituais comidinhas, quadrilha, barracas, brincadeiras, o evento está repleto de atrações e shows especiais.

Com tantas coisas, o nosso Clube transforma-se num dos principais destinos deste inverno paulistano. Faz parte do roteiro cultural de diversos órgãos de divulgação. Só para se ter uma ideia do atual gigantismo desta festa basta clicar no google... assim que buscar por Clube Paineiras do Morumby, logo virá a opção Festa Junina.

Portanto, planeje bem sua visita e aproveite mais uma grande festa da família paineirense.

Saudações Paineirenses

Luís Augusto Bulcão Carvalho  
Presidente do Conselho Deliberativo

# Paineirense em destaque



**Walfredo Linhares**

Diretor Geral da Solazyme para o Brasil

***“Não podemos achar que o mundo está pronto!”***

Walfredo Linhares fala com orgulho da indústria de biotecnologia e propaga a ideia de que vale a pena investir em ciência aplicada e criar tecnologias para fazer diferente. Há oportunidades para fazer mais, para empreender, para se arriscar e inovar sempre.

O executivo é responsável por toda a operação da Solazyme Brasil, companhia norte-americana sediada em South San Francisco, Califórnia, especializada na produção de óleos renováveis e bioprodutos para diferentes aplicações na indústria química, de combustíveis e de cosméticos.

Walfredo faz com rigor a gestão também de seu tempo. Apaixonado por esportes, é da turma dos veteranos de Basquete e ressalta o título de Vice-Campeão conquistado pelo time no ano passado, no Campeonato Interclubes. Treina no Fitness, pratica Boxe e é frequentador assíduo das opções de alimentação do Paineiras com sua família, a esposa Denise e o filho Pedro.

A filha Ana, que hoje faz High School em Massachusetts, região da Nova Inglaterra – EUA, também frequentava e praticava esportes no Paineiras.

Foi o Basquete que trouxe, em 2001, o mineiro recém-chegado a São Paulo para se tornar sócio do Paineiras. “Moro perto e passando por um acaso em frente ao Clube eu vi uma Kombi do Paineiras com jogadores de basquete; parei, conversei

com eles e no mesmo dia já iniciei o processo para me tornar sócio. Desde então faço parte da família paineirense”; conta Walfredo.

Aproveitamos uma brecha na agenda do executivo, em função do horário de rodízio e numa manhã de terça-feira, depois de seus treinos, Walfredo Linhares falou de negócios, esporte e rotina no Paineiras, confira:

**Revista Paineiras:** O que é a Solazyme?

**Walfredo Linhares:** A Solazyme (Nasdaq: SZYM) é uma companhia de origem norte-americana sediada em South San Francisco, Califórnia, especializada na produção de óleos renováveis e bioprodutos para diferentes aplicações na indústria química, de combustíveis e de cosméticos e de alimentos. A Solazyme chegou ao Brasil no final de 2010 e, em agosto, foi assinado um acordo de parceria com a Bunge, para viabilizar a construção de uma planta de produção de óleos triglicéridos, a primeira unidade do gênero no Brasil, com capacidade para 100 mil toneladas

de óleos triglicéridos por ano. Já em processo de construção, com operação esperada para daqui a 8 meses. A nova planta com sede na cidade de Orindiuva – SP irá abastecer prioritariamente o mercado de óleos para indústrias químicas, petroquímicas, de cosméticos e de alimentos.

**Revista Paineiras:** A Solazyme é uma empresa que inovou a partir da pesquisa de utilização de microalgas para produção de óleos utilizando o açúcar como matéria prima básica. O que o senhor acha importante ressaltar sobre os negócios da Solazyme?

**Walfredo Linhares:** Um negócio de biotecnologia que é ciência aplicada. Você consegue através da utilização de microalgas, produzir óleos com características diferenciadas dos óleos produzidos pela natureza em qualquer lugar do mundo. A biotecnologia te permite produzir no Brasil óleos que hoje praticamente só estão no sudeste asiático, por exemplo. Acho importante ter produtos que vão substituir com uma



Walfredo Linhares e a esposa curtindo o Clube

performance superior produtos vindos de origem de petróleo, e é possível fazer isso utilizando o açúcar como matéria prima básica, num processo totalmente sustentável com baixíssima emissão de gases de efeito estufa.

**Revista Paineiras:** A parceria com a Bunge viabilizou a construção de uma nova planta da Solazyme. Quais os benefícios da nova planta para o Brasil?

**Walfredo Linhares:** São grandes os benefícios para o Brasil. Em primeiro, passa a ter a tecnologia disponível aqui no país; em segundo, gera emprego numa indústria mais sofisticada e; em terceiro, como resultado desse processo, contribuí para a redução do nosso déficit comercial porque passa a produzir aqui matérias primas que são naturalmente importadas. Essa tecnologia abre a possibilidade do Brasil ter combustível de versão renovável em larga escala, que antes não tínhamos condições. Um grande diferencial que a Solazyme tem é de que tudo isso que estamos falando hoje é uma realidade que será testada em até 8 meses, com a conclusão da planta.

**Revista Paineiras:** Em sua opinião, o biocombustível será o combustível do futuro?

**Walfredo Linhares:** Atualmente já existem tecnologias disponíveis no mercado para você trazer combustíveis renováveis e sustentáveis para competir com os combustíveis derivados do petróleo. Essas tecnologias estão no mercado e o papel delas será mais ou menos relevante no futuro em função das políticas de governos. Não tem uma situação hoje, em minha opinião, de uma indústria, que eu diria que está em fase de desenvolvimento, que vá competir de igual pra igual com a indústria de petróleo sem que os governos estejam ali com programas profundos para incentivo do uso, que transcendem



Imagens do laboratório da Solazyme

política. Isso significa sim que tem que ter apoio fiscal e tributário para competir com o petróleo, na nossa linguagem de Brasil, não adianta querer que o etanol ou biodiesel paguem o mesmo ICMS que o Diesel e a gasolina, não adianta querer que o etanol e o biodiesel paguem o mesmo PIS e COFINS que o petróleo. É necessário ter um programa de governo para que as empresas invistam nessa tecnologia, cresçam e amadureçam, ao ponto de terem custos de produção competitivos com o petróleo, com produção em escala. Não é ajudar, não é clientelismo, é política de governo de matriz energética. Incentivar todos os tipos de energia.

O biocombustível tem que fazer parte de uma matriz energética, é preciso ter uma política de governo e não uma política de partido ou de ocupante do cargo. E não deve ser tratado como uma política de biocombustível e sim uma política de energia.

**Revista Paineiras:** Quando se tornou sócio do Paineiras?

**Walfredo Linhares:** Em 2001. Quando viemos pra São Paulo, demoramos quase um ano para encontrar o Paineiras, desde então, nossos sábados e domingos tem como destino o Clube. O Paineiras se tornou um divisor de águas para a nossa família. Criamos aqui um forte círculo de amizade construída ao longo desses anos de convivência. Aqui você tem tudo à sua disposição, desde os serviços básicos de corte de cabelo, manicure etc, até comer a pizza no domingo num ambiente com segurança e conforto.

**Revista Paineiras:** Costuma trazer amigos para o Paineiras para compartilhar momentos de lazer com a sua família?

**Walfredo Linhares:** Sim! Já trouxe pra cá amigos que até se tornaram sócios. Eu recebo muita gente de fora do país, e sempre trago para o Paineiras esses



estrangeiros, que ficam impressionados com o tamanho, beleza, área verde e a organização do Clube. As últimas reformas que foram feitas na gestão do Dr. Spina, melhoraram muito o Paineiras. Eu acho que o Clube precisa evoluir, minha sugestão é fazer uma transição para se tornar um Clube que também privilegia o esporte competitivo. Eu vejo o Minas Tênis como um exemplo, eu vivi no Minas, eu não sei em qual gestão e qual fato gerador, mas o Clube percebeu que tinha que crescer e o vetor desse crescimento foi manter o filho do sócio e atrair novos associados e seus filhos. Incentivaram os esportes tradicionais e passaram a ter equipes de elites. Os grandes patrocínios, vindos do esporte, ajudaram a construir o Clube. Exemplo que pode ser utilizado aqui, e não é um trabalho da gestão atual e sim do Clube.

**Revista Paineiras:** Qual é o seu espaço preferido aqui no Clube. Fora a quadra de basquete?

**Walfredo Linhares:** A área da piscina, muito em função do serviço do Rofer. Acho que um dos grandes feitos do Clube foi ter substituído os concessionários antigos, que ofereciam um serviço sofrível. Antes eu jogava basquete e ia embora pra casa. Com os novos concessionários e as reformas que foram feitas, o Clube atraiu significativamente o sócio a ficar mais no Clube. O Paineiras não pode aceitar em hipótese alguma um serviço medíocre se quiser manter o sócio aqui. E digo mais, o Clube podia aproveitar os espaços pouco aproveitados e transformá-los em geradores de receitas. O Clube também é um negócio, e quanto mais entra dinheiro no Clube, menos o sócio tem que pagar. Enfim, eu aproveito muito bem o Clube, venho aqui 5 vezes por semana e trago a minha família. É aqui que pratico esportes e compartilho bons momentos na minha vida que certamente aliviam o stress do dia a dia.

Uma baita parceria!!!

# CIELO & PAINÉIRAS

## Perfil do Atleta

**Cesar Augusto Cielo Filho**

**Data e Local de Nascimento:** 10/01/1987 - Santa Bárbara D'Oeste (SP)

**Altura e peso:** 1,95 m e 88 kg

**Provas:** 50 m e 100 m livre, 4×100 m livre, 4×100 m medley, 50 m borboleta

**Especialidade:** 50m livre

**Técnico:** Scott Goodrich, EUA

**Currículo:** Ouro Jogos Olímpicos Pequim 2008 / Mundiais / Pan-Americanos

Foto por Osvaldo F. Contrape



# Novidade no Esporte!

O Paineiras figura entre os grandes clubes formadores de atletas do país e é com essa atmosfera que celebramos a parceria com o Cesar Cielo.

**“A vinda do Cielo para o Paineiras é fruto de um trabalho importante da Diretoria Executiva junto à família Cielo, em busca do crescimento dentro dos esportes de alto rendimento do Clube. O campeão olímpico vai atuar principalmente como uma grande alavanca motivacional para nossos atletas nesse ciclo pré-olímpico, além de aprimorar nossos treinamentos e mostrar ao Brasil a excelência das instalações esportivas do Paineiras.”**

Comenta o Vice-Presidente, Aldo Roberto Saltini.



O mundo se volta para o Brasil, mirando nossos expoentes e potenciais ocupantes do lugar mais alto do pódio, afinal, esses atletas enfrentam a responsabilidade de competir e vencer em casa, no entanto, ganham o esforço e toda a energia de um país inteiro torcendo e vibrando junto. E Cesar Cielo é hoje um dos grandes atletas do Brasil, com uma bagagem admirável, pronto para vencer.

O maior atleta da história da natação brasileira tem apenas 26 anos e um longo tempo de carreira pela frente para ampliar ainda mais sua galeria de conquistas. É uma das grandes estrelas dos Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro e reconhece que não será fácil competir em casa. “A cobrança vai ser ainda maior”, diz o nadador.

O Paineiras está de olho no futuro do Esporte e desenvolvimento do Clube. “Somos administradores estrategistas e nos unimos com a missão de deixar um legado respeitável para o nosso Clube. A parceria com o Cielo é só o começo, temos ainda mais novidades, já para 2014.” Conta o Vice-Presidente Aldo Roberto Saltini, responsável por toda a negociação e relacionamento com a família Cielo.

**“Estou muito contente e empolgado com essa parceria que tem tudo para dar certo e estaremos juntos até 2016.”**

diz Cielo quando questionado sobre a parceria, que consiste no nadador fazer parte de seus treinos nas piscinas do Paineiras, sob o comando de seu técnico, o americano Scott Goodrich.

A infraestrutura do Paineiras incentivou a parceria. Cielo, conhecedor profundo de polos aquáticos do mundo inteiro, elogiou as instalações paineirenses. “Eu, pessoalmente sempre preferi treinar em clubes, pelo espaço e atmosfera de treinamento. Encontrei no Paineiras um clube que atende às minhas necessidades. Desenvolvemos, eu e a minha família, uma relação muito amistosa com o Paineiras. Tenho muito respeito pela estrutura do Clube e estou aqui para ajudar no que for preciso”, relata Cielo.

**“Esta parceria mostra que o Paineiras está pronto para receber atletas de alto nível técnico, como o Cesar Cielo. É com muito orgulho que brindamos mais esse feito pela família paineirense. Seja bem-vindo Cielo!”**

diz o Presidente, Sergio Henri Stauffenegger.

Cielo fala com orgulho de seu projeto social e se encanta com a responsabilidade de projeção que é capaz de exercer com as nossas crianças. “Essa parceria é uma via de mão dupla e todos podem se ajudar. Se eu puder contribuir incentivando a formação desses atletas, farei isso”, completa o atleta, que em entrevista comentou já estar de malas prontas para os Estados Unidos. Pois é, caros paineirenses apaixonados pela natação, o Campeão Olímpico viaja muito e terá que treinar também em piscinas mundo a fora, sendo assim, aproveitem a presença do Cielo. **E que venha 2016!**



# Demonstrações Contábeis - 1º Trimestre de 2013.

Prezados Associados,

É com imensa satisfação que apresentamos os resultados do 1º trimestre de 2013 da nossa gestão. O excelente resultado aqui apresentado só foi possível graças ao apoio que temos recebido dos nossos associados e colaboradores.

O Superávit apresentado de R\$ 3.795 mil elevou nossos indicadores a um patamar que consideramos adequados para o momento, uma vez que, ainda neste exercício teremos o desembolso de aproximadamente R\$ 1.300 mil, referentes a diversas condenações de ações trabalhistas iniciadas em gestões anteriores, em especial dos processos movidos pelos cooperados da antiga sauna.

Estamos empenhados na melhoria da eficácia da administração dos recursos do Clube, reavaliando diversos processos internos, e que após exaustiva análise, tomaremos algumas medidas que trarão resultados ainda neste ano.

O parecer do Conselho Fiscal e o parecer dos Auditores Externos Independentes não contém qualquer tipo de ressalva ou recomendação para as Demonstrações Contábeis referentes ao 1º Trimestre de 2013.

**Nota: Adicionalmente esclarecemos que em Reunião Ordinária do Conselho Deliberativo, realizada em 29 de abril de 2013, as contas do Exercício 2012 foram aprovadas por unanimidade.**

Nossos agradecimentos pela confiança, apoio, cooperação e carinho recebido dos nossos Associados.

Diretoria Executiva Gestão 2013/2015

CLUBE PAINEIRAS DO MORUMBY					
BALANÇOS PATRIMONIAIS ENCERRADOS EM 31 DE MARÇO DE 2013 E 31 DE DEZEMBRO DE 2012 - (Em Milhares de Reais - R\$)					
	31.03.2013	31.12.2012		31.03.2013	31.12.2012
<b>ATIVO</b>			<b>PASSIVO</b>		
<b>CIRCULANTE</b>	<b>9.966</b>	<b>3.325</b>	<b>CIRCULANTE</b>	<b>5.189</b>	<b>5.288</b>
<b>DISPONIBILIDADES</b>	<b>5.472</b>	<b>936</b>	Salários e Encargos Sociais (nota 13)	3.379	3.238
Contas Manutenção (nota 4)	4.074	541	Fornecedores (nota 14)	1.089	1.154
Contas Patrimonial-Obras/Ativo Fixo (nota 4)	1.199	170	Obrigações Tributárias (nota 15)	96	104
Lei de Incentivo ao Esporte (nota 4)	199	225	Financiamento Gerador (FINAME) (nota 16)	67	108
			Outras Contas a Pagar (nota 17)	373	467
<b>ASSOCIADOS</b>	<b>3.415</b>	<b>1.207</b>	Lei de Incentivo ao Esporte (nota 18)	185	217
Mensalidades (nota 5)	1.266	1.520	<b>OBRIGAÇÕES VINCULADAS AO ESTACIONAMENTO</b>	<b>10.881</b>	<b>11.735</b>
Provisão Para Perdas com Inadimplência	(522)	(754)	Fornecedores (nota 14)	51	329
Taxa de Transferência de Títulos a Receber (nota 6)	2.671	441	Obrigações Tributárias (nota 15)	-	6
			Financiamento Imobiliário (nota 16)	10.830	11.400
<b>CRÉDITOS DIVERSOS (nota 7)</b>	<b>262</b>	<b>409</b>	<b>NÃO CIRCULANTE</b>	<b>6.870</b>	<b>4.247</b>
<b>ADIANTAMENTOS (nota 7)</b>	<b>341</b>	<b>383</b>	Provisão Para Contingências Trabalhistas (nota 19)	1.739	1.428
<b>ESTOQUES (nota 7)</b>	<b>312</b>	<b>278</b>	Depósitos Judiciais Trabalhistas (nota 19)	(385)	(619)
<b>DESPESAS ANTECIPADAS (nota 7)</b>	<b>164</b>	<b>112</b>	Provisão Para Outras Contingências (nota 19)	2.593	2.635
			Receitas Antecipadas (nota 20)	2.923	803
<b>RECURSOS VINCULADOS AO ESTACIONAMENTO</b>	<b>2.808</b>	<b>6.586</b>	<b>PATRIMÔNIO LIQUIDO</b>	<b>141.291</b>	<b>140.159</b>
Aplicações Financeiras (nota 4)	1.458	4.428			
Mensalidades (nota 5)	57	68	<b>PATRIMÔNIO SOCIAL</b>	<b>142.515</b>	<b>145.178</b>
Provisão Para Perdas com Inadimplência	(34)	(43)			
Taxas de Transferência de Títulos a Receber (nota 6)	1.277	1.917	<b>SUPERÁVIT/(DÉFICIT) ACUMULADO</b>	<b>(1.224)</b>	<b>(5.019)</b>
Outros Créditos (nota 8)	50	216	Superávit/(Déficit) Exercícios Anteriores	(5.019)	(4.378)
			Superávit/(Déficit) do Exercício Corrente	3.795	(641)
<b>NÃO CIRCULANTE</b>	<b>151.457</b>	<b>151.518</b>			
<b>REALIZÁVEL A LONGO PRAZO</b>	<b>76</b>	<b>125</b>			
Taxas de Transferência de Títulos a Receber (nota 6)	21	51			
Depósitos Judiciais Cíveis	11	11			
Outros Valores a Receber (nota 8)	44	63			
<b>IMOBILIZADO (nota 10)</b>	<b>126.264</b>	<b>126.580</b>			
<b>INTANGÍVEL (nota 11)</b>	<b>157</b>	<b>171</b>			
<b>OBRAS EM ANDAMENTO (nota 12)</b>	<b>2.545</b>	<b>2.757</b>			
<b>NOVO ESTACIONAMENTO (nota 12)</b>	<b>22.415</b>	<b>21.885</b>			
<b>TOTAL DO ATIVO</b>	<b>164.231</b>	<b>161.429</b>	<b>TOTAL DO PASSIVO</b>	<b>164.231</b>	<b>161.429</b>

<b>CLUBE PAINEIRAS DO MORUMBY</b>				
<b>DEMONSTRAÇÕES DO RESULTADO POR CENTRO DE CUSTO ACUMULADO - (Em Milhares de Reais - R\$)</b>				
<b>TRIMESTRE FINDO EM 31 DE MARÇO DE 2013 E 2012</b>				
	<b>2013</b>		<b>2012</b>	
	<b>Realizado</b>	<b>Orçado</b>	<b>Realizado</b>	<b>Orçado</b>
<b>RECEITAS</b>	<b>13.592</b>	<b>10.478</b>	<b>8.788</b>	<b>8.867</b>
Taxa de Manutenção	9.233	9.045	8.040	7.948
Taxa de Manutenção Compl. Orçamentário	555	555	-	-
Taxa de Transações com Títulos	3.690	731	609	777
Patrocínios	81	137	137	137
Outras	33	10	2	5
<b>DESPESAS LÍQUIDAS</b>	<b>(9.019)</b>	<b>(10.087)</b>	<b>(7.942)</b>	<b>(8.589)</b>
Conselho Deliberativo	(48)	(56)	(36)	(53)
Conselho Fiscal	(14)	(21)	(13)	(19)
Jurídico	(62)	(68)	(41)	(48)
Diretoria Executiva	(61)	(91)	(68)	(81)
Ouvidoria	(11)	(11)	(44)	(15)
Secretaria Administrativa	(1.569)	(1.574)	(1.334)	(1.311)
Recursos Humanos	(268)	(282)	(196)	(263)
Tecnologia	(232)	(256)	(191)	(207)
Higiene e Saúde	(339)	(319)	(244)	(255)
Financeiro	(300)	(306)	(294)	(330)
Contabilidade	(96)	(113)	(62)	(67)
Suprimentos	(114)	(121)	(100)	(108)
Manutenção	(2.637)	(2.882)	(2.291)	(2.510)
Divulgação, Comunicação e Marketing	(114)	(50)	(186)	(58)
Esportes	(1.891)	(2.320)	(1.637)	(1.873)
Concessionários	174	204	194	183
Sociocultural	(679)	(806)	(624)	(699)
Serviços Públicos	(672)	(885)	(716)	(799)
Financeiras/Bancárias	(6)	(2)	4	41
Tributárias	(49)	(42)	(42)	(41)
Meio Ambiente	(31)	(86)	(21)	(76)
<b>SUPERÁVIT ANTES DAS PROVISÕES</b>	<b>4.573</b>	<b>391</b>	<b>846</b>	<b>278</b>
Provisão para Perdas com Inadimplência	(329)	(158)	(202)	(143)
Contingências Trabalhistas	(403)	(45)	99	(113)
Outras Contingências	(46)	(75)	(141)	(287)
<b>SUPERÁVIT/(DÉFICIT) DO PERÍODO</b>	<b>3.795</b>	<b>113</b>	<b>602</b>	<b>(265)</b>

# Realizações

## Restaurante das Cúpulas de cara nova!!

Um dos cartões de visita do Paineiras, nosso Restaurante das Cúpulas, foi reformado e está ainda mais bonito. O Projeto da sede social foi elaborado em 1973 e previa uma área de 6.000 m<sup>2</sup> e foi ampliado para 12.000 m<sup>2</sup>. Para essa reforma foram investidos R\$ 600 mil. Através de um acordo firmado pela Diretoria, coube ao concessionário arcar com 50% do valor, uma vez que o mesmo explora comercialmente a área. Esta tem sido a política adotada pela Diretoria Executiva para todos os concessionários.

