

**FÉRIAS APROVEITE COM A  
FAMÍLIA TUDO O QUE  
O PAINEIRAS OFERECE**

**Paineiras**

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





# A sua Megastore de Cama, Mesa e Banho no Coração do Morumbi.

Grandes Marcas | Linha Exclusiva Italiana | Produtos sob Medida | Bordados Personalizados

**15%** DE DESCONTO  
SÓ PAINEIRENSE TEM!

Em qualquer compra, exceto os produtos que já se encontram em promoção. Basta apresentar a sua carteirinha de associado.

Parcelamento Em Até 6 Vezes • Aceitamos Todos os Cartões

  
**Gioconda**  
ENXOVAIS

Av. Jorge João Saad, 1.120 - Morumbi - São Paulo (Próxima ao Estádio do Morumbi)  
Segunda a Sábado das 09h às 19h / Domingo das 10h às 18h  
Tel.: 11 3501-4227 - [www.giocondaenxovais.com.br](http://www.giocondaenxovais.com.br)



Ambiente em exposição na CASACOR 2013.  
Arquiteta Simone Seltman - Homenagem ao casal  
Fátima Bernardes e William Bonner.



# Sumário

## Paineiras

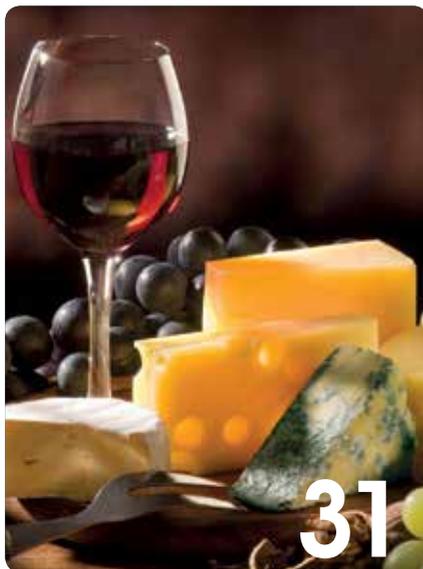


A festa democrática dos paineirenses! Eleição de 1/3 do Conselho Deliberativo.

06. Leia na seção Paineirense em Destaque: Ronaldo Ramos, Presidente da Rio Tinto Alcan no Brasil.

08. Realizações: Mudanças estruturais que garantem mais segurança e conforto para os associados.

## Sociocultural



Noite do Queijo e Vinho e tributo a Frank Sinatra, com Clério Santana e a banda Bossa In Six.

25. Biblioteca Paineiras: Aproveite as férias e embarque nessa viagem.

32. Cine Paineiras: Confira a programação especial para o mês de julho.

## Esportes



SCORP: Nossos atletas da melhor idade estão com pique invejável.

52. Beach Tennis: Confira os resultados do Torneio ACESC.

68. SEFFE/SAT: Prepara nossas crianças para o futuro.

## Seções

	Paineiras	05
	Clicks	18
	Sociocultural	24
	Kids	35
	Bem-Estar	38
	Esportes	40
	Variedades	71
	Agenda	72
	Serviços	74



44º Arraiá do Paineiras: recorde de público (7.800 pessoas no domingo) e recorde de concentração de Paineirenses (83%), principal objetivo da organização do evento.

# 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 Baccarini de Moura  
Hugo Germano Sigaud Júnior  
Maurício Galizia Noriega  
Miguel Julio A. Draskoczy  
Piergiorgio Helzel  
Ricardo Amaral da Silveira  
Stivy Malty Soares

Projeto Gráfico e Editorial: Deepmind Marketing Estratégico Ltda.  
Capa:.....Tales Vinícius Ferreira da Silva  
Editoração:.....Maira Castellani Reche  
Produção Editorial: .....Ecco Press Comunicação Ltda.  
Redação: .....Giseli Miliozi  
Jornalista Responsável:.....Renata Garcia Bernardes  
Fotos: .....Adalberto Santana, Andrea Ribeiro, Thiago Henrique, Deepmind e Arquivo Paineiras  
Impressão:.....Rush Gráfica e Editora  
Distribuição:.....Door to Door - Logística e Distribuição

### Anúncio

E-mail: marketing@clubepaineiras.com.br  
Telefone: 3779-2099



## Clube Paineiras do Morumbi

Revista Paineiras | Julho 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 ..... Mauricio 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:

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

### 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: ..... Adailton 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: 9h às 19h\*  
Sábados, domingos e feriados: 8h às 17h  
Telefone: 3779-2010

\*Horário especial no período de 10 de julho a 02 de agosto.

## Com a palavra, o Presidente

Prezados Associados,

Gostaria de agradecer o enorme apoio que foi dado a essa Diretoria Executiva na eleição para renovação de 1/3 dos Conselheiros, no dia 09 de junho. Dos 40 Conselheiros eleitos 37 fazem parte da base de apoio dessa Diretoria.

Esse resultado nos enche de alegria e redobra a nossa responsabilidade em não frustrar os anseios dos que acreditam nesse processo de melhoria contínua e de atuação para termos um Paineiras para todos.

Investimos na Festa Junina trazendo artistas renomados, melhoramos a infraestrutura com a construção de um camarote para 300 pessoas, locamos a área de estacionamento (P3) das Magnólias, deixando os dois estacionamentos exclusivos para associados e o sistema de *valet* para convidados e cuidamos para que houvesse um equilíbrio entre receitas e despesas. Conclusão, tivemos um recorde de público (7.800 pessoas no domingo) e recorde de concentração de Paineirenses (83%), principal objetivo da organização do evento.

Todas as pequenas, mas, importantes obras estão sendo entregues ou em andamento conforme prometemos, como: acesso coberto para o Centro Cultural com ampliação da Brinquedoteca, troca do gramado do Futebol, nova portaria para delegações, iluminação das quadras de Tênis e de Areia, troca da cobertura das Quadras do Vale, troca do piso do Squash, revitalização do Playground, reforma e ampliação da Sauna/SPA além de outras manutenções.

A nossa grande obra será a ampliação do Complexo Esportivo do Vale, que pretendemos executá-la principalmente com recursos da Lei de Incentivo e estamos aguardando as aprovações legais.

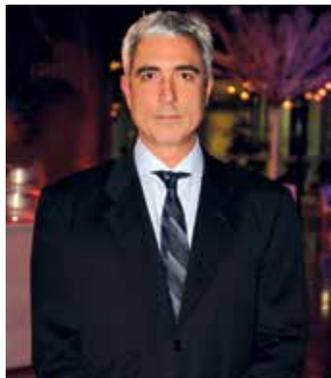
Com o apoio que continuaremos a ter de nossos Conselheiros poderemos discutir e propor as alterações estatutárias necessárias para atualizar o nosso Estatuto Social a realidade atual de nossa comunidade.

Sergio Henri Stauffenegger – Presidente



Diretoria Executiva 2013-2015

## Amigos Paineirenses



**Antes de qualquer coisa, meu muito obrigado.**

Este é o meu último editorial como Presidente do Conselho Deliberativo. Provavelmente, quando vocês tomarem conhecimento do conteúdo a seguir, uma nova mesa Diretora do Conselho Deliberativo e suas Comissões (Julgamento e Sindicância) para o período – 01.07.13 a 30.06.15, já terão tomado posse e começado um novo ciclo no Paineiras.

Despedida é sempre um momento de reflexão sobre tudo que aconteceu e de agradecimentos. Comigo não será diferente.

Quando assumi o cargo de Presidente do Conselho Deliberativo me senti muito honrado por ter sido eleito por meus pares - Conselheiros - e satisfeito em ter ao meu lado, como Vice-Presidente, o Conselheiro Cyro Kusano e, como Secretária, a Conselheira Vera Lucia Zen. Eles foram muito importantes e determinantes para que eu pudesse conduzir as atividades do Conselho Deliberativo. Obrigado por tudo.

Agora falo em nome da Mesa Diretora do Conselho. Gostaríamos de mencionar que, nestes últimos dois anos, tivemos a oportunidade de criar uma sinergia muito boa entre o Conselho Deliberativo e a Diretoria Executiva, contribuindo para o desenvolvimento e engrandecimento de nosso Clube. Destacaria que, com a atuação conjunta, pudemos realizar o grande sonho do Paineirense - de mais de 50 anos - a construção do nosso Estacionamento, de forma rápida e de acordo com o orçamento e engenharia financeira aprovados.

Acontecimentos marcantes fizeram parte de nossas reuniões do Conselho Deliberativo. Foram mais de 15 reuniões nestes 2 anos. Vamos levar em nossas lembranças grandes discussões e decisões que tivemos sobre o nosso Paineiras. Poderíamos até reportar a alguns desses inesquecíveis momentos, entretanto tornaríamos este editorial extenso e cansativo.

Como atuais Membros da Mesa Diretora do Conselho Deliberativo, gostaríamos de aproveitar a oportunidade para homenagear, desde já, os Conselheiros com mandato até 30.06.2013 que, durante todo este período, não mediram esforços para trazer ao plenário do Conselho os questionamentos, as sugestões, reclamações e a sua

própria experiência que foi extremamente enriquecedora. **A eles o nosso muito obrigado.**

**Conselheiros com Mandato entre 1º.07.2007 a 30.06.2013 que deixarão o Plenário:**

Abraão Saliture Neto, Alessandro Maria Pagano, Ana Emilia O. de Almeida Prado, Antonio Carlos Panzardi, Antonio Machado Filho, Antonio Misorelli, Carlos Henrique Braga Martes, Carlos H. Froner Souza Goes, Cyro Kusano, Daniel Fausto Dell'Aquila, Domingos Costa Hernandez Junior, Erovan Tadeu da Silva Carmo, Francisco Carlos de Paiva Monteiro, Gilberto Canhadas, Itiro Suzuki, Jaime Oliveira Oncins, José Adelmo Soares de Mello, José Eduardo de Toledo Rodovalho, Luiz Fernando de Paiva Monteiro, Luiz Hildebrando Bessa Rodrigues, Marcio Pepe, Marcio Vigneron, Marco Aurelio Scalise, Maria Cecilia Lodovici, Mauricio Goulart de Faria, Mauro Leozzi, Nelson da Silva Vilares, Ody João Belotto, Paulo Celso Cagno, Pedro Alves da Costa Filho, Piergiorgio Helzel, Renata Diana Miotti, Ricardo Rutledge, Richard Jones Auada Treial, Roberval Ramos Mascarenhas, Sandra Cecilia Monaco, Sergio Henri Stauffenegger, Silno Ferreira, Vera Lucia Lucas Zen e Vera Lucia Yazbek.

Alguns foram reeleitos para o novo mandato – 2013 a 2019 – e outros deixaram a vida política, pelo menos neste momento. Aos novos Conselheiros desejamos desde já sucesso. Deixaremos para os nossos sucessores as boas vindas.

Não poderíamos deixar de agradecer aos colaboradores, funcionários do Clube que trabalham na Secretaria do Conselho, sempre com muita eficiência, Sra. Selma Bandiera, Sr. Emerson Viola Duarte e, mais recentemente a Sra. Valdete Medeiros Pessoa, a vocês o nosso muito obrigado pela ajuda e contribuição.

Ressalto que o nosso **Conselho Deliberativo**, através de Comissões específicas e com atuação de seus Conselheiros, muito nos ajudaram a chegar ao final de nosso mandato sem sobressaltos e com harmonia entre os poderes do Clube. Nosso muito obrigado.

Por fim, dirigimos uma afetuosa menção, com nossa especial gratidão à Diretoria Executiva, anterior e a atual, principalmente por nos ajudarem nestes 2 anos. Muito obrigado.

Saudações Paineirenses

**Mesa Diretora**

**Presidente:** Luís Augusto Bulcão Carvalho | **Vice-Presidente:** Cyro Kusano  
**Secretária:** Vera Lúcia Lucas Zen

# Paineirense em destaque



## Ronaldo Ramos

Presidente da Rio Tinto Alcan no Brasil (RTA), Diretor Conselheiro da ABAL (Associação Brasileira do Alumínio), representante da RTA na Câmara de Comércio Brasil-Canadá, Conselheiro da Mineração Rio do Norte S.A. e representante da RTA no Consórcio Alumar, Conselheiro de Administração certificado pelo IBGC e sócio diretor da CEO Lab, empresa de consultoria e mentoria para CEOs.