Além das melhorias no design estrutural, outras benfeitorias foram feitas na estrutura interna, a troca e ampliação de todo o sistema de ar-condicionado, redes elétricas e iluminação, além da reconstrução dos banheiros e troca do mobiliário.

### O projeto original

O projeto foi assinado pelo arquiteto Paulo Bastos, e sua 1ª proposta foi a construção de duas bolhas de plexiglass transparente, construídas sobre uma forma inflável, mas houve uma inviabilidade técnica e ele precisou ser abandonado.

A 2ª proposta incluiu uma estrutura metálica com painéis de vidro. Vários tipos de vidro foram testados a fim de encontrar um ideal que repelisse o calor, e já naquela época, a poluição que impregnava o vidro e dificultava a limpeza.

Dois escritórios de projeto foram contratados para fazer o cálculo, dimensionar e especificar as estruturas, e a solução encontrada foi usar geodésia de fuller. Porém, os computadores da época, em 1976, ainda não conseguiam armazenar cálculos de tal magnitude e cruzá-los com segurança.

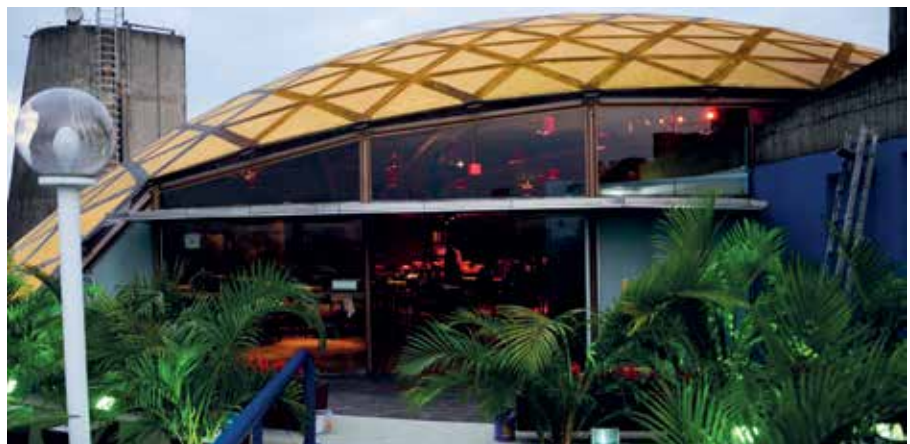
### Depois das dificuldades, uma obra que dura até hoje

A solução final veio pela empresa alemã Manesmann, que ofereceu uma estrutura modular, com nós esféricos que através de um processo computadorizado reproduziam na fabricação das esferas os ângulos corretos do encontro das barras.

Problema de percurso solucionado, o fechamento foi feito com 1.100 painéis tipo sanduíche de alumínio e poliuretano expandido para a isolamento térmica.

Parabéns aos dirigentes do Paineiras que souberam contornar e superar as dificuldades e fizeram uma obra maravilhosa e moderna que atravessou o novo século e continua contemporânea.

Mais um espaço que se renova e oferece ao associado mais opções de lazer e entretenimento com qualidade. Confira!



## Novas ações dos Departamentos de Marketing e Comunicação

A gestão do nosso Clube tem como premissa buscar a evolução constante, e dentro dessa missão está inclusa a proposta de expandir o alcance do Paineiras como importante polo de atração de investimentos, patrocínios e geração de negócios. Por isso, nossos Departamentos de Marketing e Comunicação estão focados e trabalhando arduamente para elaborar campanhas e ações nesse segmento.

Nesta edição de nossa revista, você recebeu encartado um folder especial, que mostra nosso potencial e capacitação na realizações de projetos de comunicação e de locação de espaços para sediar eventos sociais e corporativos, com a ampla credibilidade e tradição do Clube Paineiras no meio "clubístico".

Além disso, em nosso site já está disponível nosso novo vídeo institucional, para empresários interessados, sócios e entidades, que poderão conhecer tudo que o Paineiras possui de melhor para oferecer, tanto como local privilegiado, quanto como multiplicador de ações de comunicação e de promoção da área esportiva e cultural, além de sua história e participação essencial no quadro de atletas de alto desempenho nos esportes brasileiros.



Confira, e aguarde mais novidades!

## Diretoria do Paineiras Contribuindo para o Desenvolvimento do Meio Clubístico

O desenvolvimento e crescimento do meio Clubístico merecem atenção estratégica e muita colaboração por parte de todo o setor. Nosso Presidente, Sergio Henri Stauffenegger, como Vice-Presidente da ACESC, ressalta a importância da criação de um banco de dados para gerar mão de obra qualificada para o cumprimento da Lei de Quotas. O Vice-Presidente do Paineiras, Aldo Roberto Saltini, como Vice-Presidente para Esportes Olímpicos e de Participação do Sindi-Clube, fala da formação de jovens a partir do Programa Aprendiz.

### Sergio Henri Stauffenegger Vice-Presidente da ACESC

É notória a dificuldade que as empresas enfrentam na captação de recursos humanos para o cumprimento da Lei de Quotas, no setor Clubístico não é diferente. Para colaborar e ajudar os departamentos de recursos humanos dos Clubes e os associados portadores de necessidades especiais, a ACESC criou um banco de dados específico, com o objetivo de colaborar e ajudar os clubes nessa empreitada de indicações. No Paineiras, o nosso Departamento de Recursos Humanos tem feito um trabalho exemplar nesse sentido e hoje para o cumprimento de 100% do quadro de pessoas com deficiência, só temos uma vaga em aberto. No entanto, essa não é uma realidade de todo o setor. Sendo assim, a importância desse projeto que já está em fase de implementação. E, da mesma forma, nossos associados portadores de necessidades especiais podem ser indicados às vagas em outros clubes. Procure nosso Departamento de RH para fazer parte dessa iniciativa de sucesso.



### Aldo Roberto Saltini Vice-Presidente para Esportes Olímpicos e de Participação do Sindi-Clube

#### Paineiras e Sindi-Clube unidos na formação de jovens trabalhadores

Em cumprimento à Lei 10.097/2000, o Clube mantém em seu quadro de funcionários 40 aprendizes inscritos no Programa Sindi-Clube Aprendiz, em que, além da parte prática, fazem aulas teóricas sobre atividades esportivas específicas, cidadania, organização empresarial, higiene e saúde, entre outros temas. O Paineiras é um dos clubes de São Paulo que mais investe nesta ação, ficando atrás apenas do Paulistano, com 51 jovens e do Pinheiros, com 63 aprendizes, já que estes números refletem um percentual (5% a 15%) do total de colaboradores das empresas.

Aldo Roberto Saltini enfatiza a importância do programa para os clubes e para a sociedade. O Sindi-Clube, Sindicato dos Clubes do Estado de São Paulo (Patronal), desenvolveu este programa exclusivamente para ajudar os clubes a cumprirem a lei da aprendizagem.



## Avisos da Festa Junina

Nosso 44º Arraiá está chegando e será realizado nos dias 15 e 16 de junho, com atrações badaladíssimas, que vão movimentar o nosso Clube e prometem reunir um número grande de caipirinhas para curtirem a nossa festança. Fique atento às nossas informações para aproveitar melhor o evento.

### Horários e Valores:

**15/06, sábado, das 12h às 2h**

**Valor:**

**Associados - Gratuito | Convidados R\$ 60,00**

Matheus Minas & Leandro e demais atrações

**16/06, domingo, das 12h às 23h**

**Valor:**

**Associados - Gratuito | Convidados R\$ 100,00**

Zezé Di Camargo & Luciano e demais atrações

**\* Número limitado de ingressos. Antecipe sua compra!**

### Estacionamento

- O Estacionamento P-1 será de uso exclusivo dos associados.
- Para os convidados, haverá serviço de VALET (pago diretamente à empresa terceirizada).

Este ano teremos uma grande novidade: Além das opções acima, o Estacionamento da Av. das Magnólias também estará disponível, para associados, com serviço de Van, em sistema "leva e traz".

### Horários Especiais dos Concessionários:

Concessionário	15/06 (sábado)	16/06 (domingo)
Acqua Café (Boliche)	Fechado	Fechado
Restaurante Bistrô	Fechado	Fechado
Café Paineiras	7h às 12h	7h às 12h
Café Copenhagen	Fechado	Fechado
Lanchonete do Carvalho	Fechado	Fechado
Lanchonete Deck Paineiras	6h30 às 11h	6h30 às 11h
Rofer Gastronomia e Eventos	Fechado	Fechado

# CLOUD COMPUTING

## CLOUD TELIUM

O Cloud TELIUM vai além da virtualização de servidores. Oferece capacidade computacional de forma escalável, sob demanda e com controle completo dos recursos computacionais, expandir, deletar, criar novos servidores ou gerenciar o firewall em único local e com total autonomia.



### Cloud Server

A partir de R\$89,90 mensais

- ✓ Escalável até 32Gb RAM
- ✓ Templates Windows e Linux
- ✓ Firewall e Load Balance
- ✓ Painel de Controle



### Cloud Revenda

A partir de R\$280,00 mensais

- ✓ Painel de controle em português
- ✓ Gerenciamento Mobile
- ✓ Domínios e e-mails ilimitados
- ✓ Backup e E-mail Marketing inclusos



### Cloud Gerenciado

A partir de R\$369,00 mensais

- ✓ Administração de S.O. e aplicações
- ✓ Especialistas em nuvem
- ✓ Gerenciamento e Monitoramento
- ✓ Backup grátis até 10GB



#### Segurança

Na TELIUM você possui seu próprio firewall, isolando e protegendo seus servidores.



#### Gerenciamento

Discos, servidores, Firewall ou load balance em um único painel de controle.



#### Elasticidade

Disco, CPU e memória sob demanda. Recursos virtualmente ilimitados.

#### SISTEMAS OPERACIONAIS SUPORTADOS



Debian



Ubuntu



Windows Server



Cent OS



RedHat Enterprise



Fedora

#### ACESSE O SITE

Para maiores informações, acesse o site [telium.com.br/cloud-computing](http://telium.com.br/cloud-computing) e conheça melhor nossas soluções.



SIGA-NOS:



@telium



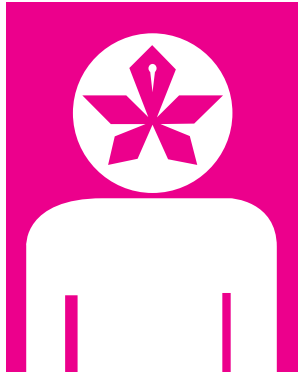
Telium Networks

TELIUM.com.br | 4003.5800



**TELIUM**  
Soluções para um mundo conectado

Data Center | Telecom | Serviços de TI



# #Paineirasnamídia

Clube Paineiras conquista a grande imprensa! Este mês o destaque foi para os atletas paineirenses, professores, eventos socioculturais e estrutura do Clube, que mais uma vez foi cenário para o programa Linha de Chegada da SportTv, comandado por Reginaldo Leme.

Confira nossas principais inserções na mídia:

## Paineiras mostra sua infraestrutura e é cenário da SporTv, pela segunda vez Reginaldo Leme volta ao Paineiras para a gravação de seu programa Linha de Chegada

Na segunda gravação no Clube, Reginaldo Leme entrevistou o ex-jogador Vampeta e o piloto da Stock Car, Helinho Castroneves.

Com toda a equipe do programa e em clima descontraído, o Cineteatro do Paineiras foi escolhido como cenário. Aproveitamos a presença do conceituado jornalista Reginaldo Leme, que também é associado do Paineiras, para uma entrevista.

**Confira!**

## Entrevista com Reginaldo Leme

Conhecido por seus feitos no campo do automobilismo Reginaldo Poliseni Leme pratica esportes do Paineiras desde 2000. O mais experiente jornalista de automobilismo do Brasil traz em sua carreira mais de 500 grandes prêmios e 40 anos de Fórmula 1. Sua trajetória de sucesso começou no jornal O Estado de S.Paulo em 1968, e desde 1978 está na TV Globo. Reginaldo participou das oito conquistas de títulos mundiais de pilotos brasileiros. Além do automobilismo, participou de 3 Copas do Mundo e 2 Olimpíadas.

Na Fórmula 1 fez dupla com Luciano do Valle, algumas vezes, também com Oliveira Andrade, Luís Alfredo, Cléber Machado e Luís Roberto. Na atualidade está com Galvão Bueno. Comenta também as transmissões da Stock Car Brasil ao lado de Sérgio Maurício.



Criador do Anuário Auto-Motor, 1992, obra que apresenta rara beleza gráfica e disponibiliza um importante conteúdo jornalístico e é impresso ao final de cada temporada há exatos 18 anos, de forma ininterrupta. Irmão de Dinho Leme, Baterista da banda Os Mutantes desde a formação original, Reginaldo mostra que o talento vem de família. O que muitos não sabem é que além do automobilismo Reginaldo é um apreciador do Tênis.

**Revista Paineiras:** Há quanto tempo frequenta o Paineiras?

**Reginaldo:** Frequento o Paineiras há 13 anos, sou sócio desde 2000.

**Revista Paineiras:** Qual sua relação com o Paineiras e que esporte gosta de praticar no Clube?

**Reginaldo:** É sempre um prazer vir ao Clube, frequento há muitos anos, minhas filhas cresceram brincando aqui, lembro que, quando crianças, faziam Nado Sincronizado. Minha esposa também está aqui sempre, faz Yoga! Apesar de estar 2 anos sem praticar por conta das viagens com o trabalho, gosto de jogar Tênis, mas estou planejando minha volta ao esporte e pretendo fazer Pilates.

**Revista Paineiras:** O Clube além de ser um lugar para praticar esporte, também é espaço pra reunir amigos, bater papo, um espaço para lazer e entretenimento. Além do esporte quais outras atividades você costuma fazer no Clube?

**Reginaldo:** Gosto de vir aos eventos sociais, todos os anos participo da Festa Junina e também alguns pré-carnavais. Por conta do trabalho venho pouco ao Clube, nas últimas gravações do meu programa, pude perceber como o Paineiras vem melhorando, fiquei impressionado com a estrutura do estacionamento. Além da beleza natural que tem aqui.





**SporTV** – A equipe da SporTV gravou matéria especial com as meninas do nado sincronizado Lara e Nayara. Em entrevista na piscina do Clube, nossas atletas falaram dos planos para o futuro, carreira e competições.



**Men's Health** – A Men's Health também marcou presença no Clube Paineiras. A equipe de TV do site entrevistou o coordenador de preparação física do Paineiras, Edmilson Dantas. A matéria que foi gravada em vídeo, deu dicas e técnicas para a prática de levantamento de peso.



**Guia UOL** – E a Noite do Buteco do Paineiras também foi destaque na grande mídia. O Guia UOL deu destaque na agenda para as atrações do evento, show do Jair Rodrigues e Grupo Sabor do Samba!

## Seu olhar do Paineiras

Os fotógrafos do nosso Clube continuam mandando seus cliques inspirados para a campanha institucional "Seu olhar do Paineiras". Todos estão convidados a participar, profissionais ou não, o que importa é o "Seu Olhar" no momento da fotografia. Pode ser um momento dentro do clube, uma brincadeira, emoções e atividades. 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 fotografia selecionada.

Para participar envie sua foto mais surpreendente ao e-mail: [seuolhar@clubepaineiras.com.br](mailto:seuolhar@clubepaineiras.com.br)

A imagem deve estar em alta resolução. Não esqueça de colocar um título criativo na foto e o seu nome completo para os créditos.



Marcia Cristina de Almeida registrou um momento de alegria infantil. Nada mais puro e espontâneo.



Gustavo Azueta Sigaud conseguiu captar a ilusão de infinito do azul perfeito da piscina do Paineiras.



Hayner captou a vista da passarela, e de tão linda parece até que foi tirada de Campos de Jordão ou de um jardim europeu.



Valeria de Toledo clicou os fundos do ginásio de esportes, que esconde um jardim calmo e relaxante. Fica a dica para os associados.

# Festa Disco

## Simplemente demais! A pista de dança ficou pequena para tanta diversão!

No último dia 26 de abril, o DJ Nando Jones comandou uma das mais animadas Festas Disco do Paineiras, uma balada que arranca elogios do público até hoje. O evento contou com a presença de mais de 600 paneirenses e convidados de todas as idades, que, animadíssimos lotaram a pista de dança até o amanhecer.

O repertório foi o mais variado, todas as gerações passaram pela pista naquela noite e agradou a todos com suspiros de quero mais! Elogios também não faltaram para a cenografia do evento, inspirada nas famosas boates como Hipopotamus, Gallery, Papagaios e outros. No ambiente climatizado, camarotes, iluminação e cliques nos telões completaram a magia da noite.

Certamente um evento que vai ficar para a história de nosso Clube, assim como tantos outros, especialmente pela organização, conforto e comodidade para estacionar, segurança e claro, uma festa deliciosamente dançante.

Aguardem a próxima!







## Fique de Olho

### Término das Atividades

29/06 (sábado) encerram-se as atividades do 1º semestre.

Exceto os cursos:

15 de julho - Aquarela e Desenho

17 de julho - Tapeçaria e Consciência Corporal

18 de julho - Atelier de Pintura

20 de julho - Yoga e Tai Chi Chuan

Teatro Adulto não há recesso

## Cursos de Férias



### Aula Junina

Vamos chacoalhar o esqueleto comadre e compadre! Para os alunos dos cursos de dança Infantil e Juvenil, a aula em clima de festa junina servirá como comemoração ao encerramento do semestre, destinado apenas aos alunos matriculados no curso, que poderão vir caracterizados e trazer um prato de doce, salgado ou refrigerante, conforme definido pelo professor.

Nos dias 26, 27 e 29, nos horários de aula.

## Consciência do Corpo e Dança

A introdução do gesto incorporado aos movimentos da dança Indiana, dança de roda, ritmos de danças de salão (samba, forró, Fox-trote, disco anos 70, 80 e 90) e dança moderna, tem como objetivo chegar ao domínio de "Noções de Controle" do próprio corpo. Os movimentos propostos acontecem através do enfoque dado aos grupos musculares e ao trabalho das articulações.

Se você está em busca da dança com forma de saber realmente como usar seu corpo, da maneira correta, eliminando problemas como vícios posturais, de onde vem e para onde vai

cada movimento, o curso de Consciência do Corpo e Dança é ideal para você

### Participe desse movimento!

**Dias do curso:** 02, 04, 11, 16, 18, 23, 25 e 30 de Julho

**Horários:** 13h às 14h30 ou das 19h às 20h30

Inscrições e informações na CAT

## Ballet Clássico Adulto



Técnica, Música e Atuação! Com a prática do Ballet Clássico os alunos ganham disciplina e beleza nos movimentos corporais. Destinado às pessoas que querem ou não ser bailarinos e para iniciantes adultos que procuram condicionamento físico e qualidade de vida.

Terças e quintas, no período de 02/07 a 01/08, das 11h às 12h30

## Dança Flamenco

Quem está querendo aumentar o fôlego e ter pernas bem torneadas pode apostar no flamenco. Os passos fortalecem os músculos das panturrilhas e coxas e melhoram a capacidade aeróbica. A postura no dia a dia também é aprimorada pela dança. A mobilidade, agilidade e consciência corporal ficam mais desenvolvidas.

O curso ensina a arte flamenco, englobando todos os ritmos, inclusive ensinando o manejo de adereços tais como: abanico, manton, castanholas, baston e outros.

**Dias do curso:** 1, 2, 3, 4 de Julho

**Horários:** 8h, Nível I e II (Sevillanas) | 9h, Nível II e III (Técnicas de Sapateado e Ritmo) | 10h, Nível II (Bulerias)

### Aula de Ponta

Terças e quintas, no período de 02 de julho a 01 de agosto, das 14h às 15h30

### Aulas de Repertório

Terças e quintas, no período de 02 de julho a 01 de agosto, das 15h30 às 17h

**Inscrições e informações sobre todos os cursos na Central de Atendimento – CAT**

# Biblioteca comemora o Dia Mundial do Meio Ambiente

Em comemoração ao dia Mundial do Meio Ambiente, dia 5 de Junho, o mural interativo da Biblioteca Paineiras esse mês convida os associados a preservarem o que temos de mais precioso, a água.