**“Gostaria de trazer três palavras para reflexão de todos nós: engajamento com inspiração, generosidade com governança e indignação com responsabilidade”.**

**Ronaldo Ramos**, tem 57 anos, casado com Ana Paula e pai de 2 filhos e uma enteada, Maurício, 27, Maria Clara, 24 e Victoria 15. Dentre seus hobbies, a fotografia, a música, as viagens ecológicas e o squash configuram o topo da lista. Formado em Engenharia de produção pela Escola Politécnica da USP com pós-graduação no Brasil e no exterior nas áreas de gerência geral operacional de finanças e gestão de empresas; desenvolveu carreira executiva na indústria do alumínio, em diversas funções executivas no Brasil e no Canadá, incluindo fusões, aquisições e spin-offs, ocupa hoje o mais alto escalão da mineradora anglo-australiana Rio Tinto Alcan no Brasil (RTA).

Pois é, esse paineirense de sucesso abriu um tempo em sua agenda disputadíssima e nos concedeu entrevista exclusiva, confira:

### No Paineiras,

Nosso entrevistado e família, são frequentadores assíduos há 4 anos. É possível encontrá-los nas aulas de natação, violão, ginástica e também nos eventos sociais do Clube, atrações musicais, mostras e exposições. Ronaldo faz natação, joga squash e ressalta os

treinos do filho Maurício, que é triatleta e treina no Paineiras.

Quando questionado sobre seu espaço de lazer preferido no Clube, a resposta é objetiva: “O bosque, onde posso caminhar e relaxar, deixando a mente livre para sonhar e idealizar projetos”.

**Revista Paineiras:** No dia a dia para relaxar e aliviar o stress do efervescente mundo dos negócios, o que costuma fazer?

**Ronaldo Ramos:** Atividade física é importante, o squash e a natação são minhas favoritas. A dedicação à fotografia do cotidiano e o convívio com a família são meus lugares seguros e pontos de acolhimento, importantíssimos para o equilíbrio.

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

**Ronaldo Ramos:** Lembrar que somos maratonistas e não corredores de 100m rasos. Que a disciplina, planejamento e a inclusão de momentos de descanso em nossa agenda pesada são fundamentais.

E que é importante usar meias de compressão em longas viagens de avião.

### Nos Negócios,

**Revista Paineiras:** O senhor é Presidente da Rio Tinto Alcan no Brasil (RTA) e ainda acumula outras funções estratégicas para os setores de mineração e metalurgia. O que o senhor acha importante falar a respeito da Rio Tinto Alcan do Brasil?

**Ronaldo Ramos:** A Rio Tinto é uma empresa anglo-australiana, registrada nas bolsas de valores de Londres, Nova Iorque e Sidney. É líder mundial na descoberta e processamento de recursos minerais, com cerca de 77 mil empregados em mais de 40 países. Os valores centrais da empresa, consolidados em seu código de conduta – Nossa Maneira de Trabalhar – apoiam-se na saúde e segurança no trabalho e no respeito ao meio ambiente e às comunidades. Importante dizer que o desenvolvimento sustentável está no centro de nossos negócios e valores. Nossa linha de produtos é vasta, mas destacaria: bauxita, alumina, alumínio, carvão mineral, cobre, diamantes, ouro, prata, minério de ferro, dióxido de titânio e níquel.



Placa de alumínio com aplicação de corrosivos

A Rio Tinto Alcan, presente em 27 países, é a unidade de negócios voltada para a bauxita, alumina e alumínio. Temos acesso a reservas significativas de bauxita, com liderança global na indústria integrada do alumínio por mais de 120 anos. Somos referência no desempenho ambiental com tecnologia própria e acumulamos grande experiência no desenvolvimento de projetos em áreas ambientalmente sensíveis, utilizando elevados padrões de conduta.

No Brasil, estamos há mais de 70 anos. Uma presença constante e com intensa atividade. No Estado do Pará, por intermédio da nossa participação na Mineração Rio do Norte, extração de bauxita e em São Luís, Maranhão, participamos do Consórcio Alumar, onde produzimos alumina. Estas duas operações estão voltadas majoritariamente ao mercado externo, e oferecem significativa contribuição positiva à balança comercial brasileira. Promovemos ainda pesquisa mineral, cujo foco maior concentra-se no Estado da Bahia, onde desenvolvemos importante projeto voltado à bauxita.

Como Presidente de uma organização que se estende em áreas geográficas tão diversas, que se relaciona com diferentes públicos de interesse e atuação sob forte escrutínio da sociedade, é fundamental que se promova uma gestão pautada em forte governança para manutenção da nossa imagem e reputação, para assim assegurar a continuidade de nossas atividades e manter um ambiente favorável para receber novos investimentos no país. Os demais desafios de um Presidente que atua no setor da mineração no Brasil, em geral, são muito próximos aos demais setores produtivos nacionais. A infraestrutura, ambiente regulatório e custos operacionais como um todo, impactam nossas operações e diminuem nossa competitividade no cenário global. O governo federal reconhece esses gargalos e tem endereçado propostas de melhoria que espero que sejam rapidamente implementadas.

A principal preocupação da indústria



Minério de Bauxita

neste momento se relaciona com o risco regulatório representado pelas incertezas em torno do novo código mineral e seus impactos na indústria e na competitividade do país.

**Revista Paineiras:** No setor de alumínio é notório o seu engajamento. O que o senhor gostaria de destacar a respeito dessa atuação?

**Ronaldo Ramos:** Acredito que a grande contribuição do setor de alumínio foi o desenvolvimento nos últimos anos de uma maior consciência do consumidor com respeito à reciclagem.

O alumínio é um material 100% e infinitamente reciclável. Ao trazeremos isso ao conhecimento do público, ao desenvolvermos consistentes campanhas em prol da reciclagem, e ao demonstrar a economia envolvida com a criação de uma cadeia produtiva, isso de certa forma despertou o "espírito inovador" do brasileiro a se engajar no tema e assumir uma postura ativa, consciente dos benefícios gerados por esta atividade. Se sustentabilidade hoje é um conceito corrente, muito se deve ao impulso dado pelo setor do alumínio à reciclagem nacional.

**Revista Paineiras:** Em sua opinião como está o Brasil no cenário atual de mineração e alumínio?

**Ronaldo Ramos:** O Brasil é um país de grande potencial geológico. Nossa posição em diversos minerais é de liderança. Temos um setor bem desenvolvido, com tecnologia tanto em pesquisa e lavra que não ficam atrás dos outros países com os quais competimos. A mineração brasileira hoje também é referência em sustentabilidade, tanto no trato das questões ambientais, quanto no desenvolvimento de relações com as comunidades que recebem os projetos do setor. Esta relação, é bom que se diga, não fica restrita ao momento da lavra, vai além. A responsabilidade segue até depois do fechamento da mina, pois é de fundamental importância que a comunidade esteja preparada para assumir o seu futuro sem o apoio daquela



Ronaldo Ramos

atividade econômica. E o nosso setor atua de forma consistente na capacitação dessas comunidades.

O que temos de vantagem competitiva com relação ao potencial geológico oferecido pela natureza, perde-se com fatores relacionados ao ambiente de negócios. Estes fatores são de conhecimento de todos: infraestrutura, carga tributária, custo de energia, capacitação de mão-de-obra e educação, para listarmos alguns. Isso oferece um impacto negativo para a mineração, sendo certo que para a indústria do alumínio, especificamente o custo da energia nos últimos anos simplesmente inviabilizou novos investimentos e a expansão do setor. Sem uma alteração significativa sobre o preço deste insumo, é muito provável que nossa presença no mercado global será significativa apenas pela commodity mineral, bauxita, e talvez pela alumina, óxido de alumínio.

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

**Ronaldo Ramos:** Penso que gostaria de trazer três palavras para reflexão de todos nós: engajamento com inspiração, generosidade com governança e indignação com responsabilidade.

Engajamento porque já está na hora de nos tornarmos proprietários do Brasil. Considerarmos que o bem público não é um ente difuso cuja responsabilidade é transferida. O bem público somos nós e é nosso. Temos, portanto, o dever de respeitá-lo e mantê-lo.

Generosidade porque percebo que a dinâmica da vida atual tem possibilitado pouco tempo para lançarmos aquele olhar por sobre o nosso ombro para entender o outro. O cuidado para com as nossas relações deve ser mantido e cultivado.

Indignação porque temos de ter uma causa e isto requer trabalho e mobilização, e nos remete à primeira palavra - engajamento. O "jeitinho" não teve, não tem e nunca terá a capacidade de melhorar as condições dos brasileiros.

# Realizações

## Mudanças estruturais garantem mais segurança e conforto

Acesso coberto ao Centro Cultural e ampliação do espaço da Brinquedoteca:

A obra, já inaugurada, contemplou a implantação de uma passagem lateral coberta até a entrada do Centro Cultural sem interferência na área interna da Brinquedoteca. Também foi realizada uma ampliação na Brinquedoteca, visando a criação de um espaço exclusivo para jogos, leitura e desenho, com estantes, mesinhas e cadeiras para as crianças.



Reforma do Campo de Futebol:



Iniciada em junho, esta obra tem por objetivo a troca do gramado, selecionado por uma comissão técnica multipartidária. O gramado sintético adquirido pelo Clube é fabricado com fibras especiais de polietileno, com 50 mm de altura, que através da alta densidade de pontos por metro quadrado, garante maior utilização e longevidade superior ao piso. O material adquirido é aprovado pela FIFA e utilizado nos principais campos artificiais de equipes profissionais em todo o mundo.

Uma grande novidade será a instalação, da logomarca do Paineiras, no centro do campo, que será também fabricada com as mesmas especificações do gramado verde, porém nas cores do Clube.

Esplanada:

Com a mudança da banca de jornal para a rampa de acesso ao lado do Centro Médico e o encerramento das atividades do quiosque Louco por Côco, recuperamos a beleza da esplanada no piso 3S. Agora, toda a vista anteriormente coberta ficou totalmente desimpedida, permitindo a todos usufruírem da bela integração entre a arquitetura do Clube e a natureza, com suas belas árvores.



## Reforma da Sauna e SPA Masculino:



Está sendo montado um planejamento para a execução da obra conforme o memorial descritivo e projeto abaixo, de modo a permitir o uso da sauna enquanto se realiza a maior parte dos trabalhos, minimizando o período de fechamento. Os detalhes serão divulgados aos associados nos próximos dias.

### Memorial descritivo da obra

O novo projeto da Sauna e SPA foi desenvolvido para flexibilizar a utilização compartilhada entre as salas de massagens, saunas e área de relaxamento.

A intenção foi individualizar as atividades da sauna e da massagem, possibilitando o acesso exclusivo, permitindo

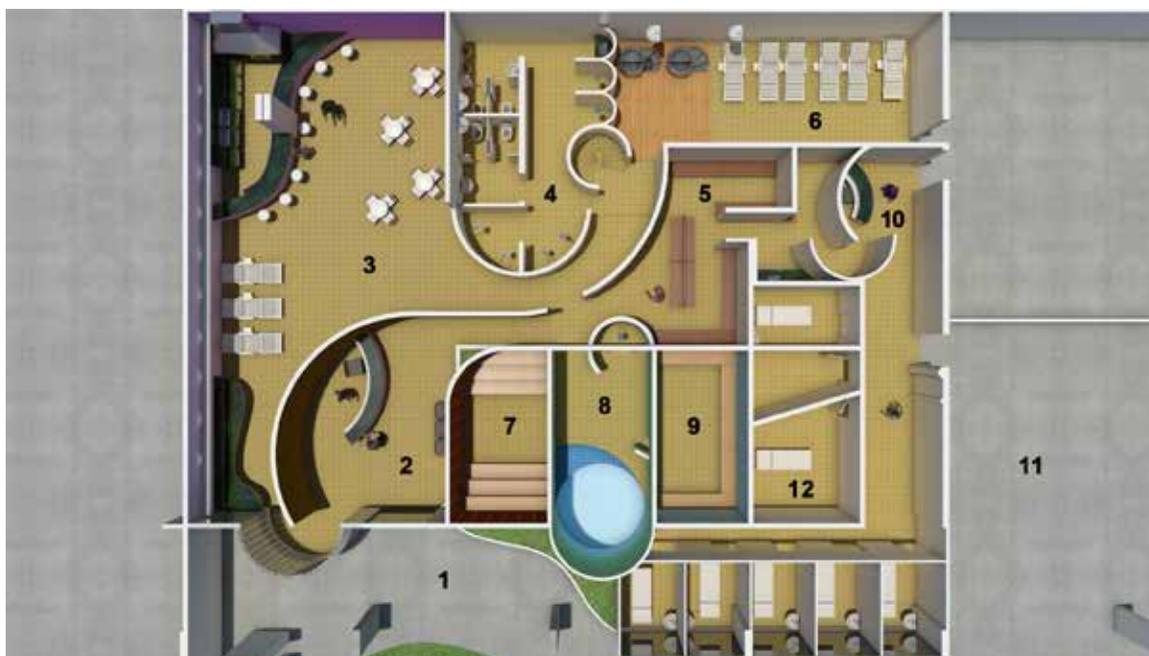
ao usuário um melhor deslocamento para a atividade desejada ou compartilhamento dos dois ambientes.

### Saunas

Nossa proposta foi norteadada pensando naqueles que desejam praticar um relaxamento em um ambiente isolado do barulho das demais atividades, usufruindo de um espaço com TV e Ofurô individual. Para isso, criamos duas salas de relaxamento. A segunda tem um bar com sala de convivência. As saunas úmidas e secas terão novos geradores de vapor e calor mais eficientes, sendo que para a úmida será instalada uma ducha grande na parte interna. Além disso, temos também um vestiário em local privilegiado.

### Salas de Massagens

Com o melhor aproveitamento dos espaços úteis, foi possível aumentar a capacidade de atendimento para massagens, com a criação de novas salas, passando de 8 para um total de 13 novos espaços. Houve também um ganho nas áreas de circulação, com a criação de uma recepção separada, que otimizou os eixos de ligação entre todos os ambientes.



- |                                |   |
|--------------------------------|---|
| 1. Terraço de acesso à Sauna   | 7. Sauna Seca   |
| 2. Recepção da Sauna           | 8. Piscina  |
| 3. Bar com Sala de Convivência | 9. Sauna Úmida  |
| 4. Duchas e Sanitários         | 10. Recepção do SPA   |
| 5. Vestiário                   | 11. Terraço de acesso do SPA                                    |
| 6. Sala de Repouso e Ofurô     | 12. Salas de Massagem (13 salas, situadas no térreo e mezanino) |

## Acesso exclusivo para delegações e visitantes em eventos Culturais e Esportivos:

Está sendo implantado um acesso exclusivo para as delegações e visitantes que vêm ao Paineiras participar dos eventos culturais e esportivos. A portaria social está dedicada a atender os associados e seus convidados.

Todo o processo de recepção destes visitantes será devidamente monitorado com câmeras, garantindo a segurança de todos. Como exemplo, vamos acatar um procedimento que já acontece em outros Clubes de São Paulo, em que para a liberação da entrada será necessária a identificação individual através de um documento com foto do visitante.

# Na Vitrine do Paineiras

O Paineiras é um importante polo de atração de investimentos, patrocínios e geração de negócios. Este cenário se desenvolveu a partir de um plano estratégico desenvolvido pelo nosso Departamento de Comunicação e Marketing, que criou inúmeras oportunidades para o patrocinador divulgar a sua marca. São diversas as formas de patrocínio disponíveis, tais como: anúncios na Revista Paineiras, ações promocionais e de marketing de relacionamento, exposição de produtos nas áreas do Clube, anúncio na TV e Cine Paineiras, patrocínios de eventos esportivos e sociais, incentivados ou não, locação de espaços para eventos e promoções e outros.

Nesta coluna da Revista destacamos dois cases, a ADAVO'S Brasil Insurance e a TAM Viagens Morumbi. A sua empresa pode ganhar destaque também nesta coluna, aposte nessa ideia!

## ADAVO'S Brasil Insurance



Sandro Valle, Diretor Executivo da ADAVO'S Brasil Insurance, é associado do Paineiras desde 2008. Pai de gêmeos o empresário tem olhar clínico para os negócios e para as opções de lazer e entretenimento de sua família. Logo que conheceu o Clube ficou impressionado com a infraestrutura oferecida aos paineirenses, desde o fraldário, restaurantes, piscinas, playground, até as instalações de ponta das quadras, fitness e claro, o conforto no estacionamento.



O empresário identificou potencial no Clube para os negócios de sua empresa. A partir da constatação iniciou as negociações e relacionamento com o Departamento de Comunicação e Marketing. Num encontro com troca de ideias e forte cumplicidade de interesses entre Sandro e nossos diretores, a ADAVO'S se tornou anunciante da Revista Paineiras, para divulgar seus produtos e serviços pelo período de um semestre. Com veiculação de anúncios de meia página.

“Meu interesse em anunciar foi motivado, especialmente, pelo convívio com pessoas com quem eu possuía uma sinergia muito grande no âmbito profissional. Optei por anunciar na Revista Paineiras porque considero um celeiro de oportunidades, capaz de impulsionar novos negócios, agregando valor à marca e, principalmente, entre grandes amigos e parceiros”, comenta Sandro.

## TAM Viagens Morumbi

Apresentada pela associada Sibebe Macena, a TAM Viagens Morumbi firmou em abril uma parceria com o Clube Paineiras. A mesma engloba um plano trimestral de relacionamento com o público paineirense, que inclui: anúncio de meia página na Revista Paineiras, ações promocionais com um estande para consulta online de roteiros e planos de viagem, e ainda ação de marketing direto por meio de sorteio, no qual o sócio poderá concorrer a partir do preenchimento de cupons.

Todo o planejamento foi elaborado com um trabalho conjunto com Roberta Lage, sócia e responsável pela área comercial da TAM Viagens Morumbi e o nosso Departamento de Comunicação e Marketing, com auxílio da agência de publicidade Makplan. **“Identifiquei facilmente o grande potencial de divulgação que o Paineiras é, e para concretizar a primeira boa impressão, fui muito bem recebida por todos aqui. E os resultados, felizmente, têm sido acima de nossas expectativas. Para o segundo semestre pretendemos reforçar ainda mais o investimento no Clube.”** diz Roberta Lage.



Se você também quer destacar a sua empresa e colocá-la em nossa Vitrine, entre em contato com o Departamento de Comunicação e Marketing e planeje a sua ação.  
 Nossos contatos: (11) 3779.2099 ou [marketing@clubepaineiras.com.br](mailto:marketing@clubepaineiras.com.br), com Verônica Leal.

# Moldura Minuto

Criatividade e Sofisticação para seus ambientes

www.molduraminuto.com.br



www.molduraminuto.com.br

\*Válido para o serviço de emoldramento.

DESCONTO  
**20%\*** em

Para associados do Clube Paineiras do Morumbi

**SEJA UM FRANQUEADO MOLDURA MINUTO** | MAIS DE 70 UNIDADES EM TODO BRASIL



Vila Mariana / SP



Curitiba / PR



Teresina / PI



Manaus / AM



Maceió / AL



Salvador / BA



Aracaju / SE



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

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

**Moldura Minuto**  
A única referência em molduras no mercado de decoração.



# Eleições do Conselho Deliberativo

A Festa Democrática dos Paineirenses!



Com a participação de 889 associados votantes, aconteceu no dia 9 de junho, das 8h às 17h, a eleição de renovação de 1/3 do Conselho Deliberativo, que definiu os 40 novos Conselheiros para o mandato 2013-2019.

Já às 6 horas da manhã via-se o movimento de todos os interessados na preparação dos estandes e do material de abordagem para divulgação aos associados. Participaram 79 candidatos ligados aos principais Grupos Políticos do Clube: Grupo Amarelo (3ª Via), Grupo Novo Paineiras, Grupo Paineiras Vale Ouro, Grupo Pró-Paineiras, Grupo Movimento Paineiras de Todas as Cores e o Grupo Vermelho. Nesta festa democrática em clima de cortesia e entusiasmo não faltaram, pipoca, bexigas, brindes e principalmente muita animação.



O processo de votação e apuração foi realizado no Salão Nobre, sob a responsabilidade do Presidente da Diretoria Executiva, Sergio Henri Stauffenegger, com o apoio do Diretor Secretário Luiz Antônio Dias Martins de Oliveira.

A infraestrutura necessária contou com mais de 100 pessoas, todas igualmente empenhadas no sucesso da eleição. Este grande trabalho teve início dois meses antes, envolvendo desde a divulgação (anúncios, cartazes, banners, faixas, site.); manutenção (projeto e instalação de cabines, mesas, elétrica e limpeza); equipe de TI (equipamentos, infraestrutura lógica de redes, testes, operação, desbloqueio de senhas, treinamento e suporte aos eleitores de toda a votação eletrônica); auditoria externa, executada pela Boucinhas, Campos & Conti Auditores Independentes (garantia da inviolabilidade e validação do processo eleitoral); até a triagem dos eleitores, realizada pelo pessoal da Central de Atendimento com a equipe de caixa (quitação de eventuais valores em aberto). E como acontece em todos os eventos do Clube, o Centro Médico esteve de plantão.

Todo o processo eleitoral contou com o respaldo do pessoal do Departamento Jurídico e da Presidência, no que diz respeito à organização, regulamentações, prazos, publicações de editais, etc. O time de Mesários, Fiscais, Comissão Jurídica, Comissão Central de Votação e Apuração e Comissão de Informática foi composto por associados voluntários.

Por volta das 18h o tão esperado resultado final foi anunciado pela mesa composta pelo Presidente da Assembleia Geral, Sergio Henri Stauffenegger, secretariado por Leonam Luís Sousa Góes, pelo Presidente do Conselho Deliberativo Luiz Augusto Bulcão Carvalho, pelo Diretor Secretário Luiz Antônio Dias Martins de Oliveira e pelos Conselheiros Vitalícios Alvaro Luiz Bruzadin Furtado, Gilberto Henrique Fleury Guimarães e Paulo Fernandes do Carmo.

Confira quem são os 40 novos Conselheiros eleitos, que vão representar você durante o mandato 2013-2019:

- 1º - Francisco Carlos P. Monteiro: 439 Votos
- 2º - Alessandro Maria Pagano: 422 Votos
- 3º - Luiz H. Bessa Rodrigues: 393 Votos
- 4º - Ana Paula Gaeta S. de Garófalo: 390 Votos
- 5º - Marize Fontolan Garcia: 388 Votos
- 6º - Ana Emília O. De Almeida Prado: 388 Votos
- 7º - Fernando José Pinto: 387 Votos
- 8º - Sálvio Spinola Fagundes Filho: 381 Votos
- 9º - Vera Lucia Lucas Zen: 379 Votos
- 10º - Luiz Roberto De Araujo: 377 Votos
- 11º - Silno Ferreira: 372 Votos
- 12º - Itiro Suzuki: 368 Votos
- 13º - Jacy Abs Musa: 367 Votos
- 14º - Sandra Cecilia Monaco: 366 Votos
- 15º - José Leandro Hernandez Salinas: 365 Votos
- 16º - Valter Tadashi Tuyama: 363 Votos
- 17º - Walter Della Nina Junior: 363 Votos
- 18º - Eugênio Suplicy Ferreira Do Amaral: 363 Votos
- 19º - Maria Rosemary França Vianna: 363 Votos
- 20º - Piergiorgio Helzel: 359 Votos
- 21º - Ody João Belotto: 359 Votos
- 22º - Daisy Saba Arbache Mascaro: 352 Votos
- 23º - Carlos Augusto F. A. Sobrinho: 351 Votos
- 24º - Maria Angélica Wiegand Calvo: 350 Votos
- 25º - Richard Jones Auada Treial: 350 Votos
- 26º - Rolf Stauffenegger: 349 Votos
- 27º - Paulo Celso Cagno: 340 Votos
- 28º - José Eduardo de Toledo Rodovalho: 339 Votos
- 29º - Mario Dos Santos Antonio: 338 Votos
- 30º - Sergio Vieira Rodado: 331 Votos
- 31º - Carlos Alberto Grandeza: 330 Votos
- 32º - Mauro Leozzi: 330 Votos
- 33º - Pedro Alves da Costa Filho: 330 Votos
- 34º - Marco Aurélio Scalise: 328 Votos
- 35º - Rogério Silva Camargo dos Santos: 326 Votos
- 36º - Roberval Ramos Mascarenhas: 324 Votos
- 37º - Sergio Antônio De Oliveira: 323 Votos
- 38º - Ângelo Garcia: 320 Votos
- 39º - Paulo Sérgio Tessari Pereira: 319 Votos
- 40º - José Augusto Oliveira Guimaro: 316 Votos



# Novidades

Um presente especial ao sócio aniversariante do mês, confira!