Com o tema "Água – Reflexão e Conscientização" a Biblioteca incentiva os associados a evitarem o desperdício de água e de milhões de reais gastos na despoluição dos sistemas naturais de água de rios exauridos por cidades mal planejadas.

Venha aprender mais sobre como colaborar com o planeta e mergulhe nessa ideia!



## Você Sabia?

O Dia Mundial do Meio Ambiente começou a ser comemorado em 1972 com o objetivo de promover atividades de proteção e preservação do meio ambiente e alertar o público mundial e governos de cada país para os perigos de negligenciarmos a tarefa de cuidar do meio ambiente.



Acesse o portal Paineiras e consulte o acervo da Biblioteca on-line.

## Garantir sua tranquilidade é nossa especialidade.

Oferecemos seguros pessoais, patrimoniais e empresariais em soluções adequadas às prioridades de cada cliente. Temos orgulho de atender mais de 15 mil empresas e 1,8 milhões de pessoas físicas. Atuamos em todo território nacional, com mais de 1.300 colaboradores e elevada qualificação do corpo técnico.

**Tudo isso faz da Brasil Insurance uma das maiores consultorias de seguros do país.**



 **Brasil Insurance**  
ADAVO'S

Especialista em seguros. Todos eles.  
[www.adavos-corretora.com.br](http://www.adavos-corretora.com.br)

**Allianz** 

Para mais informações,  
ligue para (11) 3262-1776.

## Kriya Yoga, com Sarveshwarananda Giri



Imagem Ilustrativa

### Descubra os benefícios da Kriya Yoga em palestra com grande mestre Yogi

O Paineiras oferece aos seus associados a oportunidade de ter contato com uma prática de meditação milenar, a Kriya Yoga, um tipo de meditação que visa harmonizar seu corpo e sua mente. Os ensinamentos serão ministrados pelo mestre conceituado nesta técnica, o Yogi Sarveshwarananda Giri, que teve gurus poderosos que lhe passaram seus ensinamentos e viaja pelo mundo difundindo essa forma de meditação.

#### O que é a Kriya Yoga?

É uma técnica de meditação que pode ser feita por qualquer pessoa, de qualquer religião. A partir dos princípios do Karma Yoga, o Kriya Yoga ensina que toda ação - Kri - é feita pela alma que reside em seu interior - ya. São palavras de raízes em sânscrito. Yoga significa união. Kriya Yoga é, portanto, a arte e a ciência de alcançar a união da consciência.

A prática traz o desenvolvimento simultâneo entre o corpo, a mente, o intelecto e a alma.

A palestra do mestre Yogi abordará alguns dos benefícios das práticas de meditação para a melhora de nossa vida cotidiana, saúde física e mental. Ele falará sobre a tradição da linhagem de Kriya Yoga pelo Ashram de Karar (Puri, Índia), que formou, entre outros, Paramahansa Yogananda, seu lendário mestre. Em seguida nos contará histórias da sua sabedoria espiritual, guiará uma meditação breve e responderá perguntas.

Não perca! Dia 06 de junho, às 20h, no Cineteatro.

## Workshop de Teatro

### Trabalho corporal para o teatro – para atores e não atores

O Departamento Sociocultural e o Curso de Teatro do Paineiras apresentam seu novo curso para atores e não atores, que acontecerá em 11 de junho, terça, às 20h30, em nosso Cineteatro, com entrada franca.



#### Conheça um pouco mais sobre os orientadores do curso:

**JORGE OLIVA** - ator e coreógrafo formado em artes cênicas pela FPA - e pós-graduado pela UNIFESP em artes integrativas. Recebeu vários prêmios e participou do Festival Internacional de Teatro da Ilha de Creta-Grécia.

**SÉRGIO SAMPAIO** - formado na UNESP, ator, professor de expressão corporal e coreógrafo, e especialista em medicina tradicional chinesa. Participou de várias montagens teatrais entre elas "As troianas".

Poderão participar os alunos do curso de Teatro e interessados em geral, com ou sem experiência. Os participantes deverão usar roupas para exercícios físicos. Entrada franca. Participe!

# Espetáculo de teatro no palco do Paineiras será estrelado por atores com Síndrome de Down

Grupo de Teatro ADID Estreia o Espetáculo "A Viagem do Capitão Tornado"

**Dia 25 de junho, terça feira, às 20h30, no Cineteatro**

O palco do Paineiras já recebeu muitos espetáculos grandiosos, já viu nascer o talento de muitos atores que hoje estão tendo sucesso em sua carreira, e agora em junho mais um trabalho marcante subirá em nosso palco, uma peça estrelada somente por atores com Síndrome de Down.

O espetáculo "A viagem do Capitão Tornado" é livremente inspirado no romance Le Capitaine Fracasse (O Capitão Fracasso), do escritor francês Théophile Gautier e ambientado no século 17. A montagem narra as aventuras de um grupo teatral miserável que busca reconhecimento profissional e de novos palcos para suas apresentações.

## Sobre o Grupo ADID de Teatro

O Grupo ADID de Teatro nasceu em 1998 como extensão das aulas de artes cênicas oferecidas pela Associação para o Desenvolvimento Integral do Down. A necessidade de aprofundamento e a acentuada identificação dos alunos portadores da Síndrome de Down com a linguagem teatral, motivaram a criação da companhia, que desde então encenou diversos espetáculos.

## História de Sucesso que começou no Paineiras



Maria Inês é mãe da Cibele, atriz com Síndrome de Down, que fez uma participação no aclamado filme "Colegas" (que brevemente será exibido no Paineiras), e que também tem somente atores com Síndrome de Down no elenco. Maria Inês nos contou sua história e a da Cibele, num emocionante depoimento.

"Sou sócia antiga, desde 1970 e, como muitos, cresci e vi meus filhos crescerem entre as árvores, piscinas e muitos esconderijos encantadores do clube. Boas e inesquecíveis lembranças que desejo, se repitam como avó que um dia serei!"

Lembro com emoção, do dia 11 de outubro de 1987, pleno feriadão e lá estávamos à família toda, pais, filho e avós, curtindo o sol da primavera no parquinho infantil. "Mãe, sua barriga tá muito grande!" dizia Diego (28 anos), meu filho mais velho, brincando com seu carrinho como se minha barriga fosse uma montanha! "Amanhã minha irmã nasce e depois a gente volta pra cá, né? Pra nadar aqui. Eu vou ensinar tudo pra ela, tá!"

Com essa boa energia fomos para a maternidade São Luís e, no dia 12 de outubro, dia da criança, de Nossa Senhora Aparecida, nasceu Cibele!

Foi uma cesárea tranquila, com a participação do pai, que registrou todos os momentos de seu nascimento com muita calma até que, da forma mais cruel possível deram-lhe a notícia menos esperada: "Sua filha está bem, mas tem Síndrome de Down e provavelmente será alguém de quem nada poderá se esperar". Como muitas famílias relatam vivemos o susto da notícia com a mesma intensidade do luto, pois foi assim que sentimos, ainda que por um pequeníssimo período e, assumi-lo foi fundamental para ressuscitar em nós o desejo de lutar por nossa filha e fazê-la muito feliz!

Na época, os dois éramos pesquisadores da USP e, juntos fomos em busca de informações técnicas, medicamentos, inovações em aprendizagem, nutrição, com pais e profissionais daqui e de outros países também. Assim iniciou-se a reabilitação de Cibele, aos quinze dias de vida, com

a primeira sessão de fisioterapia e fonoaudiologia, seguidas de Terapia Ocupacional e Psicopedagogia. Nessa rotina semanal, durante muitos anos, Cibele foi otimizando todo seu potencial, mostrando claramente suas habilidades e suas dificuldades e, nós em parceria com todos os profissionais a o seu redor, promovíamos as mudanças necessárias, tentando, experimentando, pois era tudo muito desconhecido e nossa pretensão era ir o mais longe possível.

Aos quatro meses, Cibele passou a frequentar o parquinho do Clube, ainda estavam aquelas casinhas de alvenaria, onde muito brinquei também. Aos três anos, ela iniciou sua participação como aluna regular do SEFFE, nas aulas de psicomotricidade com o Prof. Franco. Saudades! Nessa época, nasceu sua irmã Letícia, sua amiga e companheira de atividades esportivas, durante os quinze anos seguintes, em Natação, Ginástica Olímpica, Judô e Ginástica Artística.

Foram muito especiais todos os professores que acolheram, com muito carinho e competência, o desafio de ensinar a Cibele o conteúdo programado para um grupo, ainda que da mesma faixa etária. Lembro que desde o início desse percurso, procurei instrumentalizá-los com todo material técnico que trazia de congressos e conferências pertinentes ao tema inclusão, saúde e cuidados com o indivíduo que tem SD. E assim, fomos tecendo uma rede de trocas muito gratificante e rica, das quais, creio eu, se valeram outros profissionais, bem como outras famílias que chegavam com seus pequenos ao clube.

Cibele iniciou seu processo de autonomia (quase total) no Clube, após dois anos de preparo, num processo lento e cuidadoso de minha presença como acompanhante. Lembro da primeira vez que a deixei na portaria do Clube e ela, que havia memorizado o número do título, passou a catraca, olhou pra mim que estava no carro e me deu tchau!! Assim passou sua primeira tarde de atividades, administrando seus horários, lanche, vestiário, pertences e sem nada esquecer! Foi um momento inesquecível!

Grande Sr. Zé, Francisca, Barros, Marlene, Bar do Chico (todos), Biblioteca (todos) e Brinquedoteca (todas) todos me apoiaram muito nesse momento. Esse aprendizado, Cibele levou para sua vida pessoal e, até hoje mantém suas conquistas enriquecidas de muitas outras atividades fora do clube, como artes plásticas (Instituto Olga Kos), saídas culturais (Núcleo Morungaba), teatro (Oficina dos Menestréis "Projeto UP"), cinema (Gata Cine filme "Colegas"). É uma cidadã ativa, escolhe seus representantes políticos e participa de tudo que acontece em sua cidade. Atualmente sua meta é uma colocação no mercado de trabalho, além de continuar a estudar. É contagiante sua alegria! É nossa musa inspiradora, nossa fonte de energias!"

# Coral Paineiras



## Enriquecimento cultural por meio da prática artística

O Coral Paineiras oferece aos seus associados uma oportunidade a mais de desenvolvimento pessoal e enriquecimento cultural, por meio da prática artística. As melhorias na qualidade de vida são notáveis, principalmente nos momentos de compartilhar com o público os resultados dessa dinâmica.

É por meio do exercício da sensibilidade e da capacidade de comunicação que essa troca com a arte se estabelece. O repertório faz dialogar a cultura popular e a erudita, a música brasileira e a estrangeira, o passado e o presente.

## Composições e Arranjos

Toda e qualquer obra musical se enquadra entre duas categorias: composição e arranjo.

Em geral, "a composição refere-se a toda obra (ou música) originalmente concebida para um determinado meio expressivo, seja coral, orquestra, instrumento, banda, etc.", explica Yara Campos, regente do Coral Paineiras.

Segundo Yara há uma diferença muito tênue entre arranjo e composição, "o arranjo é elaborado a partir de um material pré-existente, isto é, que já ocupa um lugar num dado meio social. Mas às vezes, é complicado delimitar a linha divisória entre ambas as categorias. Torna-se difícil apontar onde termina o arranjo e começa a composição e vice-versa. Tudo depende de como é tratado o material sonoro".

Os sócios interessados em cantar devem procurar a Central de Atendimento para informações e inscrições. Não é preciso ter experiência musical e não há taxa adicional. Participe!





Não perca esse espetáculo em forma de música!  
Confira as próximas apresentações do Coral Paineiras:

### III MPB Coral

O III MPB Coral é um evento que reúne ao Coral Paineiras outros corais com diferentes propostas e arranjos musicais no gênero MPB, apresentando grande diversidade artística para seus espectadores. O evento deste ano vai homenagear Vinícius de Moraes com arranjos de corais inéditos, no centenário de seu nascimento e contará com grupos convidados, o conjunto vocal Voz Moscada, o coral da empresa Edenred e o grupo vocal Canto porque gosto.

22 de junho, sábado, às 17h, no Cineteatro do Clube Paineiras.  
Entrada franca.



### Encontro de corais do ACESC

29 de junho, sábado, às 19h, no Teatro do Clube A Hebraica.  
Entrada franca.



### 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\$ 999.000,00**  
2 suítes  
145m<sup>2</sup> / 2 vagas  
Apto - Ref WI 36822

**REAL PARQUE**  
**R\$ 890.000,00**  
3 dorms (1 suíte)  
121m<sup>2</sup> / 2 vagas  
Apto - Ref WI 37266

**REAL PARQUE**  
**R\$ 750.000,00**  
3 dorms (2 suítes)  
254m<sup>2</sup> / 5 vagas  
Apto - Ref WI 37421

**REAL PARQUE**  
**R\$ 710.000,00**  
3 dorms (2 suítes)  
121m<sup>2</sup> / 2 vagas  
Apto - Ref WI 37298

**REAL PARQUE**  
**R\$ 3.000.000,00**  
4 suítes  
539m<sup>2</sup> / 4 vagas  
Cobert - Ref WI 37589

**CIDADE JARDIM**  
**R\$ 4.500.000,00**  
4 suítes  
597m<sup>2</sup> / 5 vagas  
Casa - Ref WI 37581

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](http://www.wertheimimoveis.com.br)  
[atendimento@wertheimimoveis.com.br](mailto:atendimento@wertheimimoveis.com.br)

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

# Maratona Cultural ACES C 2013

Os regulamentos para os diversos concursos da Maratona Cultural ACESC de 2013 estão disponíveis no site do Paineiras. Aproveite para interagir com outros clubes e ganhar novos amigos e conhecimento cultural.



Para os associados do Paineiras as inscrições terminam no dia 15 de junho e devem ser feitas no Setor Cultural. Cada clube poderá concorrer com até 8 participantes, sendo 4 homens e 4 mulheres. Havendo quantidade superior de inscritos, no dia 15 de agosto será realizada uma seleção interna para definição dos candidatos que representarão o Clube.

## Encontro de Corais da Acesc

Será realizado no dia 29 de junho de 2013, na Sala Plenária da Associação Brasileira "A Hebraica!" de São Paulo, a partir das 19h. O acesso ao evento somente será permitido mediante apresentação de convite, que deverá ser retirado no Departamento Sociocultural do Paineiras com antecedência.

## Salão de Artes Plásticas

As inscrições dos sócios do Paineiras deverão ser feitas no Sociocultural, entre os dias 13 e 20 de agosto. Os associados poderão se inscrever nas categorias: Pintura Acadêmica e/ou Pintura Moderna Figurativa e/ou Pintura Abstrata e/ou Aquarela e/ou Gravura e/ou Desenho e/ou Escultura Figurativa e/ou Escultura Abstrata e/ou Instalação e Expressão Contemporânea. Serão premiados os 3 primeiros colocados de cada categoria.

## Dança de Salão

As inscrições dos sócios deverão ser feitas nos clubes filiados até dia 18 de outubro. Havendo interessados, o Departamento Sociocultural encaminhará as inscrições para a ACESC.

## Concurso de Troféu

O concurso destina-se a escolha da obra que será utilizada como troféu na premiação de todas as modalidades de concursos da Maratona Cultural ACESC 2013.

O coquetel será realizado no saguão Social do Club Atlético Paulistano, no dia 10 de Junho, das 19h às 22h. A visitação só será permitida com apresentação de convites, que estarão à disposição dos associados no Departamento Sociocultural do Paineiras.

## Mostra de Dança

A Mostra de Dança será realizada no Teatro do Esporte Clube Pinheiros, no dia 15 de Junho, das 19h às 22h.

A visitação só será permitida com apresentação de convites, que estarão à disposição dos associados no Departamento Sociocultural do Paineiras.

## Fotografia

As inscrições dos sócios deverão ser feitas no Departamento Sociocultural até às 17h do dia 3 de outubro. O tema do concurso em 2013 será "Urbanidade em foco".

Os associados poderão inscrever-se nas categorias: Infantojuvenil para até 18 anos e Adulto, para maiores de 18 anos nas modalidades: Colorida sem manipulação e/ou Preto e Branco sem manipulação e/ou Colorida ou Preto e Branco com manipulação.

As fotos coloridas transformadas em P/B serão consideradas "sem manipulação", desde que não tenham alterações na foto além da cor.

# Noite dos Namorados

Marque seu encontro romântico no dia 12 de junho, no Restaurante das Cúpulas

O Paineiras também cultiva o romantismo entre seus associados e está preparando uma noite inesquecível para os namorados. No dia 12 de junho, quarta-feira, os casais apaixonados terão um jantar especial esperando por eles, à luz de velas, boa comida e ótima trilha sonora para acompanhar.

A dupla musical Lyba Serra & David Pasqua vai embalar a noite e promete fazer os corações dispararem com músicas de Cole Porter, Burt Bacharach, sucessos de Frank Sinatra, Tony Bennet, Ray Charles, Nat "King" Cole, entre outros. Os temas de filmes românticos também ecoarão nas Cúpulas. Outro repertório terá canções de Roberto Carlos e uma delicada versão de "Moon River".



Lyba Serra & David Pasqua



Foto Ilustrativa



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.

# Festa Junina

Dias 15 e 16 de junho



Show de Zezé Di Camargo & Luciano fecha com chave de ouro o 44º Arraiá do Paineiras, que traz uma programação imperdível, com mais de 10 atrações musicais em dois dias de festa.

Está chegando uma das festas mais animadas e esperadas para os paulistanos que adoram um bom arrasta pé, o Arraiá do Paineiras, em sua 44ª edição. A mais famosa festa junina da capital paulista está recheada de atrações imperdíveis, animação, comidinhas deliciosas e muita diversão com as barracas de jogos, esperando pelos caipirinhas.

As atrações estão quentes e para todos os gostos, dos mais brincalhões até os mais apaixonados, todo mundo vai se divertir nessa festança, seja dançando coladinho ou curtindo com a galera. Vamos ter dois dias com duplas, bandas

sertanejas, forró pé de serra, forró universitário, dança country, quadrilhas e uma boa moda de viola e até DJ.

Este ano teremos uma grande novidade: além do nosso novo estacionamento, concluído no final do ano passado, para a Festa Junina está confirmada a utilização do estacionamento nas Magnólias, exclusivo para associados, com sistema de leva e traz através das vans, e, contaremos também com serviço de Valet para os visitantes (pago diretamente à empresa terceirizada).

O Clube Paineiras garante o seu conforto e segurança, seja você nosso associado ou nosso convidado.

## Confira as principais atrações:

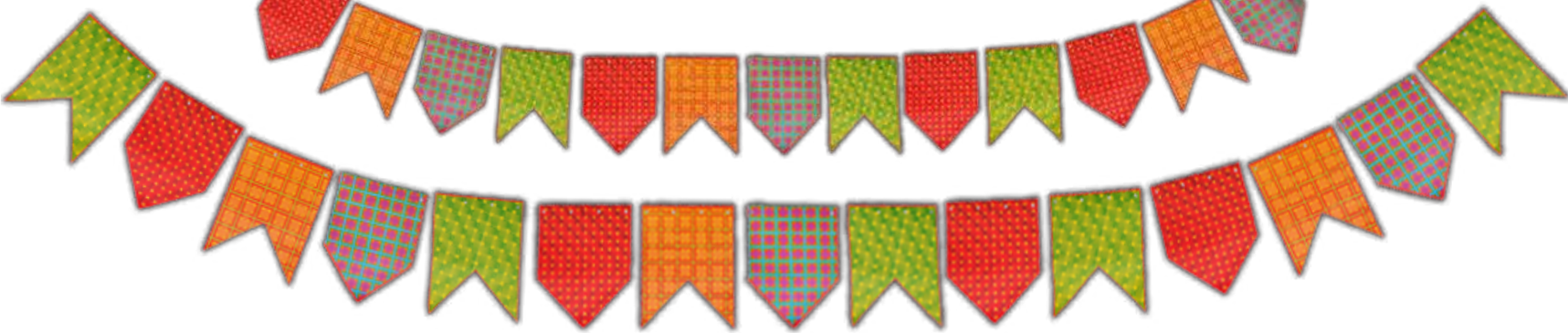
### Matheus Minas & Leandro, sábado, dia 15 de junho

Mais uma chance para ouvir boa música fruto do entrosamento de dois artistas comprometidos com a qualidade musical e amor pela música sertaneja. No show, eles vão apresentar a nova música de trabalho, "Dói, dói, dói", parte do álbum lançado ano passado em novembro, e "Gamadinha", outro sucesso da dupla. Venha curtir e dançar muito!



### Zezé Di Camargo & Luciano, domingo, dia 16 de junho

A dupla sertaneja, das mais amadas do Brasil, inova em espetáculo depois de seus 22 anos de carreira com o show em turnê "Sonhos de Amor", além de sucessos antigos como "É o amor" e "No dia em que saí de casa". Cada música terá um cenário diferente. Você não pode perder!



Fique por dentro da Programação dos dois dias de festa:



**15 de junho, sábado,  
a partir das 12h, e a festança  
vai rolar até às 2h**

Dj e o Grupo de Dança Sioux em várias apresentações durante o dia todo  
Wilson Teixeira com sua Viola  
Super Banda S.A com Sertanejo Universitário e Forró  
Quadrilha Tia Bola  
Fabiano Martins, com Sertanejo Universitário  
Estação Lunar, com muito Forró  
Quadrilha Tia Bola  
Marcos & Miller  
Alessandra Rios, Country e Moda de Viola  
Yassir Chediak, com seu Arrasta Pé Violado

**E a grande atração do dia:  
Mateus Minas & Leandro, com Sertanejo  
Universitário**

**16 de junho, domingo,  
a partir das 12h, e a festança  
vai rolar até às 23h**

Dj e o Grupo de Dança Sioux em várias apresentações durante o dia todo  
Wilson Teixeira com sua Viola  
Super Banda S.A com Sertanejo Universitário e Forró  
A mais que esperada "Quadrilha Paineiras"  
Trio Sinhá Flor  
Fabiano Martins, com Sertanejo Universitário  
Quadrilha Tia Bola  
Marcos & Miller  
Yassir Chediak, com seu Arrasta Pé Violado  
Red Fox e o Grupo de Dança Sioux

**E pra fechar com chave de ouro:  
Zezé Di Camargo & Luciano**

**Não perca tempo e adquira já os ingressos para seus convidados:**

- 15/06 (Sábado) Matheus Minas & Leandro - R\$ 60,00
- 16/06 (Domingo) Zezé Di Camargo & Luciano - R\$ 100,00

Vendas no estande de vendas da Central de Atendimento – CAT, até o dia 16/06 ou término dos ingressos, para convidados a partir de 06 anos.

# SEXTA NOBRE DANÇANTE

Das 21h30 às 02h  
Local: Restaurante das Cúpulas

Num ambiente com diversão, música de qualidade e repertório pra lá de variado, é assim que o associado vai curtir as sextas no Paineiras!

Venha se divertir com os amigos!

## Dia 07 de junho - Festival do camarão com Super Banda S.A

Com um repertório eclético, passando pelos ritmos do Sertanejo, MPB, POP entre outros, a Super Banda S.A garante a animação da noite no Paineiras e promete não deixar ninguém parado, afinal, oferecem diversão e música de qualidade.

Considerada uma das melhores bandas do mercado, com 15 anos de estrada, a Super Banda S.A é hoje uma das mais requisitadas em eventos sociais e corporativos.



## Dia 21 de junho - Banda Feelings



A Banda Feelings põe a galera pra dançar! Nos ritmos de Tango, Salsa, anos 70/80/90, Rock Nacional, Clássicos do Rock, Pop, Baladas, MPB, Samba, Forró, Axé, Sertanejo, Country e músicas de colônias, reúna os amigos e venha dançar com essa galera!

A banda que se formou em 1995 com Freddy Candia (músico formado na Argentina) e Lia, como coordenadora da banda, hoje é composta por Nelson, Jaqueline e Wagner além dos músicos eventuais que os acompanham.

## Dia 28 de junho - Banda Musical EM MI

Atuando a mais de 20 anos em eventos corporativos e confraternizações, a Banda Musical EM MI composta por membros da mesma família, promete um show animado, com um repertório variado passando pelos ritmos de Country, Axé, Choro, Samba e Anos 60.

A Banda tem em seu portfólio eventos realizados nos principais clubes e empresas de São Paulo.



**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

**Venha se divertir nas sextas  
dançantes do Paineiras!**

# 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](http://www.molduraminuto.com.br)

**MOLDURA**  
**MINUTO**

# SÁBADO MUSICAL

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

Com atrações que agradam a todos os gostos, a programação de Junho está muito bacana! Bolero, Soul, MPB e clássicos de Seresta prometem envolver a todos os presentes num clima intimista e romântico. Confira as atrações!

Venha se divertir com o Sábado Musical do Paineiras!



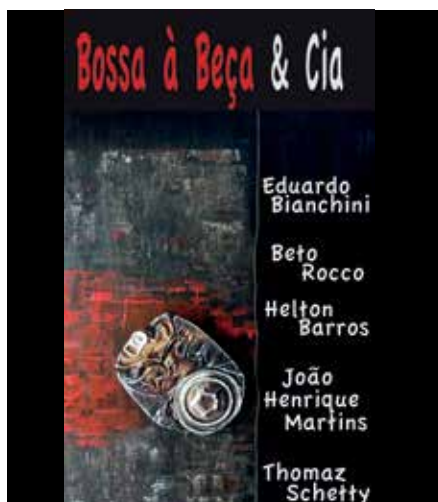
Dia 01 de junho

### INDJOY – Música pela preservação do Meio Ambiente

Com um repertório que reúne clássicos do Pop Rock internacional, Pop – Bossa, Instrumental e canções próprias do grupo, o INDJOY se apresenta no Piano Bar em comemoração ao Dia Mundial do Meio Ambiente, dia 05 de Junho!

Criado pelo associado Renato Jimenez e sua esposa, a bióloga Susi Schetty, o INDJOY nasceu do desejo de usar a música como estímulo para a preservação ambiental.

Com o intuito de reunir um grupo com grande numero de pessoas o INDJOY utiliza a música em prol dessa causa. Confira!



Dia 08 de junho

### Standards e MPB com a Banda Bossa à Beça & Cia

De Bossa Nova a Jazz Standard a Banda Bossa à Beça promete animar a noite no Piano Bar! Enaltecendo sucessos dos nossos grandes compositores, a banda composta por Eduardo Bianchini, José Roberto Rocco, Helton Barros e João Henrique Martin garante a diversão com a participação de Thomaz Schetty.



Dia 22 de junho

### O Melhor do Soul Music com Alessandra de Martino

Dona de uma voz poderosa, Alessandra De Martino traz ao Paineiras um show com canções grandiosas, cheias de ritmo e personalidade que combinam influências do blues, jazz e soul com a atmosfera brasileira.

A cantora que traz referências clássicas de ícones como Aretha Franklin, Etta James, a eterna Elis Regina, e outras atuais como Amy Winehouse e Joss Stone, mescla clássico com moderno, trazendo roupagens mais Pop às canções. Incrível!





Dia 29 de junho

## Clássicos das Serestas e Boleros com Sarita e Lilico

Para os amantes das canções que marcaram época, a noite do dia 29 promete ser inesquecível! Com clima nostálgico os músicos Sarita e Lilico irão apresentar canções que relembram antigos sucessos musicais nos ritmos de Seresta e Bolero. Venha ouvir e relembrar os velhos tempos!

## Venha se divertir com o Sábado Musical do Paineiras!

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

**Idade:** A partir de 16 anos desde que acompanhados por responsável (associado) maior.

**Serviço de A&B:** Porções e à la carte.

## 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**

VOCÊ GOSTA? RECOMENDAMOS!

Acesse [www.9wines.com.br](http://www.9wines.com.br) e confira!

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

# Programação Junho/2013 - Filmes Adultos

Não haverá sessão de cinema adulto nos dias 15 e 16 de junho.



## 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:** 120min **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:** 122min **Gênero:** Drama **Classificação:** 14 anos



## Lincoln – 2013 (EUA) – 07/06 (sexta-feira) – 20h30

O filme se passa durante a Guerra Civil Norte-Americana, ao mesmo tempo em que se preocupava com o conflito, o 16º Presidente, Abraham Lincoln (Daniel Day-Lewis), travava uma batalha ainda mais difícil em Washington. Ao lado de seus colegas de partido, ele tentava passar uma emenda à Constituição dos Estados Unidos que acabava com a escravidão.

**Direção:** Steven Spielberg

**Atores:** Daniel Day-Lewis, Sally Field, David Strathairn

**Duração:** 153min **Gênero:** Drama **Classificação:** 10 anos

## Os Intocáveis – 2011 (França) – 08/06 (sábado) – 19h

Philippe (François Cluzet) é um aristocrata rico que, após sofrer um grave acidente, fica tetraplégico. Precisando de um assistente, ele decide contratar Driss (Omar Sy), um jovem problemático que não tem a menor experiência em cuidar de pessoas no seu estado. Aos poucos a amizade entre eles se estabelece, com cada um conhecendo melhor o mundo do outro.

**Direção:** Eric Toledano e Olivier Nakache

**Atores:** François Cluzet, Omar Sy, Audrey Fleurot

**Duração:** 111min **Gênero:** Comédia **Classificação:** 12 anos



## O Hobbit : Uma Jornada Inesperada – 2012 (EUA , Nova Zelândia) – 09/06 (domingo) – 19h

Bilbo Bolseiro vive uma vida pacata no condado, como a maioria dos hobbits. Um dia, aparece em sua porta o mago Gandalf, que lhe promete uma aventura como nunca antes vista. Na companhia de vários anões, Bilbo e Gandalf iniciam sua jornada inesperada pela Terra Média. No meio do caminho encontram Elfos, Trolls e, é claro, a criatura Gollum e seu precioso anel.

**Direção:** Peter Jackson

**Atores:** Ian McKellen, Martin Freeman, Richard Armitage

**Duração:** 170min **Gênero:** Aventura **Classificação:** 12 anos

## Rota Irlandesa – 2010 (França, Itália, Bélgica, Espanha) – 14/06 (sexta-feira) – 20h30

Após se aposentar das forças especiais do Reino Unido em 2004, Fergus vai trabalhar em uma firma de segurança privada no Iraque. Ele convence seu amigo de infância, Frankie, a entrar com ele no negócio. De volta à sua cidade, recebe a notícia de que Frankie morreu na Route Irish, então decide investigar o ocorrido, descobrindo verdades que desafiam a memória dos dias felizes que passaram juntos.

**Direção:** Ken Loach

**Atores:** Geoff Bell, Najwa Nimri

**Duração:** 109min **Gênero:** Drama **Classificação:** 14 anos





### O vingador do futuro – 2012 (Canadá, EUA) – 21/06 (sexta-feira) – 20h30

Doug Quaid (Colin Farrell) leva uma vida pacata morando na Colônia. Um dia, resolve visitar a ReKall, uma empresa que oferece aos clientes a inserção de memórias no cérebro. Doug se submete ao tratamento, mas algo dá errado e ele logo se vê cercado por policiais, os quais mata sem dó. Assim começa a busca por decifrar o enigma de seu passado que envolve a libertação da Colônia.

**Direção:** Len Wiseman

**Atores:** Colin Farrell, Kate Beckinsale, Jessica Biel

**Duração:** 121min **Gênero:** Ação **Classificação:** 14 anos

### Sombras da Noite – 2012 (EUA) – 22/06 (sábado) 19h30 (Horário Especial, devido à apresentação de Coral)

Barnabás, junto de seus pais, deixa a Inglaterra rumo aos Estados Unidos, na intenção de escapar de uma maldição que atingiu a família. Vinte anos depois, Barnabás é um playboy que tem a cidade aos seus pés. Após partir o coração de Angelique Bouchard, sem saber que era uma bruxa, é transformado em vampiro e preso numa tumba por dois séculos, quando enfim desperta, em meio a um mundo desconhecido.

**Direção:** Tim Burton

**Atores:** Johnny Depp, Michelle Pfeiffer, Helena Bonham Carter

**Duração:** 113min **Gênero:** Comédia e Fantasia **Classificação:** 14 anos



### Super 8 – 2011 (EUA) – 23/06 (domingo) – 19h

Joe Lamb, fã de cinema, se diverte ao lado dos amigos Charles, Martin e Cary ao tentar rodar um filme caseiro para participar de uma competição local para jovens cineastas. O grupo vai de madrugada rodar uma cena na estação ferroviária local. É quando descarrilamento de grandes proporções acontece. Logo o local está cercado pelo exército, que procura algo que estava alojado em um dos vagões. Então, estranhos desaparecimentos começam a acontecer na pequena cidade de Lillian.

**Direção:** J.J. Abrams

**Atores:** Kyle Chandler, Joel Courtney, Elle Fanning

**Duração:** 112min **Gênero:** Ficção Científica **Classificação:** 12 anos

### Jack Reacher - O Último Tiro – 2013 (EUA) – 28/06 (sexta-feira) 20h30

Um crime brutal foi cometido contra cinco pessoas ao mesmo tempo e um atirador de elite, veterano de guerra, foi acusado pelos assassinatos. Durante o interrogatório, ele cita apenas o nome de Jack Reacher (Tom Cruise), um ex-combatente com inúmeras condecorações, dado como desaparecido para o governo e autoridades. Só que ele aparece do nada e resolve investigar por conta própria o tal mistério de um jeito especial de fazer a sua justiça, doa a quem doer.

**Direção:** Christopher McQuarrie

**Atores:** Tom Cruise, Rosamund Pike, Robert Duvall

**Duração:** 130min **Gênero:** Ação **Classificação:** 14 anos



### Imortais – 2011 (EUA) – 29/06 (sábado) – 19h

Grécia, 1228 A.C. O Rei Hiperion está em busca do arco de Épiro, uma poderosa arma que pode matar até mesmo deuses. Para encontrá-la ele conduz seu exército a todos os vilarejos, deixando um rastro de destruição. Quando as tropas chegam à vila de Theseus, matam a sua mãe e o capturam. No cativeiro ele está entregue à morte, mas recebe apoio de Phaedra, uma vidente que também está presa e teve uma visão em que Theseus empunha o cobiçado arco de Épiro.

**Direção:** Tarsem Singh

**Atores:** Henry Cavill, Mickey Rourke, Luke Evans

**Duração:** 110min **Gênero:** Ação/Fantasia/Aventura **Classificação:** 16 anos

### O Ditador – 2012 (EUA) – 30/06 (domingo) – 19h

A história do General Aladeen, ditador da República de Wadiya, localizada no norte da África. Ele dedica sua vida inteira a garantir que a democracia jamais chegue ao seu país, enquanto ergue estátuas em sua própria homenagem. Quando a comunidade internacional suspeita que Wadiya esteja construindo uma arma nuclear, ele é intimado a se explicar na sede da ONU, nos Estados Unidos. Mas seu encontro com a democracia americana não se passa exatamente como ele esperava.

**Direção:** Larry Charles

**Atores:** Sacha Baron Cohen, Anna Faris, Ben Kingsley

**Duração:** 83min **Gênero:** Comédia **Classificação:** 14 anos



# Brinquedoteca

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



## A Brinquedoteca está em festa!

**Programação especial - Dia 29 de junho, sábado, das 11h às 15h, no Pátio do Centro Cultural**

O ponto de encontro de nossos pequenos está em festa! Para comemorar o 15º aniversário o Departamento Sociocultural preparou uma programação pra lá de especial para a garotada. No dia 29 de Junho, sábado, das 11h às 15h no pátio do Centro Cultural Paineiras, a criançada vai se divertir com esculturas de bexigas, maquiagem, camarim fashion, brinquedos e barraquinhas de pipoca, algodão doce e apresentação do Mágico Miguel, às 14h.

Com atividades educativas, num ambiente aconchegante e descontraído, a Brinquedoteca do Paineiras tem o prazer de dividir está alegria comemorando seu 15º aniversário com nossas crianças.

Traga seu filho para curtir está festa!



### Hora do Conto

**Acontece nos dias 4, 11, 18 e 25, terças, às 10h30 e 16h**

A atividade lúdica da hora do conto amplia a imaginação e ajuda a criança a organizar sua fala, através da coerência e da realidade. O ver, sentir e ouvir são as primeiras experiências na memória das pessoas, e as histórias revelam essas memórias por meio de uma linguagem prazerosa e educativa. A hora do conto é um momento de interação, magia e aprendizagem. Seu filho vai curtir muito esse momento!



### Circuito da Brinquedoteca

**Sábados e Domingos, às 15h30**

E em mês de comemoração, as atividades estão ainda mais divertidas! Brincadeiras, histórias e muitas risadas, é com esse clima que as crianças estimulam a criatividade, o aprendizado e fazem novas amizades nas tardes da Brinquedoteca.

## Programação Especial

**Aqui a diversão está garantida!**

A criançada vai adorar a programação deste mês! Confira!

**Dia 1, sábado:** Brincadeiras "Lá vem o rato" e "A sopa está pronta"

**Dia 23, domingo:** Brincadeiras "Passa-chapéu" e "Bigode do caipira"

**Dia 29, sábado:** Aniversário da Brinquedoteca com programação mais que especial



# SEARTI – Setor de Educação Artística

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

A programação está incrível! Utilizando sucatas e materiais recicláveis os pequenos vão deixar a imaginação rolar solta nas aulas de artes do Paineiras! Atividades que estimulam a criatividade, com orientação de profissionais capacitados que atendem a todas as necessidades da criança. Confira a programação!



## Fique de olho na programação:

- 01 - **Confecção de Relógio:** Caixa de leite, papel espelho, cola e canetinha
- 03 e 04 - **Sucata Livre:** Sucata, papéis diversos, cola e tesoura
- 05 e 06 - **Confecção de Pula-Pula:** Papel paraná, tampinha, papel cartão e elástico
- 07 e 08 - **Confecção de Vai-Vem:** Garrafa PET e barbante
- 10 e 11 - **Confecção de Carrinho:** Caixa de leite, tampinha, papel espelho e cola
- 12 e 13 - **Confecção de Balão:** Pote de manteiga, papel contact, palito de churrasco, bexiga e EVA
- 14 - **Confecção de Porta Joia:** Papel paraná, papel camurça, cola e canetinha
- 17 e 18 - **Confecção de Borboleta:** Rolo de papel, papel espelho, papel cartão, cola e canetinha
- 19 e 20 - **Trabalhos com Bandeja de Isopor :** Bandeja de isopor, EVA e canetinha
- 22 - **Confecção de Girafa:** Caixa de leite, papel espelho, papel cartão, cola e canetinha
- 24 e 25 - **Trabalhos com Canudos:** Canudos, figuras diversas, cola e canetinha
- 26 e 27 - **Confecção de Rato:** Papel paraná, papel espelho, cola e canetinha
- 28 e 29 - **Porta Lápis:** Rolo de papel, EVA, cola, canetinha e papel camurça.



**Nota:** Nos dias 15, 16 e 21 de junho o SEARTI e a Brinquedoteca estarão fechados.

# Programação Maio/2013 - Desenhos e Filmes Infantis

Não haverá sessão de cinema infantil nos dias 15, 16 e 22 de junho.



## Jake e os Piratas da Terra do Nunca: Salvando Bucky – 2012 (EUA) 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) – 02/06 – (domingo) – 16h

De Volta à Terra do Nunca se passa durante a Segunda Guerra Mundial. Diante do horror do conflito, 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, então com 12 anos, e a leva à Terra do Nunca. Enquanto permanece nas mãos do vilão, Jane começa a enxergar o mundo como um lugar muito problemático.

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



## Frankenweenie – 2012 (EUA) – 08/06 (sábado) – 16h

Victor (Charlie Tahan) adora fazer filmes caseiros de terror, quase sempre estrelados por seu cachorro Sparky. Quando o cão morre atropelado, Victor fica triste e inconformado. Inspirado por uma aula de ciências que teve na escola, em que um professor mostra ser possível estimular os movimentos através da eletricidade, ele constrói uma máquina que permita reviver Sparky. O experimento dá certo, mas o que Victor não esperava era que seu melhor amigo voltasse com hábitos um pouco diferentes.

Direção: Tim Burton Atores: Charlie Tahan, Winona Ryder, Martin Landau  
Duração: 87 min Gênero: Animação e Comédia Classificação: 10 anos

## Peter Pan – 2003 (EUA) – 09/06 (domingo) – 16h

Peter Pan (Jeremy Sumpter) é um garoto que nunca cresce e que vive na Terra do Nunca juntamente com os Garotos Perdidos e a Fada Sininho. Num belo dia, Peter Pan visita a casa dos Darling e convence Wendy (Rachel Hurt-Wood), John (Harry Newell) e Michael (Freddie Popplewell) a viajar com ele para o lugar onde vive. Lá todos enfrentarão a ameaça do temível Capitão Gancho (Jason Isaacs).

Direção: P.J. Hogan Atores: Jason Isaacs, Lynn Redgrave, Olivia Williams  
Duração: 116 min Gênero: Fantasia e Aventura Classificação: Livre



## Animais Unidos Jamais Serão Vencidos – 2011 (Alemanha) – 23/06 (domingo) – 16h

Um grupo de animais decide sair da região onde vive, na África, já que estão ameaçados pela seca. Chegando ao novo lar, eles se deparam com a intervenção humana na natureza: o dono de um hotel de luxo construiu uma represa e os animais continuarão sem água no lugar que prometia ser o paraíso. Os bichos resolvem, então, realizar uma conferência paralela ao que está sendo feito entre os políticos e vão discutir o assunto.

Direção: Reinhard Klooss e Holger Tappe Atores: Ralf Schmitz, Thomas Fritsch, Christoph Maria Herbst, Bastian Pastewka  
Duração: 93 min Gênero: Animação Classificação: Livre

## Zé Colméia – 2011 (EUA/ Nova Zelândia) – 29/06 (sábado) – 16h

Adaptação para os cinemas do desenho animado homônimo da empresa Hanna-Barbera, que fez sucesso na TV nas décadas de 60 e 70. No filme, o parque Jellystone tem perdido seus visitantes, o que leva o ganancioso prefeito Brown a querer fechar o lugar e vender o terreno. Zé Colméia e Catatau correm então contra o tempo para salvar o parque para as famílias e, claro, para eles mesmos.