Nesta data querida o Clube Paineiras marca presença na sua comemoração. O proprietário do título vai receber um voucher, que dará direito a uma pizza grande no mês do seu aniversário. Traga sua família para compartilhar com você o seu presente neste momento especial.

## Regras Gerais

1. Retire seu Voucher na Central de Atendimento – CAT.
2. O convite é válido somente no mês do aniversário (associado proprietário do título) estendendo-se até o décimo dia do mês seguinte.
3. A pizza é para consumo no Salão (Restaurante das Cúpulas), não é válido para viagem.
4. Os vouchers não são válidos para a sexta dançante e sábado musical (Piano Bar).
5. É obrigatória a apresentação do voucher.
6. A conta será cobrada normalmente e concedido o desconto do valor da pizza com a apresentação do voucher.
7. Acima de oito pessoas, solicitamos pré-reserva, para maior comodidade do associado.
8. Promoção válida até maio de 2014.

**Funcionamento da Pizzaria (Restaurante das Cúpulas):**  
terça a quinta, sábado e domingo, das 19h à 00h.



## Hobby Video

A locadora Hobby Video possui um rico acervo de filmes clássicos, de arte, estrangeiros e os demais gêneros, em DVD e Blue-Ray, possui inclusive uma sessão infantil onde as crianças podem curtir simuladores de corrida. Para acompanhar um bom filme, seja em casa ou no cinema do Clube, a Hobby Video oferece em sua bomboniere, pipoca salgada e doce sempre quentinha, algodão doce, chocolates, etc.

Fica ao lado do Cineteatro e o telefone para contato é 3779-2036.

**Funcionamento:** segunda a sábado, das 8h às 22h e nos domingos e feriados, das 10h às 20h.



## Nossas Orientadoras

Você pode contar com nossas simpáticas orientadoras que estão à sua disposição - de segunda a domingo, das 8h às 17h. A Elizabeth e a Jéssica estão preparadas para esclarecer dúvidas e prestar qualquer informação sobre o Clube que os associados e convidados precisarem.



## Desconto Especial de 15% para associados na Megastore Gioconda Enxovais no Morumbi

Em acordo comercial firmado entre o Clube Paineiras e a Megastore Gioconda Enxovais, os associados Paineirenses terão direito a um desconto especial de 15% em qualquer compra, exceto nos produtos que já estão em promoção. Basta apresentar a carteirinha. A loja fica na Av. Jorge João Saad, 1.120 - Morumbi - São Paulo (próxima ao Estádio do Morumbi) e está aberta de segunda a sábado, das 9h às 18h e domingo, das 10h às 18h. Veja anúncio na segunda capa desta edição.

# Avisos

## Horários Especiais

Informamos que durante o mês de julho alguns serviços terão atendimento em horário diferenciado, confira:

### Barbearia Eleal

Novo horário (em caráter experimental) no período de 01 a 31 de julho:  
Terça a sexta-feira, 8h45 às 19h45  
Sábado, 7h45 às 19h45  
Feriado, 7h45 às 12h45  
Domingo e Segunda-feira: fechado

### Café Copenhagen

De 01 de julho a 03 de agosto:  
Segunda a quinta, 9h às 20h  
Sexta e sábado, 9h às 21h  
Domingo e feriado, 9h às 20h

### Central de Atendimento - CAT

De 10 de julho a 02 de agosto:  
Segunda a sexta, 9h às 19h  
Sábado, domingo e feriado, 8h às 17h

#### Atenção

Na emenda do feriado de 9 de julho, dia 08 segunda-feira, o horário será das 8h às 17h.

### Setor de Locações de Espaços

No mês de julho:  
Segunda a sexta, 9h às 19h  
Sábado, 9h às 18h

### Sauna SPA Masculino

Em julho, durante o período de reforma, poderá haver alterações nos dias e horários dos serviços.  
Consulte pelo telefone 3779.2129

**PODE COMEMORAR!**  
VIAJAR FICOU AINDA MAIS FÁCIL!

**TAM**  
VIAGENS

MORUMBI



**Compre produtos TAM Viagens com pontos Multiplus!**

Passagens aéreas combinadas com hotel, locação de carro e/ou atividades TAM Viagens. você escolhe o serviço e pode efetuar o pagamento com **PONTOS + CARTÃO DE CRÉDITO**

**2 REAIS**  
TAM VIAGENS

Venha conhecer esta novidade em primeira mão na TAM Viagens Morumbi. Temos atendimento exclusivo e diferenciais para membros do Clube Paineiras. Venha conferir!

**1 PONTO**  
MULTIPLUS  
do TAM Fidelidade



Aéreo  
Ida e Volta



Aluguel  
de Carro



Programa  
TAM Fidelidade



Cruzeiros



Hotéis



Ingressos

**TAM VIAGENS MORUMBI**

Atendimento diferenciado de 09h às 20h  
de 2ª a 6ª feira e 10h às 18h aos sábados

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

(11) 4323-7233

(11) 4324-7233

(11) 7916-1877

# 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 sugerir um título criativo para a foto e enviar com seu nome completo para os créditos.

## Fotos por Marcia Cristina de Almeida



Aquele momento mágico da 1ª aula de Ballet da Valentina, figurino encantador e delicadeza na sala de dança.



Gabriel acabou de sair da aula de Karatê, descontraído e vai aproveitar para esperar pela irmã na porta da Piscina Kids.

## Fotos por Gabriela Laicine



A surpresa e a natureza no olhar inocente da criança são leves como a brincadeira no parquinho.



Nossos pequenos atletas em alinhamento e concentrados para sua apresentação.

## Fotos por Valéria Andreoli de Toledo



Momento de relax ensolarado entre as árvores paineirenses.



Faça chuva ou faça sol, a piscina está sempre linda e impecável para receber nossos atletas.



# #paineirasnamídia

E os destaques este mês foram os eventos Socioculturais do Paineiras! Conquistando a imprensa paulistana, o Clube saiu nos principais veículos com a Noite do Buteco que trouxe Jair Rodrigues e a 44ª edição da Festa Junina.

Confira nossas principais inserções na mídia:



O show do Jair Rodrigues na noite temática do Paineiras ganhou destaque nos grandes veículos impressos da cidade. Publicado em matéria especial a Noite do Buteco saiu na **Revista São Paulo** e também no **Guia da Folha de São Paulo**.

O site da **Veja online** indicou a noite com Jair Rodrigues no roteiro dos principais shows em São Paulo.



Já a nossa 44ª edição do Arraiá do Paineiras ganhou destaque nas **capas dos jornais O Estado de São Paulo** e do **Metro Jornal**. A programação que esse ano trouxe Zezé Di Camargo & Luciano foi indicada como uma das melhores festas juninas da cidade.

Com especial para as crianças, a Festa Junina do Paineiras também ganhou destaque em veículos com roteiro para a garotada como o site **UOL Crianças**, **Bora ai** e o **Vale Kids**.

Confira outros veículos que publicaram a 44ª edição da Festa Junina do Paineiras:

Época São Paulo; Veja São Paulo; site O esquema; site YouBlisher; site Baladas; site Bora ai; site Alphalazer; site Jornal Bleh; Twitter Agito SP; Twitter Jornal Bleh; site Guia da Semana; Mais Morumbi; Agito SP; Fofoki; Garota Doce; Sulinha Cidade; Vale Kids; Facebook Baladas; Sapatinho de Cristal; Facebook Mais Morumbi; Blogs Estadão; Fotografia Folha; Gazeta da Semana; Guia UOL; De crachá; Saindo da Toca; Revista Forum; É tudo; Blog na Mine; Justrealmoms; Yassir; Banda Red Fox; Guia de Solteiros; Matheus Minas e Leandro; Revista São Paulo; Viajar é simples; Blog Abyara; Guia da Folha; Jornal Vitryna, entre outros.





## Sensacional

Em uma apresentação contagiante, Jair Rodrigues celebrou seus 70 anos de vida e 54 de carreira, com uma plateia de mais de 600 pessoas, entre associados e convidados. O show aconteceu no dia 24 de maio no Salão Nobre e ainda contemplou atrações do Grupo Sabor do Samba, DJ e Mulatas para fechar a noite com diversão absoluta. Regados a um delicioso cardápio de boteco.

Jair Rodrigues ressalta a importância de interagir e sua satisfação em estar perto de seu público. "Eu sou o homem mais feliz do mundo, construí uma carreira de sucesso e uma família que só me dá orgulho. Hoje tenho um repertório com mais de 400 músicas, letras que são conhecidas pelo meu público e que tenho enorme satisfação em dividir e cantar junto com eles."

Em seu repertório especial, Jair cantou clássicos da música brasileira e do samba, como as canções "Coisas do mundo minha nega", "Foi um rio que passou em minha vida", "Disparada", entre outros sucessos de sua trajetória. Querido pelo público, Jair Rodrigues arrancou um belíssimo coro paineirense, cantando os sucessos mais conhecidos. Um espetáculo que certamente ficará na memória dos fãs.

O cantor, muito à vontade com a plateia, circulou pela pista entre as mesas e ainda cantarolou em japonês para uma fã oriental. Arrancou aplausos "plantando bananeira", literalmente, e declarou sua vitalidade, dançando, cantando e animando. Diversão pura!

O show teve "esquenta" do Grupo Sabor do Samba, que abriu a noite e apresentou a grande atração com reverências e muitos aplausos, foi assim a noite temática do Paineiras deixando os presentes com "gostinho de quero mais"

Confira no facebook um depoimento exclusivo do artista aos paineirenses. [facebook.com/clubepaineirasdomorumby](https://www.facebook.com/clubepaineirasdomorumby)







## Festa Junina 2013

um sucesso maior a cada ano

Que o Arraiá Junino do Paineiras é um dos mais animados de São Paulo, nós já sabemos, agora vamos lembrar dos principais clicks desta festança cheia de gente bonita! Quem passou por lá brincou muito, cantou, dançou muito arrasta pé e ainda se deliciou com as comidinhas típicas de nossas barracquinhas!

E a criançada então? Também não teve folga de diversão em nossas barracas de jogos. Já os adultos curtiram de montão os shows que animaram o Arraiá em 25 horas de atrações ininterruptas. No sábado, uma dose extra de emoção ficou por conta da torcida que assistiu ao jogo de estreia do Brasil na Copa das Confederações, na Plataforma da Piscina, no telão de led. E não foi só essa a novidade, um segundo palco foi instalado também neste local e ainda um camarote em frente ao palco principal, que ofereceu conforto e vista privilegiada dos shows. Tivemos também recorde de público (7.800 pessoas no domingo) e recorde de concentração de Paineirenses (83%), principal objetivo da organização do evento.

Matheus Minas & Leandro animaram a galera teen com seu repertório de sertanejo universitário no sábado e no domingo, todos se emocionaram e cantaram com a dupla Zezé Di Carmargo & Luciano, que estrearam suas apresentações em Festas Juninas no Paineiras. **"A gente sempre faz shows em Festas Juninas, especialmente, no nordeste, e esse ano essa é a nossa primeira."**, diz Zezé Di Carmargo.