Direção: Eric Brevig Atores: Dan Aykroyd, Justin Timberlake, Anna Faris, Tom Cavanagh  
Duração: 80 min Gênero: Comédia Classificação: Livre



## Anastasia – 1997 (EUA) – 30/06 (domingo) – 16h

Anastasia, filha do Czar Nicholas, nasce em 1916, na Rússia. Depois da maldição de Rasputin contra os Romanovs, a pequena Anastasia é separada de sua avó, a Imperatriz Maria. Ela cresce em um orfanato e se torna uma jovem mulher chamada Anya. Sem memórias claras de sua juventude, Anya encontra pessoas que procuram por alguém parecido com Anastasia, na esperança de conseguirem uma recompensa oferecida pela velha Imperatriz, que fugira para a França. Anya sai à procura de sua identidade numa aventura cheia de romance, música e humor, enfrentando as peripécias do terrível feiticeiro Rasputin e de seu morcego Bartok.

Direção: Don Bluth e Gary Goldman Atores: Meg Ryan, John Cusack, Kelsey Grammer, Christopher Lloyd  
Duração: 94 min Gênero: Animação Classificação: Livre

# Teatro Infantil Paineiras Apresenta: "Histórias de um Boneco Pinóquio"

Cia. Teatral Atos e Cenas

Dia 08 de junho, sábado, às 11h, no Cineteatro.



Baseado no conto original de Carlo Colodi, a peça conta a história de maneira lúdica e divertida, do boneco de madeira esculpido pelo bondoso velho Gepeto, o Pinóquio.

Sempre acompanhado de sua consciência, o grilo falante, o boneco que sonhava em ser menino de verdade se envolve em várias confusões e aventuras. Desobedecendo ao conselho do Grilo e às ordens de Gepeto, Pinóquio é castigado pela Fada Azul, e a cada mentira que conta seu nariz cresce.

Mesmo prometendo ir à escola, é seduzido pelas más companhias e vai à ilha das brincadeiras, onde acaba ganhando a suprema humilhação de ter "orelhas de burro". Com a ajuda da Fada Azul volta ao normal e reconhece que o que fazia era errado.

Quando se dá conta de seu erro, Pinóquio vai em busca do "pai" para obter o seu perdão. Descobre, porém, que Gepeto naufragara procurando por ele na ilha das brincadeiras e é engolido por uma baleia. Pinóquio arrisca a própria vida para salvar Gepeto e consegue tirá-lo de dentro da baleia. A saída de Gepeto da baleia, como a saída de Jonas, é um novo nascimento. Pelo seu ato de amor, Pinóquio resgata o direito a real transformação, e se torna "um menino de verdade".

Os convites são limitados às 228 poltronas existentes e deverão ser retirados no estande de vendas da Central de Atendimento - CAT, gratuitamente, a partir das 9h do dia da apresentação

## Ficha Técnica

Peça: "Histórias de um Boneco Pinóquio"

Direção: Nilceu Bernardo

Texto: Carlo Collodi

Adaptação: Solange Rivas

Elenco: Leda Fernandes /Marina Ronque /Rogério Oliveira / Sabrina Burato



# Bem-Estar

## Departamento de Higiene & Saúde investe em treinamento para emergências

### *Uma equipe preparada para atender urgências*

A preocupação com a qualidade da assistência nas situações de urgência e emergência fez com que o Clube promovesse no último dia 30 de abril, um treinamento de 8 horas para 22 pessoas das mais diferentes áreas. O Paineiras está investindo em educação continuada para seus colaboradores, concessionárias e associados.

Foram abordadas as atuações em situações como traumas ortopédicos, quadro convulsivo, afogamento, queimaduras, engasgo, parada cardiorrespiratória e manuseio de desfibriladores.

**Associado, fique tranquilo, você está seguro e muito bem assistido por nossa equipe!**



## Zelando pela Segurança de Nossos Associados

### *"1 Semana de Segurança em Ambientes Aquáticos"*

Nossos salva-vidas deram uma aula importante de salvamento na água para as crianças associadas de 5 a 12 anos da Natação, nos dias 6 e 7 de maio. A aula sobre Segurança em Ambientes Aquáticos, foi uma iniciativa da Área Formativa do Departamento de Esportes e do Departamento de Higiene & Saúde do Paineiras, e aconteceu na Piscina Olímpica.

Os participantes foram os alunos dos cursos do SEFFE de Natação, Nado Sincronizado e Polo Aquático, que aprenderam procedimentos essenciais para se realizar um salvamento. Os professores elaboraram apostilas educativas sobre segurança e higiene, com foco em ambientes aquáticos e reproduziram vídeos pedagógicos sobre os temas tratados.



#### Treinamento realizado simulando um salvamento:

- Respiração e massagem cardiorrespiratória com a boneco de simulação.
- Técnicas de abordagem de salvamento que apenas o salva-vidas pode aplicar.
- Livrar-se de câimbras.
- Ligue 123, para emergências no Clube Paineiras.



#### Dicas de segurança abordadas no curso:

- Nunca nade sozinho.
- Nunca mergulhe em águas em que você não conheça a profundidade.
- Nunca entre na água para tentar salvar alguém se afogando.
- Não corra no recinto da piscina.
- Deixe o recinto da piscina, praias e represas ao sinal de raios e trovões.
- Consulte o Mapeamento de Risco de nossas piscinas, com fotos e devidas explicações.
- Água no umbigo, sinal de perigo!



## Paineiras em ação Vacinação contra a gripe

A vacina contra a gripe se tornou essencial, já que temos quase uma epidemia em São Paulo, e o Paineiras concluiu mais uma campanha de vacinação com êxito. A Campanha para a família paineirense imunizou este ano 2 mil pessoas em 3 dias.

O gestor do Departamento de Higiene & Saúde do Paineiras, Jefferson Gutierrez, comentou satisfeito sobre o resultado do trabalho:

“Foram dias de extrema satisfação para os profissionais da equipe e direção deste Departamento.”




### Faça sua parte!

*Vamos colaborar e atender as regras do Clube, elas visam adequação e bem-estar de todos*

O fraldário é um espaço de uso comum, portanto, todos os associados podem ter acesso a ele. Para garantir o bem-estar de todos e uso adequado deste espaço, é essencial seguir regras de bom uso e convívio. Fique atento, não é permitido entrar com carrinhos de bebê no fraldário!


#ficaadica



## 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: Leila Telles de Oliveira CROSP 50740

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

- Estacionamento próprio



**Tel.: 3772-5292**



[www.clinicaopencenter.com.br](http://www.clinicaopencenter.com.br)

Conheça nosso

## Check up Preventivo Digital

[www.clinicaopencenter.com.br](http://www.clinicaopencenter.com.br)

# Natação

## Natação Petiz, a primeira seletiva da vida de nossos futuros campeões

Vamos dar continuidade ao nosso papo do mês passado. Em maio falamos da categoria Mirim, e que as categorias da Natação são divididas de acordo com a idade do atleta. Nesta edição, destaque para os nossos futuros campeões, a categoria Petiz. A dos atletas nascidos em 2002 e 2001, Petiz 1 e Petiz 2, respectivamente.

O Professor Cesar, técnico da categoria no Paineiras, comentou sobre essa nova fase na vida dos atletas mirins, "Mudanças importantes ocorrem nos treinamentos quando os nadadores passam para esta categoria. É nessa fase que eles começam a nadar todos os dias (de segunda a sábado) e a trabalhar fora da água também, junto com o Setor de Preparação Física do Clube".

Com relação às competições, no Petiz, se iniciam os torneios mais animados, como o Sudeste de Natação e a oportunidade de fazer parte da primeira seleção da vida dos atletas - o Troféu Kim Mollo de Natação. Para estas duas competições, existem índices de participação, seletivas, e o mais legal, a viagem!

"Podemos falar que no Petiz, nossos alunos começam a virar atletas de verdade!" Acrescenta entusiasmado o Professor Cesar.

Ficou interessado? Venha falar com o Professor Cesar, todos os dias entre 14h e 18h. Saudações Aquáticas!



Foto Ilustrativa



Foto Ilustrativa



Foto Ilustrativa

## Paineiras venceu importante competição de Nado Borboleta

Mais um prêmio para a equipe de Natação Paineirense, o Troféu Marcelo Biazzoto, que aconteceu em 20 de abril e homenageia um importante atleta do nado borboleta do Brasil de mesmo nome. Essa competição acontece há mais de 15 anos em São Caetano do Sul, SP.

Dos seis troféus da premiação (ouro, prata e bronze – masculino e feminino) o Paineiras ganhou três. Os atletas, tanto homens quanto mulheres, devem cumprir provas de 50, 100 e 200 metros borboleta. Os vencedores na categoria Absoluto receberam o troféu.

Conheça os atletas paineirenses que brilharam no evento:



Carolina Artacho – vice-campeã feminina



Wesley Gemente – campeão masculino



Thiago Paranhos – terceiro lugar masculino

Parabéns aos nossos nadadores por mais essa vitória!

## Paineiras fica entre as melhores equipes do Brasil nas Seletivas do Troféu Maria Lenk

Os atletas da Natação do Paineiras começaram muito bem o ano de competições e já se posicionaram entre os melhores clubes do Brasil. O Troféu Maria Lenk de Natação iniciou o calendário de 2013 em abril, como uma das mais disputadas dos últimos anos, com seletivas para dois campeonatos mundiais - o Mundial Junior de Natação, de Dubai, e o Mundial de Natação, que será disputado em Barcelona.

Nossos três atletas, Aline Saporito Caetano, Carolina Jaen Saad e João Pedro Cervone, disputaram 12 provas e conseguiram 8 finais, colocando o Paineiras entre os 38 melhores clubes de todo o Brasil e na 14ª posição geral, sendo a 12ª colocação no ranking Feminino e a 18ª colocação no Masculino. O nosso atleta que mais se destacou foi João Pedro Cervone, que alcançou o índice para o Campeonato Mundial Junior.

“Na relação “pontos por atleta”, o Paineiras com 25,6 pontos, ficaria certamente entre as 10 melhores equipes do campeonato, prova da qualidade da equipe que representou o Clube.”

Concluiu satisfeito o Coordenador Técnico de Natação, Prof. Rogério “Mixirica” Nocentini.



Aline Saporito



Aline Saporito, João Cervone, Carol Saad



Luiz Orione (psicólogo),  
Aline Saporito, João Cervone e Carol Saad

Parabéns ao atleta João Pedro que já pode sonhar com as piscinas de Dubai!

## Natação SEFFE/SAT

### Festival de Natação da A Hebraica

*Nossos futuros competidores em ação*

O Festival de Natação, realizado na Associação Brasileira de São Paulo “A Hebraica” aconteceu em 13 de abril, com a participação de 13 alunos na categoria dos nascidos entre os anos de 2002 a 2006.

A competição que durou 3 horas, contou com o brilho e o ânimo dos participantes que seguiram empolgados, mesmo com a chuva, que transferiu a prova para uma piscina coberta. Todos os participantes receberam a premiação do Festival e celebraram a conquista.

Confira o ranking dos atletas mirins participantes:

Bernardo Curvello, Bruna Shultz, Bruno Frossard, Bruno Machado, Bruno Passoni, Bruno Zappa, Erik Guimarães, Fernando Arnus, Giovanni Minatel, Isadora Azevedo, Laura Simões, Marcelo Drummond, Pedro Fujita, Rafael Shultz e Renata Smith.



# Matrícula e Rematrícula – Natação SEFFE 2º Semestre

Aberta a temporada de matrícula e rematrícula para os cursos de Natação do SEFFE. O curso visa à iniciação do aluno na modalidade, e especialmente, despertar e desenvolver o interesse de nossos pequenos pela prática esportiva. Confira aqui a agenda!

**Rematrícula:** dias 24, 25, 26, 27 e 28 de junho

**Sorteio da Rematrícula:** dia 29 de junho

Na Central de Atendimento - CAT

**Troca para a 2ª opção de horário:**

dias 01 e 02 de julho

**Alunos Novos**

**Teste:** dias 03 a 28 de junho

**Matrícula:** dias 03, 04, 05 e 06 de julho

**Sorteio da Matrícula:** 08 de julho

## Informações Gerais sobre Rematrícula e Matrícula:

- 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.
- Se o número de alunos for maior que o número de vagas disponíveis, o sistema informatizado indicará quais turmas necessitarão de sorteio.
- Após o sorteio, as informações sobre o resultado serão divulgadas pela Central de Atendimento - CAT e no site do Paineiras.
- Início das aulas do 2º Semestre: 05 de agosto de 2013

## IMPORTANTE:

- Site do clube: [www.clubepaineiras.com.br](http://www.clubepaineiras.com.br)
- Horário de funcionamento da Central de Atendimento - CAT: de segunda a sexta-feira, das 08h às 20h, sábados, domingos e feriados, das 08h às 17h.



# Natação Master

## 2ª Etapa do Circuito Paulista Masters de Natação

### Superação e Novos Recordes para a Natação Master do Paineiras

Uma competição que resultou em recordes e novas marcas. Foi assim essa etapa do Circuito Masters de Natação, realizada em 14 de abril nas piscinas do Esporte Clube Pinheiros, que contou com a participação de 28 entidades e 280 atletas inscritos. O nível forte dos atletas se refletiu na quebra de diversos recordes - Paulista, Brasileiro e Sul-Americano.

### Alguns atletas se destacaram por terem estabelecido novos recordes!

#### Confira:

Nadir Taubert, categoria 80 – estabeleceu novo recorde Sul-Americano, Brasileiro e Paulista na prova de 200 metros nado borboleta.

Equipe 280 A Masculina, com Ricardo Yamin, Lorival Dias Filho, Douglas Alpino e José Eugenio Guisard – estabelecem novo recorde Sul-Americano, Brasileiro e Paulista para a prova 4x50 livre.

Equipe 280 A Feminina, com Elza Marina Mazzei, Renate Langeani, Nadir Taubert e Helena Castro – estabelecem novo recorde Paulista para a prova 4x50 livre.

#### A classificação geral por pontos ficou assim:

- 1º lugar - Clube Paineiras do Morumbi com 1.550
- 2º lugar - Esporte Clube Pinheiros com 1.493
- 3º lugar - Academia Competition com 946

Confira a lista dos Atletas Medalhistas (até 3º lugar) no site do Paineiras: [www.clubepaineiras.com.br](http://www.clubepaineiras.com.br)



Equipe participante da 2ª etapa do Circuito Paulista

## 51º Campeonato Brasileiro Masters de Natação

Quem participou ou foi assistir ao 51º Campeonato Brasileiro Masters de Natação que aconteceu na piscina do Grêmio Náutico União de Porto Alegre – RS, de 25 a 28 de abril, viu uma competição batalhada até a última braçada e com vitórias emocionantes.

Foram 514 atletas inscritos e a participação de 67 entidades. A competição foi dividida em três grupos, as Equipes Grandes (de 18 a 110 atletas), Equipes Médias (de 8 a 17 atletas), e

Equipes Pequenas (de 1 a 7 atletas). O Paineiras estava entre as equipes pequenas, que contou com a participação de 44 entidades no torneio.

Nossos atletas conquistaram suas colocações dentro de uma disputa acirrada. Ao final da primeira etapa estávamos em 1º lugar, ao término da segunda ocupávamos o 4º e nas últimas duas, ficamos em 6º lugar. Conquistamos a 6ª colocação (equipes pequenas) somando 288 pontos.

### Parabéns ao nossos atletas!

**Elza Marina Mazzei** - Campeã Brasileira nas provas 400 medley, 1500 livre, 200 medley, 200 costas, 400 livre e 200 borboleta.

**Marcia de Thuin** - 2º lugar 400 medley, 4º lugar 1500 livre, 5º lugar 50 borboleta, 3º lugar 200 costas.

**Maria Stella D'Almeida** - 3º lugar 200 borboleta, 2º 100 borboleta, 4º lugar 50 costas.

**Mercedes Risso** - 3º lugar 1500 livre, 3º lugar 400 livre, 2º lugar 100 borboleta, 3º lugar 200 borboleta.



Marcia Thuin



Maria Stella D'almeida

## Perigo dos Raios

### Zelando pela Segurança de nossos Associados

Atento à segurança de nossos associados, o Paineiras segue à risca a Norma Internacional de Segurança em Ambientes Aquáticos e cumpre com rigor as exigências de retirada de todos os indivíduos do ambiente em caso de proximidade de raios. Esta norma consta no regulamento dos cursos de Natação.

O salva-vidas (autoridade maior da piscina) retira todos os associados do recinto, inclusive da piscina kids. Quem frequenta piscinas corre riscos mesmo quando um raio atinge o solo a uma distância superior a 500 metros, pois, a propagação pode acontecer pelo encanamento e redes de tomadas elétricas.

O Brasil é o país onde mais caem raios no mundo, segundo o INPE (Instituto Nacional de Pesquisas Espaciais), órgão que mede a incidência desse fenômeno natural. A incidência de raios cresceu tanto nos últimos 10 anos que o Brasil agora lidera o ranking mundial. Para se ter uma ideia: são aproximadamente 57 milhões de raios por ano e cerca de 156 mil raios por dia.

Estudos revelaram que os acidentes fatais com raios lideram as causas de morte por fenômenos da natureza (vendavais, enchentes, e tornados) e ainda 14% dos acidentes relatados entre 1959 e 1994 estavam associados à atividades aquáticas, incluindo natação em piscinas, praias e rios, pesca, iatismo, entre outros, perdendo somente para campos abertos e bosques.

# Nado Sincronizado

## Reunião anual de pais de alunos do Nado Sincronizado

Conta também com presença das atletas olímpicas Lara e Nayara e dos pais do SEFFE/SAT



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

Informar e promover a integração entre os pais, atletas e o Clube, esses são os objetivos da Reunião Anual de Pais que acontece todo início de ano, e desta vez, foi em março. Esse ano a reunião pedagógica contou com a colaboração das atletas olímpicas, Lara e Nayara, professores, técnicas, psicólogo, Diretoria do Departamento de Esportes e de Nado Sincronizado, e contou com a presença do Vice-Presidente do Paineiras, Aldo Saltini.

Cada um foi responsável pela apresentação e esclarecimento sobre um tema ligado ao esporte. Foram apresentados aos pais e responsáveis o planejamento anual do Nado Sincronizado, como as aulas funcionam, o organograma do Clube, bem como o departamento esportivo, calendário de campeonatos, e o mais esperado da noite, a apresentação das atletas e técnica que haviam acabado de chegar do Sul-Americano, no Chile, com suas medalhas de ouro.

A reunião foi dinâmica e envolvente, com a presença de 70 pais e responsáveis. Cada um desenvolveu um tema, Nayara

falou de sua experiência pessoal, desde a época em que foi convocada para a seleção brasileira pela primeira vez, mencionando as seletivas e deixando claro que as provas fazem parte da vida de um atleta e devem ser encaradas com naturalidade. Já Lara, abordou o dia a dia de uma atleta, a preocupação com os estudos e como conciliar treinos e viagens, com a vida escolar. Lara é formada em administração de empresas e está cursando pós-graduação em Gestão Esportiva pelo COB – Comitê Olímpico Brasileiro e sempre aliou sua vida de atleta com os estudos e agora com a carreira.

As técnicas Andrea Curi e Shirlei Montanari fizeram uma apresentação mais específica sobre a modalidade e Priscila Pedron falou sobre a experiência dos últimos jogos Sul-Americanos.

O psicólogo Arthur Ferraz mostrou a importância da preparação psicológica do atleta no processo de tomada de decisões, autoestima, no desenvolvimento pessoal e no trato com decepções e ansiedades.

“A experiência de unir pais do competitivo com os pais da escolinha foi muito interessante e busca estimular ainda mais o desejo dos jovens em iniciarem uma vida profissional esportiva”. Comenta a Diretora do Nado Sincronizado do Paineiras, Leo Mota.

Nesse encontro os pais conheceram a fundo a organização do Clube e viram a seriedade do trabalho desenvolvido por nossos profissionais, bem como os excelentes resultados conquistados pelo Nado Sincronizado do Paineiras que já possui tradição nessa modalidade com grandes títulos e atletas de ponta, referências nos campeonatos mundiais com a participação em 4 olimpíadas

**Sejam todas bem-vindas ao Nado Sincronizado!**

## Começam os Treinos para o Panamericano Junior em Porto Rico

As atletas do Nado Sincronizado do Paineiras já estão treinando com pique total para o Panamericano que acontecerá de 28 de agosto a 1 de setembro em Porto Rico, em meio ao mar caribenho. Teremos 6 atletas do Paineiras e 5 atletas dos demais clubes do Rio de Janeiro. O Paineiras mantém sua tradição de excelência no Nado Sincronizado e vai concorrer a mais medalhas nessa importante competição das Américas.

A técnica do Paineiras e da Seleção, **PRISCILA PEDRON** informou que os treinos no Complexo Maria Lenk, no Rio de Janeiro, “já começaram, e estão acontecendo todos os dias, em ritmo de campeonato!”.

A equipe Junior será composta pelas seguintes Paineirenses:

**TAYNA CALDAS, RAFAELA SANTOS, MARIANA GIORGI, SOFIA COSTA, LUIZA POWALOSKI e SABRINI LOWY.**

Nossa atleta **ADRIANA BITIATI** que participou da Seleção Junior no Sul-Americano, foi convocada para a Seleção Senior e está treinando no Rio desde abril, quando se mudou para lá, por isso não participará do Panamericano.