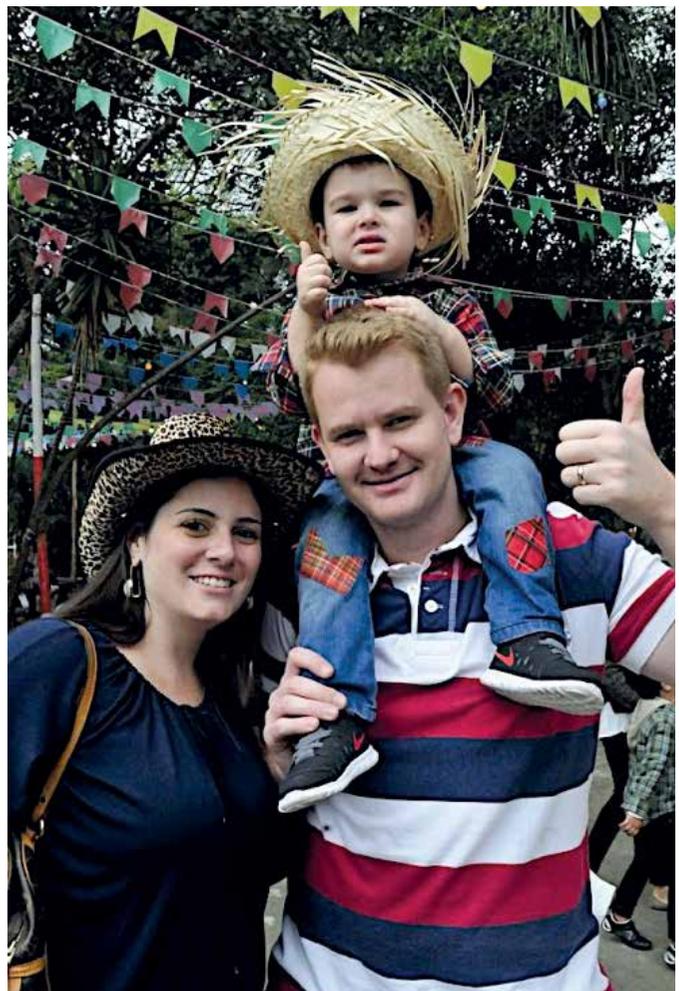
A dupla trouxe para o Paineiras o show de sua nova turnê "Sonhos de Amor", um espetáculo high tech e grandioso com efeitos visuais em 3D. Um show incrível! E o público que lotou o Paineiras caprichou na animação, teve fã que dançou um forrozinho com o Zezé, teve fã que subiu ao palco e arrancou aplausos da plateia, diga-se de passagem, pra lá de animada que cantou com a dupla os sucessos que deram projeção internacional aos sertanejos.

Já deu até saudade, vamos esperar pela próxima!











## As férias chegaram, fique de olho nos avisos!

### Término das aulas

Dia 29 de junho, encerraram os Cursos Culturais do 1º semestre, exceto os cursos listados abaixo, que terminam em julho, confira:

- 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

### Feriado 9 de julho

Informamos que nos dias 08 e 09 de julho, não haverá aulas nos cursos do Setor Cultural, devido ao feriado de Revolução Constitucionalista.

### Início das atividades

O retorno das aulas para o 2º semestre acontecerá a partir do dia 05/08 (segunda-feira).

## Que tal ganhar condicionamento físico, boa forma e disposição no período de férias?

### Tai Chi Chuan, aulas de reforço

Aproveite as suas férias para aprimorar-se numa arte milenar, de relaxamento e equilíbrio, físico e mental, o Tai Chi Chuan.

As aulas de reforço têm como objetivo, dar acesso a leigos e interessados em absorver o conteúdo dado no primeiro semestre para as turmas regulares. Portanto, você pode começar as suas aulas agora e seguir no segundo semestre com as turmas já iniciadas, sem problemas e dúvidas.

As aulas terão uma hora de duração, sendo 30 minutos de aquecimento e 30 minutos voltadas ao aprendizado da sequência curta de mãos livres e de 21 posturas do tradicional Estilo Yang.

Para alunos regulares e iniciantes, no período de 2 a 20 de julho:  
Terças e quintas, às 7h30, às 11h, às 14h30 ou às 17h | Sábados, às 10h30



### Ballet Clássico Adulto

Os movimentos do Ballet ajudam a manter a postura e a boa forma. Nosso curso tem técnica, música e atuação, e é indicado para todas as pessoas, mesmo as que não almejam a profissionalização. Não importa se você é iniciante ou não, venha participar dessa experiência artística e ganhe mais condicionamento físico e qualidade de vida!

Terças e quintas, às 11h | Segundas e quartas, às 20h



### Dança Flamenca

Fôlego de sobra, pernas bem torneadas e postura altiva são algumas das características do Flamenco, dança típica da Espanha. Além disso, há um fortalecimento extra dos músculos, das panturrilhas e coxas, e o aumento da capacidade aeróbica e motora. Ao praticar a dança Flamenca, você também aprende a manejar adereços como: manton, castanholas, baston, entre outros. Venha bailar no Paineiras!

Terças e quintas, às 08h, 9h, 10h, 11h, 15h, 16h, 17h, ou às 18h



# Biblioteca Paineiras

Embarque nessa viagem!

Você sabia? ? ? ?

- O acervo da nossa biblioteca é misto, totalizando 22 mil exemplares, com ênfase no lazer e entretenimento;
- Para ter acesso às últimas aquisições, basta acessar a biblioteca online através do Portal Paineiras: "Aquisições do mês";
- Que através do portal você poderá utilizar os seguintes serviços: renovação do empréstimo reserva e sugestão de compra. Se preferir, ligue 3779-2054.

**Lembramos que, para utilização desses serviços é necessário cadastrar a senha pessoal de usuário na biblioteca.**

#### Devoluções:

Após o expediente as devoluções poderão ser feitas via Quick Drope, fixado na porta de entrada da Biblioteca.

Evitem transtornos futuros devolvendo o livro na data estipulada!

**E para curtir as férias de julho, confira nossas sugestões de leitura e viaje nessa dica!**

ZAFÓN, Carlos Ruiz. **O Príncipe da Névoa**. trad. Eliana Aguiar. Rio de Janeiro: Suma de Letras, 2013. 180 p.

ROTH, Philip. **O professor do desejo**. trad. Jorio Dauster. São Paulo: Companhia da Letras, 2013. 251 p.

GASPARETTO, Zíbia Milani. **Vencendo o passado**. São Paulo: Espaço Vida & Consciência, 2011. 387 p. Ditado pelo espírito Lucius.

SONTAG, Susan. **Na América: Romance**. trad. Rubens Figueiredo. São Paulo: Companhia das Letras, 2001. 482 p.

LUDLUM, Robert; SHELBY, Philip. **O pacto Cassandra**. Ana Deiró. Rio de Janeiro: Rocco, 2002. 350 p.





## Maratona Cultural

### Quer fazer novos amigos e aprimorar seus conhecimentos culturais?

Aproveite os diversos concursos da Maratona Cultural ACESC de 2013. Confira o regulamento completo no site do Paineiras.



### Salão de Artes Plásticas

Aproveite para se programar e inscrever suas telas! As inscrições deverão ser feitas no Departamento Sociocultural, entre os dias 13 e 20 de agosto. Temos as seguintes categorias para sua escolha: Pintura Acadêmica, Pintura Moderna Figurativa, Pintura Moderna Abstrata, Aquarela, Gravura, Desenho, Escultura Figurativa, Escultura Abstrata e Instalações e Expressões Contemporâneas. Serão premiados os 3 primeiros classificados em 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.

### Mostra de Dança

A Mostra de Dança da ACESC contou com apresentações de Dança do Ventre das alunas da Professora Ninna e de Ballet Clássico, com as bailarinas da Professora Thália Cuberoz, e aconteceu no dia 15 de junho. O evento foi muito prestigiado e contou com a participação de associadas de vários clubes.



### Concurso de Fotografia

As inscrições dos sócios deverão ser feitas no Departamento Sociocultural até às 17h do dia 03 de outubro. O tema do concurso em 2013 será "Urbanidade Em Foco".

Os associados poderão inscrever-se nas categorias: Infantojuvenil até 18 anos, e Adulto, para maiores de 18 anos. Poderão concorrer fotos nas seguintes 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.*

# XIV Encontro de Sapateado



O Dia Internacional do Sapateado foi comemorado no Paineiras com uma programação especial no dia 25 de maio, com sessões de dança dos alunos paineirenses, além de clubes, academias e grupos convidados.

O encontro para comemorar o Dia do Sapateado foi de grande importância para difusão dessa modalidade e para o intercâmbio entre os clubes e academias brasileiras, que assim somam experiências e têm a oportunidade de expor o resultado de seu trabalho.

**Gostou?**

**Venha assistir a uma aula de Sapateado no Paineiras e apaixonar-se!**



Fotos por Reinaldo Figueiredo

# Dia dos Namorados no Paineiras

A noite mais romântica do ano

Conforme anunciado, o Paineiras cumpriu sua promessa de produzir a noite mais romântica e aconchegante do ano para seus associados, no dia 12 de junho, o dia dos namorados. Foi nesse clima que os casais apaixonados degustaram um menu especial no jantar à luz de velas, com boa comida e excelente trilha sonora.

A dupla musical Lyba Serra & David Pasqua embalou a noite com músicas de Cole Porter, Burt Bacharach e Frank Sinatra, entre outros. Os temas de filmes românticos também ecoaram nas Cúpulas, como a versão de "Moon River", além das músicas do rei Roberto Carlos.



# Paineiras Homenageia nosso Pai e nosso Herói

Sempre que pensamos na figura do pai, surge em nossa mente um herói, com sua força e bravura. É nesse herói que nos espelhamos, como a maior referência que temos de presença masculina, com sua segurança e altivez. Queremos estender nossa homenagem e agradecimento a todos os pais que estão neste e em outros planos da vida. Queremos de coração que todos eles recebam nosso amor e admiração.

Convidamos os pais e filhos do Paineiras a comparecerem ao almoço do Dia dos Pais, para passarem seu dia juntos, desfrutando do cardápio especial que preparamos especialmente para eles. O dia dos pais é num domingo, dia 11 de agosto, mas nossa gratidão e amor devem ser demonstrados todos os dias.



## Venha almoçar conosco e traga sua família:

Dia 11 de agosto, domingo, a partir das 12h, no Salão Nobre

### Confira nosso cardápio especial:

- Picanha Argentina na Brasa
- Linguíça Toscana na Brasa
- Leitão à Pururuca
- Camarão ao Catupiry
- Robalo c/ Chutney de Cupuaçu
- Rondelli de Gruyere
- Penne à La Taviata
- Espaguete à Vegetable
- Risoto de Cogumelo
- Arroz Marinheiro
- Batata Francesa
- Arroz/ Feijão/ Fritas/ Salgados
- 18 Tipos de Saladas
- Sushi

Buffet Adulto - R\$ 49,90  
Buffet Criança - R\$ 29,90  
Buffet Sobremesa - R\$ 9,90

\*Bebidas e serviço cobrados à parte.

Compre antecipadamente o seu convite, no estande de vendas da Central de Atendimento – CAT, a partir do dia 20 de julho.

# Clube Paineiras comemora seu aniversário em grande estilo

Você é nosso convidado especial para celebrar esses 53 anos vividos intensamente pelas famílias paineirenses

O ano era 1960, no cume de um morro de uns 4 ou 5 metros de altura, olhando para frente era possível ver a região da Avenida Paulista, para lado direito, a represa de Guarapiranga, e à esquerda, o Pico do Jaraguá, foi essa a vista que o empresário do ramo imobiliário, Detlof Von Oertzen, admirou ao se deparar com o terreno que hoje abriga um dos mais belos e conceituados Clubes esportivos e socioculturais do país, o Paineiras.

E a partir da emoção e paixão desse alemão visionário e empreendedor, que foi fundado, no dia 09 de agosto de 1960, o Clube Paineiras do Morumbi, que ao longo desses 53 anos prosperou e construiu uma trajetória de sucesso absoluto.

Em pouco mais de meio século, esse terreno com quase 120 mil m<sup>2</sup> se tornou um complexo esportivo de ponta, uma opção de cultura, lazer e entretenimento, com segurança e conforto

para os mais de 24 mil frequentadores. Administrado com muito trabalho e dedicação, durante todos esses anos, por gestores competentes que suaram a camisa e colaboraram para criar o nosso Clube.

Você faz parte dessa família, e vamos juntos celebrar todas as conquistas dessa linda e marcante história. Uma agenda repleta de eventos está sendo especialmente preparada para os festejos de aniversário dos 53 anos de fundação do nosso Paineiras, participe!

**Fique por dentro do calendário festivo e acompanhe a programação completa na Central de Atendimento – CAT, no site e nas redes sociais.**



## Baile do 53º Aniversário

No dia 31 de agosto, um sábado especial, a partir das 21h30, o Paineiras comemorará seus 53 anos de fundação com um jantar dançante no Salão Nobre. Preparem-se Paineirenses, será um evento estupendo, para marcar nossa história!



## Torneio de Tranca

Nosso tradicional Torneio de Tranca em homenagem ao 53º Aniversário do Clube será realizado no dia 24 de agosto\*, a partir das 14h.

O regulamento estará disponível para consulta no site do Clube, a partir de julho, fique atento às datas e faça sua inscrição até dia 10 de agosto, na Central de Atendimento – CAT.

**E muito mais ainda está por vir, fique de olho na programação!**

# SÁBADO MUSICAL

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

## O Paineiras oferece uma ótima opção de diversão aos sábados à noite

Nossos sábados musicais são um dos eventos sociais de maior sucesso do Paineiras e atraem muitos associados, tanto pela programação de alto nível, com shows de excelente qualidade, quanto pelas variadas opções gastronômicas, além dos preços muito acessíveis, em ambiente seguro e absolutamente familiar.

Estamos em São Paulo, onde temos acesso a uma diversidade incontável de baladas e restaurantes, porém, dificilmente é possível unir todas as qualidades que nosso sábado musical oferece num mesmo lugar.

Outro fator agradável e que nos dá grande satisfação, é o convívio e o cultivo da amizade entre sócios, um dos pontos altos de nossas noites.

**Acompanhe a programação e aproveite muito!!**



Fotos por Felipe Maiowski



## 13 de julho Noite do Samba, com o Grupo Canta Brasil

**Para dançar muito e relembrar os grandes poetas da MPB**

São eles: Valdemar (pandeiro), Paraná (violão), Fabinho (cavaquinho), Casemiro (percussão) e Silos (surdo). Tudo começou na década de setenta, em Santo André, estado de São Paulo, quando três amigos decidem se encontrar, pelo menos uma vez por semana, para tocar e cantar MPB. Um "arranhava" o violão, outro, o cavaquinho, e o terceiro, "judiava" de um pandeiro. Na época, Chico Buarque, Noite Ilustrada, Nelson Gonçalves, Germano Mathias, Demônios da Garoa, e o pessoal da Bossa Nova, faziam sucesso, em todo o Brasil.

Alguns ensaios depois, já tocavam em público pra testar a aceitação das pessoas. Assim, quando convidados para encontros de amigos ou festas, na chegada, já diziam: "os instrumentos estão no carro, se quiserem faremos um som". Daí pra frente nunca mais pararam. Nos eventos de amigos e parentes, lá estava o trio, ainda sem nome, "mandando ver".

Numa dessas chances, num bar da região, o dono informou que numa pensão ao lado costumava ouvir um rapaz ao violão. Na mesma hora um deles disse: "tá esperando o quê? Convide o moço pra tocar com a gente. Chega um "cabra" cabeludo (tipo Ronie Von), com seu violão, dizendo: "sou o Walter, acabo de chegar do Paraná e gostaria de juntar-me a vocês". Um deles comentou: "toque o que você sabe, que te "persequimos". Pronto, já éramos um quarteto.

Desde então, após inúmeros encontros e festas, casados, com filhos e netos, compromissos profissionais, pessoais e familiares, nada, jamais separou o grupo, agora com cinco participantes (formação básica). O nome surgiu, numa das apresentações em Santo André. Como não cobravam para tocar, o dono do restaurante ofereceu-lhes um jantar e os presenteou com camisetas com o nome da casa: "CANTA BRASIL". O restaurante fechou há muito, mas eles continuam até quando Deus e o público deles quiserem.

Quanto ao repertório, eles mantêm a mesma linha do início, ou seja, MPB da velha guarda. Disso, eles não abrem mão. Junte os amigos e venha curtir essa atração!

**Como diz o poeta: "Todo mundo sempre espera alguma coisa, de um sábado à noite!"**



27 de julho

## Noite do Queijo e Vinho e Tributo a Frank Sinatra, com Clério Santana e a Banda Bossa In Six

Um show incrível interpretado por cantores renomados

O Bossa in Six é formado por músicos conhecidos, que têm na música um foco de bom gosto e dedicação. O grupo apresenta temas de jazz, standards de música americana e bossa nova, num tratamento de arranjos diferentes e elaborados.

O grupo é formado por seis músicos: André Growald no sax tenor/alto, Alexandre Arruda, no trombone; Marcos Valente, no baixo; Edson Ghilardi, na bateria, Jose Eduardo Saba, na guitarra acústica, Clerio Sant'Anna, no piano e Donny Nichilo, no vocal.

Os integrantes do grupo têm experiência internacional, não só em viagens e turnês artísticas, como residindo e trabalhando nos EUA e Japão, com discos gravados no Brasil e exterior.

Nesta apresentação haverá a presença do americano Donny Nichilo, cantor e pianista que atuou durante anos em Chicago, com inúmeros CDs gravados no Brasil e no Exterior, além de ter se apresentado com grandes nomes da música internacional, como Buddy Guy e Carlos Santana, entre outros.

A apresentação do dia 27 de julho será focada em músicas imortalizadas pelo mais famoso cantor americano, Frank Sinatra. **Imperdível!**



### 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 – As reservas 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.

**Sexta Nobre Dançante:** informamos que no mês de julho não haverá programação.

# Programação Julho/2013 – Filmes Adultos



## Para Roma com Amor - 2012 (EUA - Itália - Espanha) – 05/07 (sexta-feira) - 20h30

Woody Allen adaptou a obra "Decamerão", escrita por Giovanni Boccaccio entre 1348 e 1353, e o transformou numa ótima trama de pessoas vivenciando diversas situações amorosas e meio cômicas, que se desenrolam em encontros e desencontros na bela cidade de Roma. O elenco só complementa o roteiro sempre excelente de Allen, que já levou o Oscar por "Meia Noite em Paris". Confira as ótimas atuações, como a de Penélope Cruz, que vive a prostituta Anna e de Roberto Benigni, como Leopoldo.

**Direção:** Alex Kurtzman **Atores:** Chris Pine, Elizabeth Banks, Michelle Pfeiffer  
**Duração:** 104 min **Gênero:** Comédia **Classificação:** 12 anos

## O Legado Bourne - 2012 (EUA) – 06/07 (sábado) - 19h

O agente Aaron Cross (Jeremy Renner) está em fuga, depois de Jason Bourne ter revelado tudo sobre o projeto Treadstone e outros, também sigilosos. Um desses projetos, o Outcome, visa suprimir a dor e diminuir a ansiedade, mas Aaron está longe de seus remédios e precisa resistir aos efeitos colaterais da abstinência. Enquanto isso, ele encontra a Doutora Martha Shearing (Rachel Weisz) e a salva da morte certa. Juntos eles tentarão escapar de um agente exterminador em seu encalço.

**Direção:** Tony Gilroy  
**Atores:** Jeremy Renner, Scott Glenn, Rachel Weisz e Edward Norton  
**Duração:** 135 min **Gênero:** Ação **Classificação:** 14 anos



## O que Esperar quando você está Esperando - 2012 (EUA) – 07/07 (domingo) - 19h

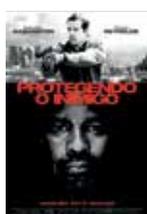
Baseado no livro de mesmo nome, é daquelas comédias rasgadas onde casais se enroscam nas trapalhadas, dúvidas e nas alegrias da aventura de ter um filho. Tudo isso acontece durante a gravidez de 5 mulheres e seus maridos totalmente perdidos com a novidade, e com todos os seus percalços. Em meio a tudo isso, muito amor, risadas e família! Rodrigo Santoro e Jennifer Lopes formam um dos casais da história.

**Direção:** Kirk Jones **Atores:** Cameron Diaz, Matthew Morrison, Dennis Quaid e Rodrigo Santoro  
**Duração:** 110 min **Gênero:** Comédia **Classificação:** 12 anos

## Abraham Lincoln - 2013 (EUA) – 12/07 (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), tratava 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:** 153 min **Gênero:** Drama **Classificação:** 10 anos



## Protegendo o Inimigo - 2012 (EUA) – 13/07 (sábado) - 19h

O jovem agente da CIA, Matt Weston (Ryan Reynolds), é recrutado para fazer a proteção de um criminoso, o ex-agente do FBI, Tobin Frost, que está marcado para morrer (Denzel Washington). Tobin está em local protegido até seu julgamento, em que vai revelar e acabar com a festa de outros bandidos, que logicamente querem matá-lo para impedir isso. Depois que os assassinos descobrem onde Tobin está escondido, Matt precisa agir rápido para evitar o pior.

**Direção:** Daniel Espinosa **Atores:** Denzel Washington, Ryan Reynolds, Vera Farmiga  
**Duração:** 115 min **Gênero:** Ação **Classificação:** 14 anos

## Contrabando - 2012 (EUA - França - Reino Unido) – 14/07 (domingo) - 19h

Chris Farraday (Mark Wahlberg) largou sua carreira criminosa de contrabandista, mas acaba tendo que voltar à ativa para ajudar o cunhado Andy (Caleb Jones), que entrou numa jogada e acabou perdendo a mercadoria. Sua esposa Kate (Kate Beckinsale) e sua família começam a receber ameaças de morte de Tim Briggs (Giovanni Ribisi) e seus capangas. Começa então, uma luta acirrada pela sobrevivência e Chris vai precisar correr contra o relógio para pagar essa dívida de milhões de dólares.

**Direção:** Baltasar Kormákur **Atores:** Mark Wahlberg, Caleb Jones, Giovanni Ribisi e Kate Beckinsale  
**Duração:** 109min **Gênero:** Ação **Classificação:** 14 anos





### Plano de Fuga - 2012 (EUA - México) – 19/07 (sexta-feira) - 20h30

Driver (Mel Gibson) está fugindo da polícia americana após assaltar um banco e se vê obrigado a cruzar a fronteira do México onde é capturado pela polícia local. O bandido acaba sendo jogado numa prisão controlada por criminosos e policiais corruptos. Mesmo assim, ele ainda conserva uma ponta de esperança, pois conta com a ajuda de um garoto e pode planejar a sua fuga. Vale conferir essa atuação de Mel Gibson que ainda segura bem um filme de ação aos quase 60 anos de idade.

**Direção:** Adrian Grunberg **Atores:** Mel Gibson, Kevin Hernandez e Daniel Giménez Cacho  
**Duração:** 96 min **Gênero:** Ação **Classificação:** 16 anos

### Looper – Assassinos do Futuro - 2012 (EUA - China) – 20/07 (sexta-feira) - 19h

O ano é 2074, e alguém precisa ser eliminado na hora. O alvo é enviado para 30 anos no passado, numa viagem no tempo, onde outro assassino está à espreita. As viagens no tempo existem somente num mercado negro e o principal cliente é a máfia. Esses "assassinos do passado" são os loopers, organização da qual Joe (Joseph Gordon-Levitt) faz parte. Um dia, ao realizar mais um serviço, ele descobre que seu alvo é a versão mais velha de si mesmo (Bruce Willis).

**Direção:** Rian Johnson **Atores:** Joseph Gordon-Levitt, Bruce Willis e Emily Blunt  
**Duração:** 109 min **Gênero:** Ação **Classificação:** 16 anos



### Um Divã para Dois - 2012 (EUA) – 21/07 (domingo) - 19h

Depois de 30 anos de casamento, um casal de meia idade resolve embarcar numa semana de terapia para tentar apimentar o relacionamento, mas encontra um terapeuta completamente doido que vai bagunçar ainda mais a vida do pacato casal, e fazer todo mundo se divertir com um elenco incrível.

**Direção:** David Frankel **Atores:** Meryl Streep, Tommy Lee Jones e Steve Carrel  
**Duração:** 100 min **Gênero:** Comédia **Classificação:** 12 anos

### Busca Implacável 2 - 2012 (França) – 26/07 (sexta-feira) - 20h30

O ex-agente da CIA, Bryan Mills (Liam Neeson) volta à ativa e continua cheio de problemas e matadores em seu encaixo. Agora, o pai de um dos sequestradores de sua filha, enredo do primeiro filme, de 2008, quer acertar as contas com Bryan, e sequestra a ele e à sua mulher. Dessa vez, a tarefa árdua de salvar os dois será da própria filha.