É a força do Nado Sincronizado do Paineiras novamente marcando sua presença! Estamos no aguardo e na torcida!

## Torneio Primeiros Passos, Incentivo para Nossas Estrelas Mirins

As meninas de nossa escolinha SEFFE / SAT, coordenadas pela Professora Lucimar e as atletas do Competitivo, participaram do Torneio Primeiros Passos, no dia 5 de maio, no Clube Juventus na Mooca.

Nesta competição as atletas se apresentaram individualmente em frente aos juizes com movimentos técnicos. Foram 4 figuras que somadas à coreografias que elas já estão treinando, definem os resultados dos Campeonatos Paulista e Brasileiros, campeões do Interfederativo. As 3 primeiras alunas colocadas do SEFFE / SAT foram premiadas.



**Nossas atletas estão de parabéns! Mostrando tudo o que aprenderam com muito sincronismo e determinação!**

## Torneio Interfederativo Acontece Paralelamente ao II Brazil Syncro Open

O Campeonato Interfederativo acontece no mesmo período do Internacional Brasil Open, de 7 a 9 de junho no Rio de Janeiro, no Complexo Maria Lenk.

As competidoras paineirenses de 12 a 14 anos, da nossa equipe juvenil, e do último ano do infantil, treinadas pela técnica Priscila Pedron, com o auxílio da atleta olímpica Nayara Figueira. Mais uma turminha que está começando sua trajetória de belas braçadas e encantamento para o nosso país.

O II Brazil Syncro Open acontece no mesmo período e local, com a participação de países como Espanha e Canadá, além

de muitos outros, a seleção Brasileira Sênior, e é claro, da nossa equipe Sênior do Paineiras.

Portanto, temos todos os motivos para estarmos lá prestigiando e torcendo por nossas meninas, pelo Paineiras, por São Paulo, e pelo Brasil!

Contamos com vocês! Para mais uma vez pintarmos de rosa a arquibancada do Maria Lenk. Compareçam e não esqueçam suas camisetas.

Até lá!

## Projeto Novos talentos – CBDA

A CBDA organiza esse evento anualmente para promover a formação de novos talentos, logo após o Campeonato Interfederativo dos dias 10 a 15 de junho, com uma semana de clínicas coordenada pela técnica da seleção japonesa.

As atletas que representarão a Seleção Paulista disputando o Interfederativo participarão da clínica após o Campeonato. Dentre as participantes, que são 10 atletas, 9 são do Paineiras. Isso denota o crescimento e superioridade do nosso clube nessa modalidade.

**Parabéns meninas!**

**Anote na agenda, vem aí:**

Campeonato Paulista de Inverno de Nado Sincronizado  
Dia 29 de junho, sábado, 8h às 12h, no Paineiras

# Polo Aquático

## Time Feminino foi Campeão do Brasileiro 96

Mais um título conquistado e uma medalha de ouro para as atletas paineirenses.

O Time Feminino de Polo Aquático foi Campeão Brasileiro 96, na disputa que aconteceu no Rio de Janeiro entre os dias 25 e 28 de abril nas piscinas do Botafogo e Escola Naval.

O título foi travado contra a Equipe do Flamengo, e o Paineiras ganhou com o placar de 7X6.

O destaque individual vai para Mariana Duarte, artilheira da competição. "A equipe está de parabéns pela sua evolução durante a competição, que resultou na conquista de um título brasileiro." Comemora o técnico Frank Diaz.



### Mariana Duarte é convocada para Liga Mundial Adulta na Califórnia

A atleta Mariana Duarte foi convocada para participar das competições da Liga Mundial Adulta, que aconteceram na Califórnia, Estados Unidos, no período de 21 a 29 de maio de 2013.

A convocação é fruto de seu excelente desempenho no Brasileiro Junior e durante os treinos da Seleção.

Mariana está entre as 13 jogadoras que representaram a Seleção Brasileira na Liga Mundial.

**Parabéns Mariana!**

### Campeonato Sul Americano Sub-17

Os atletas Paulo Saad, Gabriel Poci e Caio Marques Ribas foram convocados para a seletiva masculina do Campeonato Sul Americano sub 17. Os atletas estão treinando pesado sob a orientação do técnico Frank Diaz. "Ficamos na expectativa de bons treinos e que estejamos na lista final dos 13 jogadores." diz o técnico, que também foi convocado para comandar o time masculino no Campeonato.

No feminino, as atletas paineirenses já confirmadas são Amanda Belchior, Carolina Moretti e Gabriela Longo.

Boa sorte a todos!

**Nota:** até o fechamento dessa edição ainda não tínhamos os resultados, confira na próxima!

## Polo Aquático e Judô fazem treinos sincronizados com orientação



Como duas modalidades tão diferentes como Judô e Polo Aquático podem ter seus treinos unidos e sincronizados? O objetivo é possibilitar novas experiências motoras para os praticantes de ambas as modalidades, pois, essa troca traz inúmeros benefícios para todos.

Em abril, o Paineiras iniciou um projeto de integração entre Judô e Polo Aquático, idealizado pelos diretores Dr. Daniel Dell'Áquila, de Judô, e Dr. Carlos Longo, de Polo Aquático. A parceria visa compartilhar conhecimento e desempenho de ambas as modalidades.

O Judô possui suas transferências de peso e técnicas de projeções físicas que podem acrescentar um novo repertório aos atletas do Polo, que vivenciam contatos e movimentos dentro da água.

Se você costuma frequentar a sala de treinos não estranhe o compartilhamento entre essas duas modalidades. Isso é puro conhecimento aplicado com benefícios garantidos. Acompanhe os treinos e venha praticar com a gente!



# Judô

## Willian Pereira conquistou 2 Medalhas no Campeonato Brasileiro

O Torneio de Judô conhecido como “Campeonato Sul Brasileiro”, aconteceu nos dias 20 e 21 de abril em São Paulo e conseguiu um resultado espantoso, foi o grande campeão do Campeonato Brasileiro da Região V. Foram 87 atletas enviados ao certame e 81 medalhas conquistadas, das quais 39 foram douradas.

Nenhum judoca paulista ficou atrás do quinto posto. Nos dois dias de competição, 389 judocas das classes sub 13, sub 15,

sub 18, sub 21 e sênior puderam demonstrar seu Judô nos tatames do Ginásio G9 do Sogipa, em Porto Alegre, a capital gaúcha.

Nosso judoca Willian Pereira, representou o estado de São Paulo e conquistou 2 medalhas, uma de ouro no sub 21 até 73kg, e outra de bronze no sênior até 73kg.

**Nossos parabéns ao Willian!**

## Torneio de Judô – Paineirenses se destacam

Foi realizado no dia 21 de abril no São Paulo Futebol Clube, o torneio do calendário da Federação Paulista de Judô. Estiveram presentes aproximadamente 500 judocas do Estado de São Paulo.

**Nossos judocas conquistaram excelentes resultados! Parabéns!**

### Confira os resultados:

**Destaque para Victor Nogueira, que venceu seu primeiro torneio oficial!**

- Sub11  
Victor Nogueira (Campeão até 28 kg) | Eduardo Webha (3º colocado até 33 kg)
- Sub 13  
Felipe Chalita (3º colocado até 42 kg)
- Sub 18  
Alexandre do Carmo (3º colocado até 81 kg)
- Master  
Luis Augusto de Aquino Castro (3º colocado até 73 kg)



## Willian Pereira vence o Campeonato Paulista de Judô

Nossos judocas estão de parabéns! Os atletas do Paineiras tiveram ótimos resultados em sua participação no Campeonato Paulista de Judô e entre 600 competidores, tivemos 3 atletas bem posicionados e um campeão.

Willian Pereira é o grande destaque. Ele iniciou o primeiro semestre de 2013 com três vitórias: CAMPEÃO DA COPA SP, CAMPEÃO SUL BRASILEIRO, e CAMPEÃO PAULISTA. Este último título foi conquistado no dia 27 de abril, no Ginásio de Esportes de Mogi das Cruzes e reuniu atletas das classes Sub 18 e Sub 21, classificados para as finais das seletivas regionais e estaduais do interior. Ficaram definidos nessa disputa os primeiros campeões paulistas de 2013.

Depois de duas fases de seletivas regionais classificatórias, cinco atletas paineirenses tiveram resultados excelentes no Paulista.

### Confira as colocações:

- Willian Pereira (Campeão sub 21 – 73 Kg)
- Alana Uruguti (Vice Campeã Sub 18 – 63 Kg)
- Daise Locatelli (Vice Campeã Sub 18 – 57 Kg)
- Bruno Loverdos (5º Colocado Sub 18 – 66 Kg)



Vamos esperar e torcer pela conquista do próximo objetivo do nosso campeão Willian Pereira.

**Parabéns judocas paineirenses!**

# Tênis

## Paineiras Recebe o 2º IS Open Challenger

O Clube Paineiras sediou o 2º IS Open Challenger de Tênis que aconteceu no final de abril e recebeu atletas de 18 países, além do Brasil. O vencedor foi o ex-top 80 do mundo, 30 anos e atual 174º do ranking da ATP, o chileno Paul Capdeville, que faturou o valor de US\$ 7200 e 80 pontos no ranking mundial.

O segundo colocado foi o argentino Renzo Olivo, que esteve em sua segunda final de um torneio ATP Challenger Tour, e foi derrotado por duplo 6/2, "Foi uma final muito dura e eu estou muito feliz pela vitória", comentou o atleta. Capdeville foi o responsável por eliminar o principal favorito ao título deste Challenger de US\$ 50 mil, o paulista Rogério Dutra Silva, que caiu nas quartas por 7/6(4) 7/6(6).

O Paineiras teve três de seus atletas competindo no torneio profissional, foram: Osni Santos, Lucas Santos e Eduardo

Assumpção. Sem dúvida, uma experiência muito especial para nossos tenistas.

Na ocasião, estavam presentes também Paulo Pereira, supervisor da ATP, Sérgio Stauffenegger, Presidente do Paineiras do Morumby, Aldo Saltini, nosso Vice-Presidente, Flávio Bulcão, Diretor Geral de Esportes do Paineiras e Danilo Marcelino, Diretor do Torneio.

### Melhor Pegador de Bola

Durante a cerimônia de premiação, a jovem de 15 anos Kauane Lemos, do Projeto Social Bola Dentro, ganhou o prêmio de Melhor Pegadora de Bola do IS Open.

**Marque na agenda: 23 de julho a 4 de agosto vem aí a próxima etapa do IS Open Challenger;**



## Nosso Tenista Caio Pedro Niel sobe ao pódio no Circuito Nacional dos Correios

Nossos parabéns ao atleta Caio Pedro Niel! Ele foi vice-campeão da chave 18/25 anos G1 do Circuito Nacional dos Correios, realizado em Natal/RN, no período de 06 a 10/04/2013.



## Paineirenses na Semifinal do Campeonato Paulista Interclubes de Tênis



Baianinho, técnico; Felipe Carvalho; Gustavo Girão e Renato Lima.

O Paineiras possui suas estrelas do Tênis e está conseguindo ótimas colocações nos torneios. Em abril, nossa equipe A, masculina de 16 anos, foi vice-campeã Paulista Interclubes.

Equipe de 16 anos masculina, equipe A, vice-campeã Paulista. A final foi disputada com a Hípica de Campinas. Equipe formada por Renato Lima, Felipe Carvalho e Gustavo Girão. Nas categorias de 14 feminino e 10 anos masculino, ficamos na semifinal, com atletas Gabriel Santos, Fábio Varella e Andre Franco no Masculino, e Anna Carolina Magri, Carolina Fabbri e Giovana Mansur.

## A DISNEY QUE VOCÊ SEMPRE SONHOU ESTÁ NA TAM VIAGENS MORUMBI



### PROMOÇÃO SEMANA DAS CRIANÇAS NA DISNEY DISNEY'S ALL STAR MUSIC - 09 noites

por TAM Viagens

Aéreo de ida e volta  
Hospedagem  
5 dias de ingresso Magia a sua Maneira Básico: Magic Kingdom Park, Epcot,  
Disney's Hollywood Studios, Disney's Animal Kingdom Theme Park  
+ Traslado entre os parques  
+ Horas Mágicas Extras nos parques  
Ingresso Bonus Ticket  
2 parques - Universal e Island  
Assistência de viagem + Bolsa de viagem

PREÇOS A PARTIR DE:

Entrada de R\$ 870,53 +  
**9x R\$ 548,11**

ou à vista R\$ 5.803,52 (US 2.737,50)

Saída 07 de outubro

Walt Disney World  
RESORT

2 REAIS e 1 PONTO  
TAM VIAGENS MILI TUPLES  
na TAM Travelade

Preços por pessoa, em apartamento quádruplo, calculados em 14/5/2013 com saídas de São Paulo. Os preços são baseados na rota da TAM Linhas Aéreas e LAN Linhas Aéreas de menor tarifa entre as cidades, não válidos para períodos de feriados, congressos, feiras e eventos. Preços válidos para viagens de ida e volta. Reservas sujeitas a disponibilidade do produto anunciado. \*Consulte nossa política de financiamento. Os preços em dólar americano serão convertidos para real pelo câmbio do dia da compra. Preços calculados ao câmbio de R\$ 2,12 em 14/5/2013. A TAM Viagens reserva-se o direito de alterar, a qualquer momento, sem prévio aviso, os preços anunciados, conforme acertos de valores a serem feitos no ato da confirmação da reserva, assim como as datas de validade.



**TAM**  
VIAGENS

R. Dep João Sussumu Hirata, nº 449  
atendimento.lojamorumbi@agentetamviagens.com.br

MORUMBI  
**(11) 4323-7233**

## Sophia Chow é Bicampeã do Circuito de Tênis Escolar e Universitário em São Paulo



Nossa tenista brilhante de apenas 15 anos superou atletas experientes e ainda ganhou uma viagem à Espanha para se aperfeiçoar

Nossa atleta de ouro do Tênis ganhou mais uma competição importante e foi de virada. Sophia Chow, que completa seus 16 anos em julho, é a sexta no ranking nacional, e ao enfrentar Erika Pereira vice-líder, precisou de estratégia para superar a rival, que chegou a vencer o primeiro set por 6/4.

No segundo set a vantagem também estava com Erika, mas foi então que Sophia iniciou sua reação com cinco games seguidos. No match tie-break abriu com 5/0 e virou o jogo rapidamente, sagrando-se bicampeã numa virada com parciais de 4/6, 6/4 e 10/5, no Circuito de Tênis Escolar e Universitário 2013, no dia 5 de maio.

“ Quando ficou 4/1 eu pensei: ‘Está perdido, agora eu vou treinar’. Comecei a entrar mais na bola, sacar e subir pra rede e quando virei pra 5/4 acho que ela ficou nervosa. A partir do 4/1 foi um jogo mais mental. ”

Contou a campeã juvenil de 15 anos, que ganhou pela segunda vez a oportunidade de treinar na academia Sánchez-Casal, na Espanha.

Sophia agora está focada em aprender ainda mais na Espanha, onde treinará tênis e idiomas. Ela comentou sobre seus planos, “Vou me esforçar mais lá. Os treinos são bons, com muito drill e dá pra treinar com gente de outros países também”.

Parabéns por mais essa vitória e grande alegria proporcionada a todos os paineirenses!



## Paineiras investe em Capacitação Profissional

O Paineiras investe também na capacitação profissional de seus técnicos. O coordenador do setor, Otaviano Santos e o técnico Alexandre Alves, estiveram em Santa Catarina, para participar em maio de curso pela GPTCA (Global Professional Tennis Coach Association).

O curso foi ministrado pelo único técnico brasileiro reconhecido pelo GPTCA, Lair Passos, que foi o treinador de Guga, ex-nº 1 do mundo e tri-campeão de Roland Garros, que também participou do curso, o que contribuiu para o excelente conteúdo.



## 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

# Beach Tennis

## Clínica de Beach Tennis com Guilherme Prata nº1 do Brasil

Tivemos uma clínica de Beach Tennis, a modalidade de esporte que invadiu as praias do mundo todo! A aula foi ministrada dia 04 de maio pelo atleta nº1 do Brasil, na modalidade, Guilherme Prata.

Os associados compareceram em grande número para acompanhar os ensinamentos e regras desse esporte que tem tudo a ver com o brasileiro e com nossas praias maravilhosas.



## Guilherme Prata marca presença no 1º Torneio Interno Paineiras de Beach Tennis

Nossa quadra de areia acaba de completar seu 1º aniversário e em comemoração foi realizado mais um evento para os paineirenses, o Torneio Interno de Beach Tennis do Paineiras, que contou com ajuda do atleta Guilherme Prata, nº 1 do Brasil, na organização e formação das chaves.

O Torneio foi aberto a todos os associados a partir dos 14 anos de idade de qualquer nível. Os participantes chegaram cedo e formaram suas duplas e grupos e deram início a uma descontraída disputa. Com a quadra tinindo e sob um clima pra lá de agradável no domingo, dia 5 de maio, os jogos transcorreram com encontros entre jogadores e amigos.



# Vôlei

## Vôlei Sentado

*Paineiras vence a etapa de Jacareí do Campeonato Paulista*



A equipe de Vôlei Sentado Masculino do Paineiras foi criada ainda em 2013, em fevereiro, e já começa a colecionar suas vitórias. Em março, nosso Clube sediou a 1ª Etapa do Campeonato Paulista de Vôlei Sentado com a chancela da Confederação Brasileira de Voleibol para Deficientes - CBVD. Na ocasião, a equipe paineirense ficou a um ponto da vitória. Agora, na 2ª Etapa sediada, em Jacareí, nosso time conseguiu sua primeira vitória.

O Campeonato Paulista será realizado em 5 etapas com seis times. A Etapa de Jacareí foi disputada em 27 de abril no



ginásio do SESI de Jacareí. Nosso time venceu com o placar de 3x0 da equipe do SESI, com parciais de 25x14, 25x17, 25x14. Sem dúvida uma partida emocionante e disputadíssima.

Nosso integrante do time, Rogério Camargo, infelizmente não pôde participar do jogo, pois está com uma lesão significativa no ombro. Mas sua presença foi garantida no acompanhamento da equipe.

Por outro lado, nosso jogador André participou de seu primeiro jogo e teve ótimo desempenho, e com elogios do técnico Roberto Santi, "André jogou sem nenhum nervosismo e conseguiu mostrar em quadra todo o trabalho que vem desenvolvendo nos treinamentos". Nesta etapa também, uma turma de adolescentes que pratica atividades no SESI estava acompanhando os jogos e torcendo pelas equipes – torcida extra nunca é demais!

No final do mês de maio a Seleção Brasileira irá participar do Sarajevo Open, um torneio na Bósnia, para esse torneio foram convocados 2 atletas do Paineiras, Renato Leite e Wellington Anuniação.

**Avante equipe!**

## Voleibol

*Venha fazer parte do nosso VOLEIBOL FEMININO MASTER e MASCULINO ADULTO*

**Feminino a partir de 30 anos de idade**, temos um convite especial: Venha participar da Equipe Feminina Master de Voleibol no Paineiras. Uma excelente oportunidade para se exercitar, cuidar do corpo e da mente, e ainda fazer novas amigas.

Além disso, essas atividades fazem parte da busca feminina por uma vida com mais qualidade e descontração, com mais sorrisos, troca de ideias e experiências. Atividades que as mulheres sabem fazer muito bem, principalmente quando estão juntas!

**Masculino a partir de 16 anos:** venha fazer parte da Equipe de Voleibol Masculino Adulto e passar momentos divertidos e revigorantes com os amigos. Ótima opção para aliviar o estresse da correria diária.

Vale lembrar que além dos treinamentos, todas as equipes podem participar de torneios que proporcionam o intercâmbio com outros clubes.

### Gostou?

Você não pode ficar fora dessa! Participe das nossas equipes de Voleibol.

São turmas masculinas e femininas em diversos horários, confira:

- Masculino: 3ª e 5ª feira das 20h às 22h na quadra do vale 2. Se você tem mais que 16 anos e tem interesse em praticar voleibol... venha preparado e participe dos treinamentos.
- Feminino: (manhãs) turmas 2ª e 4ª feira das 08h às 10h e 3ª e 5ª feira das 08h às 10h e das 10h às 12h. Temos também turmas no horário noturno para quem dedica parte do dia para atividades profissionais. Os treinamentos noturnos ocorrem 2ª e 4ª feira das 19h30 às 21h30 e nas 3ª e 5ª feira também das 19h30 às 21h30, sempre no ginásio velho 2.

- Em todas as turmas, os professores fazem uma avaliação preliminar para indicar o melhor nível técnico para sua participação.
- Nessa atividade, além dos treinamentos que trabalham a técnica e tática do jogo, as equipes podem participar de torneios que proporcionam o intercâmbio com outros Clubes.
- Tudo isso regado a muita descontração e alegria... Vem!!



Imagem Ilustrativa

## Clínica de Futevôlei

### *Já jogou na nossa quadra de areia? Que tal experimentar o Futevôlei?*

Essa é a sua grande oportunidade de começar a praticar um esporte dinâmico e que queima até 600 calorias por hora e proporciona ótimo condicionamento físico, o futevôlei. Venha participar da Clínica de Futevôlei, é só se inscrever na Central de Atendimento e chegar para praticar!