**Direção:** Olivier Megaton **Atores:** Liam Neeson, Maggie Grace, Famke Janssen  
**Duração:** 92 min **Gênero:** Ação **Classificação:** 14 anos



### Os Mercenários 2 - 2012 (EUA) – 27/07 (sábado) - 19h

Na mesma toada do primeiro filme, os amigos e ex-guerrilheiros se unem novamente para uma missão complicada e com risco de vida iminente – vingar o brutal assassinato de Tool (Mickey Rourke). Mas como sempre, em meio a cenas de ação surreais, tiradas bem humoradas e muita força bruta, eles irão suar a camisa pelo seu objetivo. Boa diversão sem preocupação com roteiro, vale a pena ver Arnold e Stallone juntos, e uma participação relâmpago de Chuck Norris.

**Direção:** Simon West **Atores:** Sylvester Stallone, Bruce Willis, Arnold Schwarzenegger e Jason Statham  
**Duração:** 103 min **Gênero:** Ação **Classificação:** 16 anos

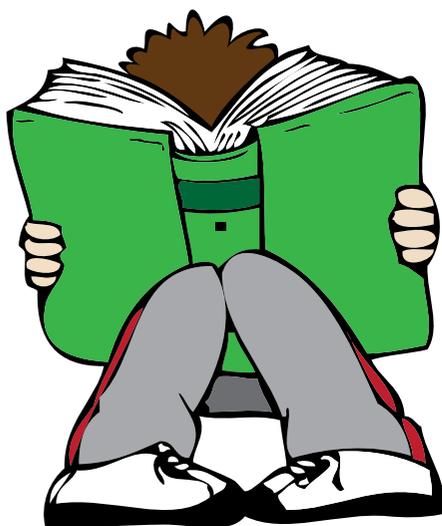
### Para Sempre - 2012 (EUA, França, Reino Unido, Austrália, Alemanha) – 28/07 (domingo) - 19h

Baseado no livro homônimo de Nicholas Sparks, autor de grandes romances, o filme conta uma história baseada em fatos reais. Paige (Rachel McAdams) entra em coma depois de um grave acidente de carro, e perde a memória. Ela esquece até mesmo de seu amado marido Leo (Channing Tatum). Agora esse homem apaixonado terá que fazer com que a esposa se lembre dele e volte a amá-lo. Prepare a caixa de lenços e uma boa companhia.

**Direção:** Michael Sucasny **Atores:** Rachel McAdams, Channing Tatum e Jessica Lange  
**Duração:** 104 min **Gênero:** Romance **Classificação:** 12 anos



# Retorno às Aulas: É Possível Preparar-se?



Como me preparo para o retorno às aulas? De que forma posso auxiliar meu filho no retorno ao seu cotidiano de estudante? Essas perguntas são bem comuns e neste texto algumas possibilidades de como fazer isso serão apresentadas.

Algumas delas são bastante simples: dormir mais cedo, facilitando o ajuste do relógio biológico, e procurar fazer as refeições nos horários mais próximos daqueles do seu cotidiano escolar.

Certamente isso é muito importante, porém há outras práticas que devem ser adotadas a fim de facilitar a retomada da rotina escolar mais rapidamente.

As sugestões que serão dadas aqui foram inspiradas na leitura do texto de Claudio de Moura Castro, "O Judeu de Bethesda". Nele, o autor conta a história de um pai judeu, cujo filho estuda na Escola Walt Whitman, situada em Washington, Distrito de Colúmbia.

A história conta que esse pai, no último dia de aula, passa em uma livraria e compra livros para serem lidos por seu filho nas férias, seguindo um cronograma estabelecido por ele e cujo nível de compreensão dessas leituras, também será avaliado.

Essa atitude do pai, talvez cause certo estranhamento em alguns, pois, infelizmente, a leitura não é uma opção de lazer muito comum nas férias, apesar de estudos comprovarem que quem lê nas férias chega quase 30% mais "sintonizado" comparado àqueles que não leram.

A mudança desse hábito seria bastante interessante, pois a leitura feita nas férias, traz, além do benefício citado anteriormente, muito outros, tanto para crianças que ainda não foram alfabetizadas como também para os estudantes que já a realizam de forma independente.

Entre eles, estão: aumento do vocabulário e repertório para desenvolvimento dos vários tipos de textos que serão solicitados, além de favorecer a imaginação, a concentração e o raciocínio.

É importante destacar que essas leituras precisam ser adequadas à faixa etária, mas também devem promover a elevação do nível de compreensão leitora já alcançada pelo estudante. Para maximizar o aproveitamento, sugere-se que após a leitura ocorram conversas sobre o conteúdo lido, cujos ganhos seriam: verificação do que o leitor compreendeu e mais uma oportunidade de convivência familiar.

Os jogos também são uma excelente forma de preparar-se para o retorno às aulas, pois os mesmos desenvolvem concentração e estratégias de raciocínio.

Essas são algumas maneiras de aproveitar as férias e, simultaneamente, se preparar adequadamente para o retorno, com reais possibilidades de alcançar o nível de desempenho escolar desejado.

Agora é escolher um bom livro, um jogo que desperte interesse e aproveitar intensamente as férias.

**Cláudia Cordeiro Pereira Mattos Taveira, Pedagoga e Psicopedagoga**, autora do livro "Estudar Também se Aprende" publicado pela Editora Vetor Psicopedagógica e profissional responsável pelo **Curso de Orientação de Estudos**, que funciona no Clube Paineiras, no Centro Cultural, às terças, quartas e quintas. Mais informações na Central de Atendimento – CAT.

## Orientação de Estudos

Organização do tempo - Técnicas e estratégias de estudo

- Psicopedagogia
  - Diagnóstico
  - Intervenção
- Acompanhamento Escolar
  - Lacunas de aprendizagem
  - Aulas particulares
- Programa de Enriquecimento Instrumental
  - Controle da impulsividade
  - Concentração
  - Motivação intrínseca

Profissional Responsável: Cláudia Taveira - Pedagoga e Psicopedagoga



# Brinquedoteca

## Horário de funcionamento:

Segunda a sexta: 9h às 20h | Sábados: 9h às 18h | Domingos e feriados: 9h às 17h

O mês de férias chegou, e aqui no Paineiras as crianças encontrarão diversão da melhor qualidade, com aprendizado, cultura, arte e muita alegria!



Imagem Ilustrativa

## Hora do Conto

Acontece nos dias 02, 09, 16, 23 e 30, terças, às 10h30 e 16h

Contar histórias é uma atividade lúdica, que ajuda a criança a recriar outros universos e realidades, além de desenvolver a fala, através da coerência e da compreensão do que é realidade e fantasia. As histórias são uma das maneiras que muitos povos encontram para difundir seu legado e cultura. Essas memórias podem ser contadas de forma educativa e divertida. Essa é a mensagem que as crianças aprendem na hora do conto! É uma experiência muito rica, sem dúvida!

## Circuito de Brincadeiras

Todas as quintas-feiras, às 15h30

E em mês de férias, 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 em que passam na Brinquedoteca.

**Dia 4** - "Tesouros da festa" e "Acerte pelo tato" | **Dia 11** - "Sincronismo" e "Mamãe, posso ir?"

**Dia 18** - "Quente ou frio" e "Telefone sem fio" | **Dia 25** - "Batata quente com tarefas" e "Objeto escondido"



## SEARTI – Setor de Educação Artística

### Horário de funcionamento:

Segunda a sexta: 8h30 às 18h | Sábados: 8h30 às 17h | Domingos feriados: fechado

### Confira nossa programação!

Data	Atividade
01 e 02	Confecção de porta-treco: pote de manteiga, papel camurça e canetinha
03 e 04	Boneco de farinha: farinha, bexiga, lã e canetinha
05 e 06	Trabalhos com coador de café: coador de café, papel colorset, canetinha e cola
08 e 09	Confecção de tartaruga com cd: cd, papel cartão, canetinha, cola e lantejola
10 e 11	Trabalho com garrafa PET: garrafa PET, canetinha, cola e EVA
12 e 13	Confecção de elefante: rolo de papel, papel espelho, cola e canetinha
15 e 16	Imã de geladeira: EVA, canetinha e imã
17 e 18	Confecção de boneco de porta: barbante, EVA, cola e canetinha
19 e 20	Confecção de dedochê: EVA, canetinha e glitter
22 e 23	Confecção de máscara: papel cartão, cola, canetinha e lantejola
24 e 25	Confecção de pet-mouse: papel paraná, contact e EVA
26 e 27	Confecção de quadro: papel paraná e diversos outros, canetinha e durex colorido
29 e 30	Trabalhos com prendedor: prendedor, cola, papel espelho e canetinha
31	Atividades com miçanga: miçanga e fio de silicone

## Programação de Julho/2013 – Filmes e Desenhos Infantis



### A Loja Mágica de Brinquedos - 2007 (EUA) – 06/07 (sábado) - 16h

Brinquedos que ganham vida já encantariam naturalmente adultos e crianças. Imagine só uma loja mágica cheia desses brinquedos? Então você precisa conhecer a Loja Mágica do Sr. Magorium, um lugar repleto de beleza e histórias tocantes de amor e amizade, e onde tudo tem vida. Outro grande destaque é para a atuação do sensacional elenco com Natalie Portman e Dustin Hoffman, respectivamente, como a vendedora e o dono da loja.

**Direção:** Zach Helm **Atores:** Ted Ludzik, Natalie Portman e Dustin Hoffman  
**Duração:** 93 min **Gênero:** Fantasia e Comédia **Classificação:** Livre

### A Era do Gelo - 2002 (EUA) – 07/07 (domingo) - 16h

Uma trupe de animais totalmente diferentes que acabam se tornando grandes amigos. O mamute Manny (Ray Romano/Diogo Vilela), o tigre de dente de sabre, Diego (Dennis Leary/Márcio Garcia) e a preguiça-gigante, Sid (John Leguizamo/Tadeu Melo) acabam se encontrando numa época selvagem, a Era do Gelo. E no meio do frio intenso, encontram um menino esquimó sozinho, perdido e o ajudam a encontrar sua família.

**Direção:** Chris Wedge e Carlos Saldanha **Atores:** Ray Romano, John Leguizamo e Denis Leary  
**Duração:** 81 min **Gênero:** Comédia/Animação **Classificação:** Livre



### O Fada do Dente - 2010 (EUA) – 13/07 (sábado) - 16h

Um jogador de hockey que se transforma em uma fada do dente? É isso que acontece com Derek Thompson (Dwayne Johnson), um jogador de hockey, que de tão violento costuma arrancar os dentes dos adversários, daí seu apelido de "Fada do Dente". Ele acaba ganhando sua punição depois de contar para a filha de sua namorada que esse negócio de fada dos dentes era mentira, e consequentemente se transformou num destruidor de sonhos. Ele tem que se acostumar com suas novas asas e o mundo da magia que ele tanto odeia.

**Direção:** Michael Lembeck **Atores:** Dwayne Johnson, Ashley Judd e Stephen Merchant  
**Duração:** 101 min **Gênero:** Fantasia/Comédia **Classificação:** Livre

### A Era do Gelo 2 - 2002 (EUA) – 14/07 (domingo) - 16h

Essa continuação consegue ser ainda melhor que o primeiro filme. Agora, o gelo todo está derretendo e a trupe de animais precisa tentar se abrigar para passar por essa revolução natural. Juntos eles viverão grandes e inesquecíveis aventuras para ajudar outros animais. E nesta aventura um detalhe importante: Manny, o mamute, está na idade de procriar e encontra por acaso, uma fêmea de sua espécie, que ele julgava extinta.