Se interessou? Além de ser um esporte muito agradável para ser praticado ao ar livre e em contato com a areia, o risco de lesões é muito pequeno quando comparado a outros esportes.

A clínica aconteceu às segundas-feiras, das 7h às 8h30 e os Bate Bolas acontecem às quintas-feiras, no mesmo horário, das 7h às 8h30. Não é necessário ter experiência, a idade mínima para participar é de 14 anos, para homens e mulheres.

**Venha jogar conosco, basta aparecer em qualquer desses dias e ver como funciona!**

## Campeonato Interclubes de Futevôlei

O futevôlei vem ganhando espaço no Paineiras desde quando ganhou uma nova quadra em janeiro de 2013. Prova disso, alguns associados paineirenses participaram, em abril, numa iniciativa única e espontânea, da 1ª etapa do Campeonato Interclubes do Estado de São Paulo e conquistaram importantes pontos e uma valiosa experiência para o ranking da Federação Paulista de Futevôlei.

Este torneio classifica as duplas de acordo com seu nível e assim, elas ganham pontos e serão divididas em 3 categorias, Especial, Ouro e Prata. O campeonato foi organizado pela Federação e disputado no Clube Atlético Ypiranga.

A próxima etapa acontecerá no Esporte Clube Pinheiros nos dias 8 e 9 de junho.

**Compareça e torça pelos nossos atletas!**



# Futebol

## Campeonato Paulista de Futebol Society 2013

O Paineiras está participando do Campeonato com sua equipe na categoria principal. A disputa, que promete ser quente, já inclui equipes de ponta da capital paulista como S.C. Corinthians, C. A. Juventus, C. A. Paulistano, Assoc. Portuguesa de Desportos, entre outros.

A empolgação no embate é a tônica desse Campeonato. O Paineiras se apresenta com uma equipe muito bem treinada pelo Professor Alexandre Martinez, conhecido como Alemão, sob a liderança do capitão Erico.

Os jogos do Paulistão 7 Society 2013 começaram a ser disputados em abril e se estenderão até dezembro, sempre aos finais de semana na Arena Sports Brasil.

A equipe do Paineiras é formada por experientes jogadores, mesclada com jovens a partir de 18 anos. Conheça nosso time: Álvaro Saretti, Brian Haider, Bruno Malagoli, Bruno Siqueira, Erico Marino, Fabio Mandia, Felipe Speranzini, Guilherme Florês, Guilherme Romanini, Gustavo Cêra, Gustavo Sigaud, Henrique Panticelli, Marcelo Scharders, Oliver Haider, Otávio Tramontina, Renato Bréia, Rodolfo Tramontina e Thiago Speranzini.

Venha torcer pelo nosso time! Acompanhe os resultados pelo site do Paulistão: [www.paulistao7society.com.br](http://www.paulistao7society.com.br)



Cenas do jogo em que o Paineiras goleou o New Star por 12 x 2 no dia 28 de abril de 2013

# Futsal

## Atenção craques do Futsal: novas turmas para alunos de 18 a 35 anos

O Clube Paineiras acaba de abrir uma turma nova de Futsal para praticantes de 18 a 35 anos masculino. A aula acontecerá sempre as terças e quintas, das 19h às 20h, no Quadra do Vale.

Ótima notícia para os associados que querem praticar futsal, ou para ex-alunos que querem voltar para uma das modalidades mais populares, divertidas e estimulantes do Paineiras. Os alunos poderão participar de jogos amistosos e campeonatos, além de se divertir e fazer novos amigos.

Venha bater uma bola!





# Futebol de Campo

## Paineiras promove o VIII Campeonato Interno de Futebol de Campo Master

*Nossos craques prometem gols de placa no torneio que inicia dia 4 de agosto e vai fazer a bola rolar pelos nossos campos até dezembro.*

O Departamento de Esportes do Paineiras está organizando a oitava Edição de seu Campeonato Interno de Futebol de Campo Master. Esse é um campeonato da casa, feito para os paineirenses e tem como objetivo principal estimular seus associados a praticarem o futebol de campo e a desfrutarem da convivência com esse esporte, suas regras, seus árbitros e também os adversários.

Essas diretrizes fazem parte de uma melhor qualidade de vida, o que engloba a prática de esportes. Os jogos do Campeonato

começam em agosto e seguem até dezembro de 2013. Serão 4 meses muito agradáveis para se praticar essa rica convivência.

Acompanhem as tabelas de jogos no mural do campo de futebol e no site do Paineiras.

**Nota:** O Departamento de Esportes seguirá seu Regulamento, seu Código Disciplinar, o Estatuto Social do Clube, e as regras e normas fixadas pela FIFA e CBF.



# SCORP

## Paineirense fica com segundo lugar na Meia Maratona Corpore

Realizada em 14 de abril



Sr. João, 79 anos, segundo colocado em sua categoria na meia maratona

Nossas congratulações aos maratonistas que mantiveram o ritmo na Meia Maratona Corpore Internacional Netshoes, realizada no dia 14 de abril, e, mais especialmente, ao segundo colocado em sua categoria, Sr. João Miranda, 79 anos.

O percurso da maratona tinha duas opções, um percurso de 21 quilômetros e outro de 5 quilômetros para quem estava começando ou retomando o esporte. A largada foi na USP e passou por locais arborizados e cartões postais de São Paulo como Cidade Universitária, Parque Villa Lobos e Jockey Club.

**Parabéns aos nossos corredores!**

## Circuito Vênus Feminino Etapa São Paulo

Fique de olho: dia 16 de junho

Venha se exercitar, se divertir e mostrar a beleza da força feminina na corrida no Circuito Vênus Feminino, no dia 16 de junho, às 7h30, esse que é um dos circuitos prediletos das mulheres.

Muito além da prova, o Vênus oferece aulas, atividades e experiências que encantam o público feminino. Ainda dá tempo de participar, convoque as suas amigas e venha correr os percursos de 5km e 10km.

### Retirada do Kit:

Dia: 15/06/2013 | Horário: 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, às 7h30

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

**Vamos meninas, "run"!**

## 2ª Etapa Track & Field Run Series – Shopping Villa Lobos

Fique de olho: dia 23 de junho

Chame os amigos e venha curtir mais esse circuito de corrida com segurança e feito para os apaixonados pelo esporte e por uma boa competição entre amigos!

Serão 10 km de corrida com duração máxima de 1 hora e 30 minutos, e a idade mínima para participar é 18 anos.

A organização do evento tem como um de seus principais objetivos oferecer comodidade e segurança para todos os participantes. A prova conta com uma ampla estrutura de apoio, acesso ao estacionamento facilitado, uma estrutura dedicada para promover a integração de atletas, convidados e familiares. E ainda uma programação especial com tendas de fisioterapia e massagem, tudo para proporcionar comodidade

e conforto aos corredores. Para o melhor andamento da prova, o número de inscritos é limitado a 3.000 corredores.

O kit-atleta distribuído antes da prova inclui uma camiseta Thermodry®, produto exclusivo Track&Field. As opções de tamanho são P, M, G e Baby Look, sendo que as mesmas estão sujeitas à disponibilidade no momento da inscrição.

Participe!!

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

# 18ª edição da Corrida Corpore Bombeiros 10K

*Fique de olho: dia 30 de junho*

Venha comemorar o dia dos nossos verdadeiros heróis, os Bombeiros, correndo e confraternizando com os amigos a partir do hábito saudável da prática esportiva!

A 18ª edição da Corrida Corpore Bombeiros 10K, será realizada no dia 30 de junho, com a largada no Parque da Independência. Uma arena estará montada para atender aos corredores e acompanhantes. A prova contará com percurso de 10 km válidos para o Ranking Corpore e será elegível para o "Corri Todas 2013".

Excelente oportunidade para se exercitar e homenagear um profissional essencial e que zela pelas vidas de todos nós.

Dia: 30 de junho, domingo, às 7h30  
Largada: Parque da Independência

## Corrida Track & Field Run Series 2013 Shopping JK Iguatemi

*Fique de olho: dia 7 de julho*

Reúna a família e os amigos e venha participar de mais uma atividade esportiva, com segurança, que vai proporcionar qualidade de vida e união entre os admiradores da corrida.

É um evento que tem como prioridade o conforto e a segurança, tanto pelo local da realização da corrida quanto pela estrutura especial oferecida a todos os participantes. Uma programação especial com tendas de fisioterapia e massagem será montada. Além disso, para

o melhor andamento da prova, o número de inscritos é limitado a 1.000 corredores.

A competição terá classificação Geral Masculino, Geral Feminino e por faixa etária.

Dia: 07 de julho, às 7h  
Largada: Estacionamento do Shopping JK Iguatemi

## 2ª Etapa do Circuito Athenas

*Fique de olho: dia 21 de julho*

Participe do Circuito Athenas, o maior em distância progressiva do Brasil, e teste seus limites! Ele está chegando com força total a São Paulo e Rio de Janeiro. Os percursos variam em 5 km, 8 km ou 16 km, nesta 2ª Etapa. Na primeira, participaram mais de 5 mil corredores.

Este é o circuito ideal para quem quer superar desafios e obter evolução gradual durante o ano. Quem completar as três etapas vai levar a Tríplíce Medalha.

### Quem pode participar do evento?

Homens e mulheres. Conforme a determinação da Confederação Brasileira de Atletismo (CBAt), a idade mínima para atletas participarem de corridas de rua de 10 km é de 18 (dezoito) anos.

Atletas entre 16 e 18 anos só poderão participar nas distâncias inferiores a 10Km, obrigatoriamente com autorização por escrito com firma reconhecida do pai ou de um responsável legal. A autorização deverá estar acompanhada de cópia e documento de identidade que será retido pela organização no ato da retirada de kit.

### O significado da coruja

A coruja era sagrada para Athena, a Deusa Grega da sabedoria. Uma coruja que sobrevoasse o campo de batalha era sinal de vitória.

Dia: 21/07/2013 às 7h30  
Largada: Av. Nações Unidas (Marginal Pinheiros - Pista expressa) sob a Ponte Transamérica.

## Treinos com Marcadores de Ritmo Experiência e Dedicção

O que pode ser melhor para corredores que treinar com outros atletas mais experientes em diversas provas? Para quem tem paixão por corrida, certamente, não há nada melhor. O Painéis está seguindo o padrão dos principais treinos do mundo, e desde abril, está treinando com seus Marcadores de Ritmo.

Os marcadores de ritmo, são 4 corredores com vasta experiência em provas, que ajudarão os atletas a correr no ritmo certo e realizar os treinos dos seus sonhos. O marcador de ritmo facilita o desenvolvimento da corrida

de forma mais homogênea, e assim, permite que o atleta conclua seus objetivos.

Os professores Alex Busnello e Carlos Cherpe comentaram a importância desses atletas experientes entre os que estão aprendendo. "Gostamos de treinar para superar nossas marcas. Para ver que somos capazes de ir mais longe e mais rápido! Quem não gosta de desafios? Incluímos os marcadores de ritmo nos treinos dos últimos sábados do mês, com o apoio de nossos treinadores e de nossa Diretoria."

Parabéns a todos os atletas marcadores de ritmo que ajudaram aos atletas a alcançarem suas metas nos treinos.

**Confira os ritmos estabelecidos e os atletas abaixo:**

Tempo	Atletas
4'30" e 4'45"	Alvaro Teno e Itala Ignacio
5'00"	Renata S. B. Azanha
5'30"	Alberto Manzi Jr.
6'00"	Patricia Frajdrach Teixeira

**Todos os atletas do SCORP e amigos estão convidados a participar, sempre no último sábado do mês, na USP, largada às 8h no percurso de 6km.**

# Fitness

## Conhecendo a Ginástica: Alongamento

Nesta edição, daremos sequência à apresentação das aulas de ginástica, vamos falar de **ALONGAMENTO**, primordial em todos os treinos.

**Objetivo: Desenvolver a flexibilidade, a consciência corporal, o equilíbrio e a correção postural. Prevenção contra lesões musculares e recuperação do músculo após a atividade física intensa.**



**Ao pé da letra:** É uma aula com exercícios que proporcionam o **alongamento** dos músculos.

Quem procura o alongamento tem diferentes objetivos, aliviar o corpo depois da realização de esforços físicos, prática de outros esportes, e ainda aprimorar a mobilidade articular, desenvolver a flexibilidade, ou como costuma ser dito, para “aumentar o alongamento”.

Em virtude da sua utilização para recuperar e relaxar os músculos trabalhados, as aulas de alongamento costumam ser realizadas após a corrida, o jogo de futebol, o vôlei, a aula de bike ou outra atividade que tenha exigido muito da sua musculatura.

Porém, ainda temos outro objetivo, o de “alongamento muscular”. As pessoas costumam praticar esse estilo para serem mais “flexíveis” e porque se acredita que possa auxiliar na prevenção de alguns problemas articulares, como as dores nas costas.

Neste sentido, estas aulas vêm sendo cada vez mais valorizadas, pois grande parte dos problemas de coluna costuma ter origem nos encurtamentos musculares. O alongamento tem função de manter o comprimento “saudável” do músculo

evitando, por exemplo, que algumas vértebras fiquem muito próximas umas das outras pelo fato de que os músculos que as unem tenham ficado mais curtos.

O alongamento favorece a saúde da coluna, pois as vértebras ficam distantes entre si e os discos existentes entre elas não são esmagados, nem os nervos são comprimidos. Porém, deve ser realizado com cuidado e é recomendado o acompanhamento de profissionais capacitados.

Pratique você também! Confira a agenda das aulas de alongamento oferecidas no Paineiras e seus respectivos horários:

Segundas: 11h15 | 17h30 | 20h20  
Quartas: 10h15 | 17h30 | 20h20  
Terças e quintas: 7h15 | 11h15 | 16h10 | 20h  
Sextas: 10h15 | 17h30  
Sábados e domingos: 12h15

## Pilates e Saúde: Bursite



**O Pilates age em favor da saúde do praticante com bursite, melhorando o reequilíbrio muscular de forma geral.**

É frequente a presença de alunos com Bursite nas aulas de Pilates, motivados pelos resultados obtidos. Nas aulas de Pilates do Paineiras, a qualidade e o equilíbrio muscular são trabalhados através de exercícios específicos de força, flexibilidade e estabilização.

A Bursite é uma inflamação da bolsa sinovial (bursa) presente em algumas articulações: ombros, cotovelos, joelhos e quadris. No entanto, ocorre mais frequentemente nos ombros, em decorrência da grande quantidade de bursas.

Entre as possíveis causas de bursite estão: traumatismo, lesões por esforço, infecções, movimentos repetitivos, artrite e gota. O indivíduo afetado sente dor e os movimentos tornam-se restritos, podendo resultar em formação de edema.

O tratamento deve ser feito sob a supervisão do médico, costuma ser recomendado o uso de anti-inflamatórios, relaxantes musculares, compressa com gelo, restrição dos movimentos da área afetada, podendo até ser realizada intervenção cirúrgica em casos mais graves.

Com a prática do Pilates, a qualidade e o equilíbrio muscular serão enfatizados através de exercícios específicos de força, flexibilidade e estabilização. Os braços, pernas e quadris estarão mais preparados para suas funções e a musculatura que dá sustentação à coluna estará mais alinhada, alongada e fortalecida. Haverá um reequilíbrio muscular de forma geral e a ergonomia será otimizada, conduzindo a uma redução considerável dos impactos nas articulações, sobretudo nas bursas, amenizando o atrito e as inflamações.

Dessa forma, o Pilates age em favor da saúde do praticante com bursite melhorando também a aptidão física.

Para iniciar no Pilates procure a Central de Atendimento.

A modalidade funciona de segunda a sexta-feira, das 7h às 22h, e, aos sábados, das 8h às 12h.

Fonte:

*WALKER B. Lesões do esporte: uma abordagem anatômica. São Paulo: Manole, 2010.*

## Compreendendo o treino de musculação: Supino, um dos exercícios mais clássicos

O Supino é um dos exercícios mais clássicos da musculação. Ele é presença quase obrigatória em qualquer programa de exercícios, pois é considerado um dos mais completos quando se trata do desenvolvimento muscular dos Membros Superiores.

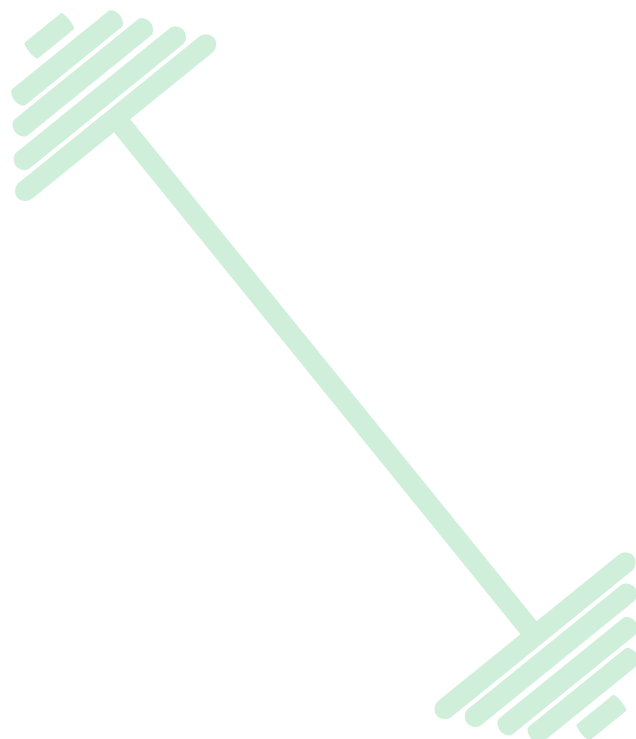
Este exercício costuma ser realizado, principalmente, com o intuito de estimular a musculatura peitoral, entretanto, o mesmo apresenta, uma grande ativação, principalmente, da musculatura posterior do braço (músculo Tríceps Braquial), assim como da musculatura anterior do ombro (músculo Deltóide).

O supino pode ser executado de diversas formas, porém, o mesmo consiste, basicamente, no movimento de empurrar uma carga com os braços, assim como é feito no tradicional exercício de "flexão de braços".

O equipamento mais comum para a realização deste exercício se resume a um banco, uma barra livre e anilhas de peso. Contudo, também é possível realizá-lo em máquinas modernas, as quais são muito práticas e seguras.

Como medida de segurança, é recomendável que este exercício seja executado com a assistência de um profissional, sendo prudente a escolha das cargas adequadas à capacidade do executante.

Portanto, realize o exercício de supino apenas quando puder contar com a assistência de um profissional.



## Etiqueta na Academia: Monopólio de equipamentos

Os equipamentos de uma sala de musculação são de uso coletivo e, portanto, os usuários precisam compartilhar e respeitar as normas.  
#ficaadica

- Respeite o tempo máximo de 30 minutos de uso de Esteiras e Cross Trainers. Fique tranquilo! Os professores estão atentos e abrem listas de espera para não deixar ninguém de fora dos treinos;
- Está fora da etiqueta da academia monopolizar os equipamentos mais concorridos, respeite o seu colega e fique atento ao seu tempo, é comum esperar um pouco para utilizar os aparelhos, porém espera excessiva pode gerar transtornos;
- Falar ao celular causa distração, essa dica vale também para quando você estiver praticando exercícios, fique atento para não se exceder;
- É simpático também revezar os equipamentos com outros usuários da academia, ao invés de deixar o aparelho parado durante um minuto por conta do seu descanso. Mas lembre, isso pode implicar que o equipamento precise ser higienizado mais vezes.

**Pratique essa ideia e bom treino!**



## Circuito Junino

Compadre e Comadre, vistam o seu traje típico e venham participar no nosso Circuito Junino, no dia 08 de junho nas Quadras do Vale.

O evento terá início às 10h e contará com a participação de um grande grupo de professores conduzindo as estações de Ginástica "Caipira" e o nosso Arraiá. A duração aproximada do Circuito será de 90 minutos.

E já virou tradição, novamente os participantes serão recompensados por seu esforço com uma deliciosa mesa de iguarias juninas.

**Você não pode perder! Venha caracterizado e traga seus amigos!**

## Supino

### Paineiras participou do Campeonato Brasileiro de Supino

O Paineiras marcou presença com três atletas no Campeonato Brasileiro de Supino, em Ribeirão Preto, nos dias 4 e 5 de maio.

O técnico Gerson de Oliveira levou nossa equipe que contou com Nelson Dell'Àquilla Junior, Janssem Esteves e Lucas Neves.

Quem se saiu bem e venceu nessa etapa já está classificado para o Campeonato Sul-Americano, que será realizado no Uruguai em novembro, evento promovido pela Federação Internacional (IPF).

**Confira a classificação dos atletas paineirenses, que obtiveram excelentes resultados:**

- Nelson Dell'Àquilla Junior, terceiro colocado na categoria Master I
- Jansen Esteves, campeão categoria Raw (por idade)
- Lucas Neves, campeão categoria Raw (por idade)



# Paineiras investe e renova seus equipamentos de Musculação

## Conheça o que há de mais moderno em matéria de condicionamento

Os novos equipamentos da Sala de Fitness, chegam com inovação, beleza e diversidade de opções para melhor performance nos treinamentos. Além de oferecer aparelhos de última geração, a novidade também traz ganho de tempo e minimiza filas.

Saiba quais são os novos aparelhos da sala de Fitness do Paineiras:



### Top Excite – para braços

É um ergômetro de braços, que vem para complementar, já que antes havia aparelhos somente para exercitar as pernas. Esse aparelho, também permite que os associados ganhem mais variações de exercícios, e que as pessoas com alguma limitação nas pernas, possam também realizar seus exercícios aeróbios.

### Flexability Posterior e Flexability Anterior – para alongamento

Pela primeira vez no Fitness do Paineiras, o Flexability é o aparelho usado em alongamentos. Presentes nas principais academias do país, estes aparelhos vêm para facilitar e tornar mais confortável a prática destes exercícios.



### Bikes Schwinn com painel digital – para pedalar

São as bicicletas especiais para aulas de bike. O diferencial é que elas possuem um painel que controla RPM's, tempo, batimentos cardíacos e calorias. Com isso, o professor e o aluno poderão monitorar a intensidade e o desempenho dos exercícios.

### Dual Adjustable Pulley – força

Este equipamento será usado na sala de Treinamento Funcional e permitirá que os alunos possam se exercitar com maior controle das cargas e da variedade dos exercícios.



## Technogym da linha Selection – para musculação

A Technogym é uma marca italiana, presente nas melhores academias do Brasil. Os seus equipamentos de musculação são conhecidos pela ergonomia (conforto), biomecânica (qualidade técnica e segurança) e, também pelo seu design.

O Clube está adquirindo equipamentos da principal linha, a Selection, conhecida por professores e usuários pela sua praticidade no ajuste das máquinas.

As máquinas adquiridas são: Abdominal Crunch (exercício abdominal), Lower Back (exercício lombar), Leg Curl (exercício para a parte posterior da coxa), Leg Extension (exercício para a parte anterior da coxa) e a Chest Press (exercício peitoral). Foram adquiridos também novos bancos da mesma marca.

Acompanhando o aumento de demanda de esteiras no Fitness, estão chegando 3 novas esteiras de alta qualidade técnica e ecológica, pois possuem um sistema especial de economia de energia. Aguardem! Em breve, anunciaremos mais novidades.

# Boxe

## Conheça os novos equipamentos do Boxe

Pensando em aprimoramento constante e nos benefícios obtidos por quem pratica Boxe, o Paineiras está desenvolvendo e melhorando os treinamentos com o que há de melhor no universo desse esporte e para isso está constantemente adquirindo novos equipamentos e acessórios, além da permanente atualização dos professores que atuam no Clube.

Alguns profissionais que atuam com o Boxe, afirmam que há movimentos que são característicos e específicos da

modalidade, entretanto, exercícios do Treinamento Funcional podem complementar esse trabalho tornando os resultados ainda mais satisfatórios e eficazes, entre eles a melhoria do condicionamento físico. O Treinamento Funcional é uma atividade que visa o restabelecimento das funções naturais do corpo, como equilíbrio, força e agilidade, através do uso de equipamentos e exercícios específicos, portanto muito útil ao Boxe.



### *Melhore seu condicionamento físico e mental*

O Boxe é um esporte que proporciona diversos benefícios, que vão muito além do condicionamento físico. A prática ajuda a diluir os altos níveis de estresse à que as pessoas são expostas em seu cotidiano, e na agilidade dos exercícios propicia maior queima de gordura. Ao treinar boxe, a energia acumulada pelo estresse termina na hora de socar o saco de pancada. Ele passa a ser um alvo para onde você direciona tudo, e assim, acaba relaxando.

O que você está esperando? Venha praticar Boxe! Participe de uma aula experimental com os nossos professores.

### Conheça alguns dos benefícios do boxe!

- Desenvolvimento da percepção dos movimentos
- Ajuda na consciência postural
- Melhoria do equilíbrio muscular (simetria)
- Melhoria da eficiência dos movimentos



# SEFFE / SAT: Ginástica Artística

## Festival Interno para comemorar a inauguração do novo tablado

Flexibilidade, equilíbrio e elegância nos movimentos deram o tom da apresentação que aconteceu dia 04 de maio no novo tablado. As alunas da Ginástica Artística dos níveis 1, 2 e 3, mostraram seus conhecimentos no esporte e ainda ganharam prêmios ao final de sua demonstração.

O evento foi organizado de forma que todas as atletas foram divididas em grupos, e cada grupo se dirigiu a uma estação de exercício para que pudessem mostrar sua habilidade em todos os aparelhos da Ginástica Artística.

Os exercícios tinham que ser executados dentro de um tempo determinado, e depois, elas trocavam de estação e repetiam o procedimento. Ao final da apresentação, quando os grupos já tinham passado por todas as estações, as atletas participantes foram homenageadas com medalhas.

É o começo da prática para as grandes competições!



# SEFFE / SAT: Handebol

## Torneio Interno de Handebol agita as quadras paineirenses

A participação nos jogos foi excepcional, tanto no nível dos atletas, quanto na disputa e empolgação dos times. O evento aconteceu no dia 28 de abril, com a participação de todas as equipes das turmas de Handebol do SEFFE/SAT.

Nas categorias "B" e "C" a grande maioria das equipes compareceu com número superior de jogadores, tendo até "reservas" para competir. Conseguimos realizar todos os jogos programados para essas duas categorias. Já na categoria "A", 12 jogadores divididos em duas equipes com 6 integrantes cada, disputaram uma partida fracionada em 3 períodos de 10 minutos cada. Essa categoria foi a mais aguardada do Torneio e a cada jogada arrancavam aplausos dos pais e demais presentes.

Ao final dos jogos de todas as categorias, os primeiros três colocados foram premiados com um squeeze, um adesivo e homenageados com medalhas.

O evento foi muito elogiado, principalmente, pelo fato de termos conseguido um grande número de participantes, e também pelo nível de organização e nível técnico dos jogos.



**Acompanhe os números do Torneio:**

- 3 categorias mistas
- 7 jogos disputados
- 63 participantes
- 79 gols marcados

**Obrigado a todos pela colaboração, elaboração e viabilização do evento. E parabéns ao nossos jogadores!**



# Venha participar do 64º Paineiras CAMP

Chegou a hora da farra, não percam! As férias estão chegando e o 64º Paineiras Camp também! Ótima opção de diversão para as crianças que não irão viajar e preferem passar suas férias longe do computador, com atividades monitoradas e super divertidas.

## Confira aqui o regulamento!

- **QUANDO:** A 64ª temporada do Paineiras Camp irá acontecer em duas semanas, sendo a **PRIMEIRA NO PERÍODO** de 01 a 06 de julho e a **SEGUNDA NO PERÍODO** de 15 a 20 de julho de 2013.
- **QUEM PODE PARTICIPAR:** Crianças de 03 a 12 anos de idade, associados e convidados.

As crianças serão divididas em 4 grupos, conforme abaixo:

**VERMELHO** - 03 e 04 anos

**AMARELO** - 05 e 06 anos

**VERDE** - 07 e 08 anos

**AZUL** - 09 a 12 anos



## • INSCRIÇÕES:

Na Central de Atendimento - CAT - a partir do dia 27/05 (segunda-feira)  
As vagas serão preenchidas por ordem de chegada (vagas limitadas).

## VALORES DA INSCRIÇÃO

Condição	Desconto	Valor / inscrição
Associado (uma pessoa)	—	R\$ 480,00
02 irmãos (Somente para Associados)	10%	R\$ 432,00 cada
Associado c/ participação em dezembro de 2012	10%	R\$ 432,00 cada
Acima de 02 irmãos (Somente para Associados)	15%	R\$ 408,00 cada
Não associado (convidado)	—	R\$ 864,00 cada

## • FORMAS DE PAGAMENTO:

1ª parcela no ato da inscrição (50%)

2ª parcela via boleto bancário, junto com a mensalidade do clube, agosto/2013.

## • INCLUSO:

03 refeições diárias de segunda a sexta-feira (café da manhã, almoço e lanche da tarde) e no sábado (café da manhã e lanche)

01 camiseta | 01 boné

Todas atividades inclusas sem custo extra

## • INFORMAÇÕES GERAIS:

No ato da inscrição será entregue o guia informativo do evento.

Em caso de dúvida, entrar em contato nos telefones 3779-2000 (Central de Atendimento) ou 3779-2103/2115 (Área Formativa).

## Anote na agenda!

Confira o calendário de aulas dos cursos do SEFFE / SAT

### Junho

**Dia 01**, sábado: plantão para aulas na Piscina Kids - opcional

**Dias 24 a 28**: matrícula 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

### Julho

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

### Agosto

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

### Setembro

**Dia 06**, sexta-feira: aula opcional para todos os cursos

**Dia 07**, sábado: feriado, não haverá aulas

### Outubro

**Dia 11**, sexta-feira: aula opcional para todos os cursos

**Dia 12**, sábado: feriado, não haverá aulas

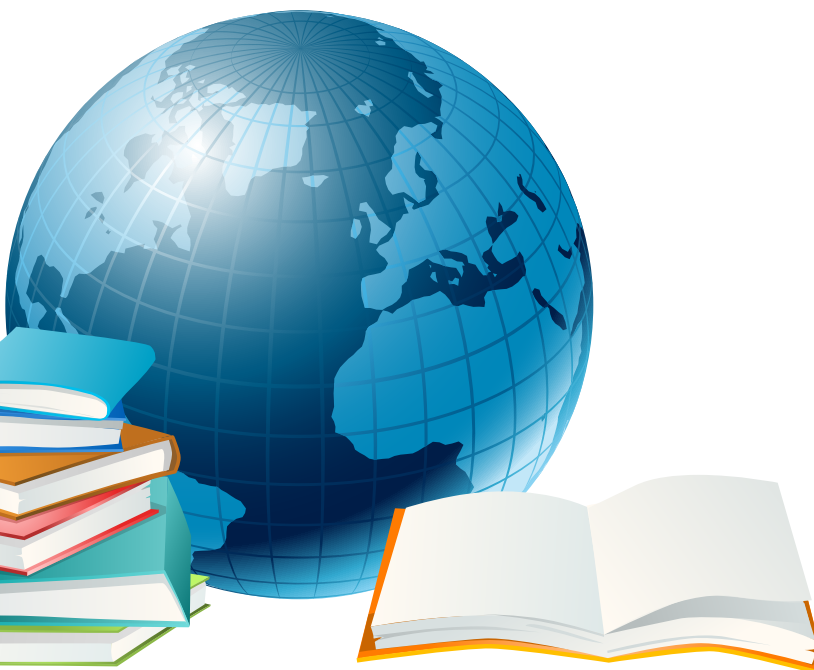
# Curso no exterior é diferencial para a carreira

## *Empresas buscam profissionais com visão de mundo e proficiência no idioma*

São inúmeras as vantagens que um intercâmbio pode trazer tanto para a vida pessoal como a profissional. E quem quer ser altamente competitivo no mercado de trabalho já percebeu que dominar o inglês é fundamental para sair na frente. Já a experiência adquirida durante uma temporada de estudos no exterior aumenta a bagagem cultural e desenvolve a facilidade de trabalhar em equipe, características que valorizam o candidato na hora da contratação.

As empresas brasileiras buscam profissionais que tenham fluência no idioma e conhecimento cultural avançado. Atualmente, o diferencial procurado pelo mercado de trabalho não é somente falar inglês, mas também ter uma experiência educacional internacional no currículo. Empresas que atuam no mercado da educação internacional perceberam aumento de aproximadamente 20% na procura por cursos no exterior, com relação ao ano passado. Esse aumento reflete a realidade de um mercado em expansão por conta da alta demanda.

Outra vantagem destes cursos customizados e direcionados para carreira é a possibilidade de ampliar o vocabulário da área de atuação e de fazer uma boa rede de contatos – o famoso networking. É o que relata o gerente de trade marketing de uma multinacional de cosméticos com sede no Brasil, Ricardo Nobre, que fez no ano passado um curso de inglês para executivos em Londres. “Eu já havia feito intercâmbio mais jovem e decidi investir neste curso específico para aperfeiçoar meu vocabulário para apresentações e reuniões. Foi muito produtivo, as salas de aula tinham no máximo cinco alunos e eu conheci gente do mundo todo, estudei com um executivo da indústria de petróleo e um banqueiro, por exemplo. Eu recomendo esses cursos pelo alto aproveitamento em um espaço curto de tempo”, observa.



# Dê um up na sua carreira.

Com uma **experiência internacional**, você se prepara para **se dar bem** em qualquer cenário.

## Estudo & Trabalho CANADÁ

Aulas de Business + Visitas a empresas + 4 semanas de estágio

## Curso de Extensão INGLATERRA

Ênfase em Finanças ou Administração  
4 semanas de duração

## Programa de Imersão - EUA

Direito em Boston - Visitas a Empresas e Universidades

Saiba mais sobre os programas em [ci.com.br/suacarreira](http://ci.com.br/suacarreira)

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](mailto:morumbi@ci.com.br)



você aprende com o mundo


[ci.com.br](http://ci.com.br)

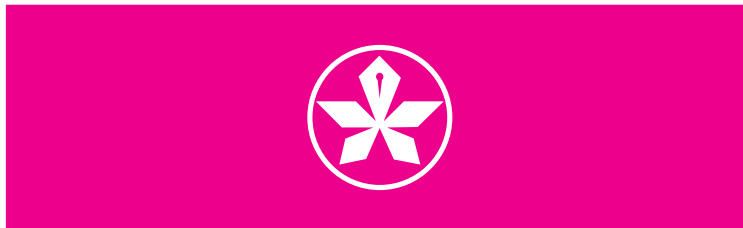
# AGENDA Junho

● Eventos Esportivos ● Eventos Socioculturais ● Eventos Institucionais

01 a 30/06	01 a 30/06	01 a 30/06	01 a 30/06
Campeonato Interno de Snooker – Regras Brasileira e Inglesa – 20h – Pavilhão de Jogos Conforme tabelas	Torneio ACESC de Tênis de Campo Adulto Jogos Internos e Externos, conforme tabela	Torneio ACESC de Squash Adulto Jogos Internos e Externos, conforme tabela	Copa Sindi-Clube de Voleibol Master Jogos Internos e Externos, conforme tabela
01/06	04/06	05 a 09/06	06/06
Sábado Musical Indjoy - Música pela Preservação Ambiental 21h30 – Piano Bar	Futebol Master – Copa Paulistano 2013 20h30 – Campo de Futebol	Natação Campeonato Brasileiro Juvenil de Inverno 7h - Belém/PA	Tênis Finais do Campeonato Paulista Interclubes 12MA e 18F 16h30 – Sociedade Hípica de Tênis
06/06	07 a 09/06	07/06	07/06
Palestra Kriya Yoga 20h – Sala 8, Centro Cultural	Nado Sincronizado Brasil Synchro Open 9h - Rio de Janeiro/RJ	Tênis Finais do Campeonato Paulista Interclubes 12MA e 18F 16h30 – Quadras do Paineiras	Sexta Nobre Dançante Festival do Camarão com a Super Banda SA 21h30 – Restaurante das Cúpulas
08 e 09/06	08, 09 e 29/06	08/06	08/06
Festival Interno de Futsal 13h – Quadras do Vale I e II	Interníveis de Tênis Recreativo 13h – Quadras de Tênis	Fitness – Circuito Junino 10h – Quadras do Vale	Teatro Infantil “Histórias de um Boneco Pinóquio” 11h - Cineteatro
08/06	08/06	08/06	08/06
Polo Aquático Campeonato Paulista Sub 15 11h45 – Jundiaí/SP	Clínica de Basquetebol 13h – Ginásio Velho, Quadras I e II	Tênis Finais do Campeonato Paulista Interclubes 14MA 14h – Quadras do Paineiras	Sábado Musical Standards e MPB com a Banda Bossa à Beça & Cia 21h30 – Piano Bar
09/06	09/06	11/06	12/06
Natação Circuito Mirim e Petiz - Etapa Final 7h – Piscina Olímpica	Eleições Conselho Deliberativo 8h às 17h – Salão Nobre	Workshop de Teatro 20h30 – Cineteatro	Noite dos Namorados Jantar à luz de velas Restaurante das Cúpulas
13/06	15 a 23/06	15 e 16/06	15 e 16/06
Polo Aquático Campeonato Paulista Sub 17 20h45 – E.C. Pinheiros	Tênis de Campo Circuito Nacional Correios 9h – Manaus/AM	Natação Campeonato Paulista Infantil Inverno 10h – São Caetano do Sul/SP	44º Arraiá do Paineiras A partir das 12h Confira a programação completa nas páginas 28 e 29

<b>15/06</b>	<b>16/06</b>	<b>16/06</b>	<b>21/06</b>
Polo Aquático Campeonato Paulista Sub 13 13h – SESI/Riberão Preto/SP	SCORP – Circuito Vênus 7h – Jockey Club de SP	Judô – Festival de Judô 9h – Associação A Hebraica	Educação do Movimento Gincana Junina 9h e 14h30 – Ginásio Velho, Quadras I e II
<b>21/06</b>	<b>22 e 23/06</b>	<b>22/06</b>	<b>22/06</b>
Sexta Nobre Dançante Banda Feelings 21h30 – Restaurante das Cúpulas	Natação Campeonato Paulista Infantil Inverno 7h - São Caetano do Sul/SP	Polo Aquático Interturmas 13h – Piscina Olímpica	III MPB Coral 17h – Cineteatro
<b>22/06</b>	<b>23/06</b>	<b>23/06</b>	<b>25/06</b>
Sábado Musical O Melhor do Soul Music com Alessandra de Martino 21h30 – Piano Bar	SCORP – 2ª Etapa Track&Field Run Series 7h – Shopping Villa Lobos	Judô – Festival Mosqueteiro 9h – Corinthians	Teatro: A Viagem do Capitão Tornado 20h30 – Cineteatro
<b>26 a 28/06</b>	<b>26 a 30/06</b>	<b>26 a 30/06</b>	<b>27/06</b>
Natação – Aulas de encerramento Nos horários normais de aula Piscinas Olímpica e Social	Natação Campeonato Paulista Infantil Inverno 7h - Corinthians	Polo Aquático Copa Brasil Infante e Juvenil Sub 13 Masc./Fem. 9h - Rio de Janeiro/RJ	Roda de Capoeira Aula Especial 19h – Sala de Capoeira
<b>28/06</b>	<b>29 a 30/06</b>	<b>29/06</b>	<b>29/06</b>
Sexta Nobre Dançante Banda Musical EM MI 21h30 – Restaurante das Cúpulas	Natação Kids – Gincana de encerramento 9h e 13h – Piscina Kids	Nado Sincronizado Campeonato Paulista de Inverno 8h – Piscina Olímpica	Encontro de Corais 19h – Teatro Associação A Hebraica
<b>29/06</b>	<b>30/06</b>	<b>30/06</b>	<b>Quartas</b>
Sábado Musical Clássicos das Serestas e Bolerós com Sarita e Lílico 21h30 – Piano Bar	SCORP – 18ª edição da Corrida Corpore Bombeiros 10K 7h30 – Parque da Independência	Nado Sincronizado Apresentação Semestral 8h – Piscina Olímpica	Rachões de Futebol 19h – Campo e Society
<b>Quintas</b>	<b>Sábados</b>	<b>Cine Paineiras</b>	
Videokê 20h – Piano Bar	Rachões de Futebol 7h – Society 8h30 – Campo	Sessões Adultas Sextas – 20h30 Sábados e Domingos – 19h Confira a programação completa nas páginas 34 e 35	Sessões Infantis Sábados e Domingos – 16h Confira a programação completa na página 38

<b>64º Paineiras Camp</b>	
Vem aí!	



# Serviços que você encontra no Paineiras:

## 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**  
(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

**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

**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

## Diversos (Infraestrutura e Serviços)

**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

**Escola de idiomas**  
(ao lado da Sala de Carteados) - 3779.2144  
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

## 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 Lopoian) - 3779.2133  
Horário atendimento:  
Terça a sexta: 14h às 22h  
Sábado, domingo e feriado: 9h às 19h  
Segunda: fechado

**Bistrô**  
(Próximo 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: 14 às 22h  
Sábado: 12h às 22h  
Domingo: 12h às 20h

**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

**NAS PRÓXIMAS FÉRIAS,  
MANDE SEU FILHO ESTUDAR.  
ELE VAI TE AGRADECER.**



**NOVO  
ENDEREÇO**

**EXPERT**  
EM INTERCÂMBIO

*Desde 1964*

**PROGRAMA CULTURAL DE FÉRIAS  
A FORMA MAIS DIVERTIDA DE APRENDER UM IDIOMA.**

Escolha entre 10 países e programas incríveis, com aulas, atividades específicas e passeios. Programe já as próximas férias com a expert em intercâmbio.

**INSCRIÇÕES ABERTAS PARA JULHO 2013.**

VIVA O MUNDO. FAÇA UM INTERCÂMBIO.

**WWW.EXPERIMENTO.ORG.BR**

FALE COM UM EXPERT | RUA DR. MÁRIO FERRAZ, 441 - JARDINS - T (11) 3707 7122



Eleita a **MELHOR**  
Agência de Intercâmbio  
da América Latina  
por **3 ANOS seguidos.**

CURSOS  
NO EXTERIOR

HIGH SCHOOL

AU PAIR

WORK & TRAVEL

UNIVERSITÁRIOS E  
PROFISSIONALIZANTES