**Direção:** Carlos Saldanha **Atores:** Ray Romano, John Leguizamo e Denis Leary  
**Duração:** 91 min **Gênero:** Animação/Comédia **Classificação:** Livre



### Labirinto - A Magia do Tempo - 1986 (Reino Unido - EUA) – 20/07 (sábado) - 16h

A adolescente Sarah (Jennifer Connelly) está entediada em casa por ter que cuidar do irmão caçula enquanto seus pais estão fora. Ela quer mesmo é se livrar da criança, que não pára de chorar. E aí então, um personagem dos livros da moça, ganha vida, o Rei dos Duendes (David Bowie), e atendendo seu pedido, leva o irmão de Sarah com ele. E agora, arrependida, ela terá que atravessar um perigoso labirinto para resgatar o irmão, antes da meia-noite. Do contrário, ele será transformado num horrível duende.

**Direção:** Jim Henson **Atores:** David Bowie, Jennifer Connelly e Frank Oz  
**Duração:** 101 min **Gênero:** Fantasia **Classificação:** Livre

### Procurando Nemo - 2003 (EUA) – 21/07 (domingo) - 16h

O jovem peixinho Nemo foi capturado acidentalmente por um mergulhador, depois de brigar com o pai, e vai parar num aquário, onde fez alguns amigos que o ajudarão em sua volta para casa. Enquanto isso, seu pai Marlin está numa busca frenética pelos mares para achar seu filhinho perdido. Nesse caminho, ele encontrará a esquecida e encantadora Dory, uma companheira para essa aventura.

**Direção:** Andrew Stanton e Lee Unkrich **Atores:** Albert Brooks, Ellen DeGeneres e Alexander Gould  
**Duração:** 100 min **Gênero:** Animação **Classificação:** Livre



### Surpresa em Dobro - 2009 (EUA) – 27/07 (sábado) - 16h

Dois amigos são também sócios em uma empresa, Charlie (John Travolta) e Dan (Robin Williams), estão indo bem e prestes a fechar um grande negócio quando, de repente, acabam tendo que cuidar de dois irmãos gêmeos de 7 anos de idade. E tem mais: os meninos são filhos de Dan, mas a mãe deles, Vicki (Kelly Preston), que só passou um dia casada com ele muitos anos antes, nunca lhe contou dos filhos. Agora, que ela está em sérios apuros com a lei, ele terá que cuidar das crianças. O que provocará uma verdadeira balburdia na vida dos amigos.

**Direção:** Walt Becker **Atores:** John Travolta, Robin Williams e Kelly Preston  
**Duração:** 88 min **Gênero:** Comédia **Classificação:** 10 anos

### A Dama e o Vagabundo - 1955 (EUA) – 28/07 (domingo) - 16h

Uma linda cachorrinha com casa e fino trato, da raça cocker spaniel, Dama, acaba ficando de lado depois que sua dona engravida. É justamente quando ela conhece e se apaixona pelo cachorro de rua mais legal da vizinhança, Vagabundo. Juntos eles vão viver grandes aventuras, para depois fazerem parte da mesma linda família. Um grande clássico da Disney. Imperdível para assistir com os filhos.

**Direção:** Hamilton Luske, Clyde Geronimi e Wilfred Jackson **Atores:** Larry Roberts, Barbara Luddy e Peggy Lee  
**Duração:** 76 min **Gênero:** Animação **Classificação:** Livre



# Teatro Infantil Paineiras apresenta: "Chapeuzinho Vermelho"

Cia de Teatro Le Plat Du Jour

Dia 27 de julho, sábado, às 11h, no Cineteatro.



Para fechar as férias com chave de ouro, que tal reunir a família no último sábado de descanso e ir ao teatro? Nesse espetáculo a proposta é divertir adultos e crianças de todas as idades.

Tudo começa como uma grande brincadeira em que duas palhaças descobrem um armário cheio de "chapéus". Estes "chapéus" as conduzem por uma "viagem de brincadeiras" e o fio condutor é dado pela estória de Chapeuzinho Vermelho. Ora contam a estória, ora brincam com os elementos da mesma, ou seja, há uma tônica constante no fato de serem duas palhaças tentando fazer o melhor para conseguirem contar a estória...

Os "chapéus" definem os personagens. Quando os colocam, tornam-se o "Lobo Mau", a "Chapeuzinho Vermelho", a "Mãe", a "Avó" ou o "Caçador". Quando os tiram, transformam-se em palhaças, tornando-se clara a brincadeira dentro da brincadeira, assim como a linguagem do teatro dentro do teatro.

Nesta versão de Chapeuzinho Vermelho, o Le Plat Du Jour, e o diretor Fernando Escrich, optaram por fazer um espetáculo divertido e visualmente interessante para crianças de todas as idades, sem perder de vista um fator muito importante: o de quem as leva ao teatro. E foi pensando nisso que idealizaram um espetáculo que possibilite também ao adulto uma parcela do prazer de estar ali.

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:

Dramaturgia: Irmãos Grimm  
Adaptação livre: Le Plat Du Jour  
Direção: Fernando Escrich  
Elenco: Renata Maia e Renata Bruel  
Montagem e operação técnica: João Luiz Balliero e Robson Villsac  
Produção: Andréa Marques e Priscila Mesquita



# 1º Quali Vida

## Qualidade de vida para os Paineirenses

O Paineiras cumpriu mais uma vez a sua missão de trazer qualidade de vida aos seus associados, realizando, no dia 18 de maio, o 1º Quali Vida. Este evento proporcionou à família paineirense, o conhecimento de seus referenciais de prevenção à saúde, além de identificar eventuais doenças e encaminhá-las ao seu médico. O Quali Vida contou com a presença de mais de 500 pessoas, dentre as quais 150 fizeram seus testes de colesterol, glicemia, pressão, IMC e orientação nutricional. Durante o evento nossos associados puderam conhecer mais sobre as atividades de nosso Clube que proporcionam aos praticantes bem-estar e ganhos indiretos para a saúde, como massagens, Yoga e Tai Chi Chuan, entre outros.

Para a realização deste evento, tivemos a fundamental participação da equipe do nosso Centro Médico, altamente qualificada e comprometida com a saúde dos paineirenses. É com muita satisfação que a atual diretoria investiu em qualificação e em atuações relevantes, com o intuito de preservar a integridade de todos os nossos associados.



Neste primeiro semestre o Departamento de Higiene e Saúde promoveu o treinamento da sua equipe e de colaboradores das mais diversas áreas do Paineiras, aumentando nossas possibilidades de uma atuação cada vez mais eficaz nas situações de urgências e emergências. Algumas ações profiláticas, como a última campanha de imunização da gripe, obtiveram êxito e imunizaram mais 2.000 pessoas.

Tivemos também a ampliação dos serviços prestados pelo departamento, possibilitando a cobertura presencial de eventos esportivos e sociais do clube, que já ultrapassa o número de 20.000 atendimentos em nosso Centro Médico.

Além de todas essas ações de segurança e bem-estar, agora nosso Centro Médico conta com o atendimento de uma Personal Diet, 3 vezes por semana. Venha conhecer mais serviço.

### Elogio merecido por serviços prestados

A associada Liliana Chainian fez questão de elogiar o trabalho prestado pelos nossos colaboradores que trabalharam na realização do 1º Quali Vida, em especial à Doutora Marcia Cavalheiro Bento e ao Gerente Jefferson Gutierrez. Ela enfatizou que todos os atendentes foram muito atenciosos, e registrou, muito satisfeita: **“Venho parabenizar ao Clube pelo 1º Quali Vida. A saúde paineirense merece sim esta atenção”**.

É num momento de realização como este, que temos a certeza do acerto em nossas ações.



**E aguarde! Para 2014 já estamos preparando o 2º Quali Vida, com muito mais para você!**

# Nosso Centro Médico está preparado para qualquer emergência



Acidentes acontecem, todos nós estamos cientes disso. Desta forma, caso em algum momento você presencie um acidente nas dependências do Paineiras, a melhor atitude é sempre manter a calma e chamar o apoio da equipe do nosso Centro Médico

Sabemos que quando ocorre um acidente os acompanhantes ficam ansiosos e agem intempestivamente na procura do atendimento médico. Quando o acidentado é um filho menor, essa ansiedade é multiplicada, o que é compreensível, mas, na prática isso não ajuda em nada na hora de socorrer de maneira eficaz.

A Equipe do Centro Médico do Paineiras está totalmente preparada para atender qualquer emergência, e eles sabem quais são as condições e o momento certo de tocar ou movimentar a pessoa acidentada, ou mesmo para realizar o traslado, caso isso seja necessário.

Mais importante do que remover é estabilizar a pessoa acidentada, para que não haja nenhuma consequência mais séria.

Nossa recomendação é que os pais/acompanhantes/responsáveis não impeçam a execução de medidas protocolares de atendimento aos acidentados, para ficar com a criança no colo, pois apesar de ser uma demonstração de carinho, é extremamente perigoso e pode agravar uma lesão imperceptível no momento do acidente.

Durante o atendimento, recomendamos manter o diálogo com o médico, que poderá explicar tudo o que está sendo feito no atendimento, o que efetivamente tranquiliza os pais, o acidentado e os próprios profissionais de saúde.

Pratique esporte e divirta-se com tranquilidade, o Paineiras está sempre zelando pela saúde e pelo bem-estar de sua família.



## você já sorriu hoje?®

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

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



Clínica Open Center Morumbi  
CROSP-7748

Responsável Técnico: 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)

# Nado Sincronizado

## Beatriz Mota Rosselo e Adriana Bitiati se preparam com a Seleção Brasileira na Rússia



Adriana e Beatriz

Nossas atletas, através da CBDA, terão a oportunidade de treinar e conhecer o centro de excelência onde atletas Russas moram e treinam. Localizado a 80km de Moscou, no local treinam a ginástica artística, a esgrima, os saltos ornamentais, a natação e o nado sincronizado. Lá vemos crianças muito novas já morando neste centro e se preparando para serem futuros campeões.

Quanto ao Nado Sincronizado, a Rússia é o país campeão olímpico desde as olimpíadas de Sydney em 2000, sem nunca ter saído do primeiro lugar do pódio. As atletas e técnicas ficam no centro 5 dias na semana, treinando 3 turnos diários e folgando um dia após os 5 seguidos.

Uma excelente oportunidade para as brasileiras aprenderem e crescerem, convivendo na mesma rotina e treinando no dia a dia ao lado das melhores do mundo. Além do treino específico, elas têm treinos de dança e acrobacia. O refeitório do local é voltado para atletas, com alimentação completa e super saudável.

Que as atletas da Seleção Brasileira, dentre elas as paineirenses Beatriz Mota Rosselo e Adriana Bitiati, saibam aproveitar a grande oportunidade que as russas estão nos proporcionando e tragam essa experiência para todas as atletas dos clubes de Nado Sincronizado do país!!!

## 2º Brazil Synchro Open: Paineiras recebe elogios de árbitros

De 07 a 09 de junho, o Paineiras participou do 2º Brazil Synchro Open, um campeonato de altíssimo nível, onde vários clubes e países são convidados. Canadá, Espanha, Ucrânia, Áustria, Argentina e a Seleção Brasileira participaram enquanto países, e os clubes Paineiras do Morumby, que participou com suas equipes senior e solo, e Tijuca Tênis Clube, com solo.

Nossas atletas se apresentaram com uma coreografia muito bonita, "Mulheres Guerreiras" e foram elogiadas pelos árbitros internacionais, ficando com o 6º lugar na classificação geral da competição. A experiente Paineirenses **Nayara Figueira** disputou a prova de solos, e ficou em 4º lugar, à frente de 02 países.

Nossa equipe era composta por 05 atletas Junior: **Luiza Gomes, Mariana Giorgi, Sabrina Lowy, Sofia Costa e Victoria Mussa** e 03 Senior: **Fernanda Marques, Nayara Figueira e Raquel Fares**. Duas de nossas atletas estão na Seleção Brasileira, **Adriana Bitiati e Beatriz Mota Rossello**.

O mais importante desta competição, uma iniciativa da Confederação Brasileira de Desportos Aquáticos, é que nossas atletas puderam crescer muito, ao participar e assistir um campeonato com atletas olímpicas, de alta performance, que estão entre as melhores do mundo, a exemplo da Espanha, Bronze nas Olimpíadas de Londres.

A competição foi transmitida ao vivo pela Sportv, e o Paineiras estava lá, bem representado, ao lado de seleções internacionais, nadando, aprendendo, e se mostrando para o mundo! **Go Paineiras!**



Nayara Solo



Nayara Solo



Equipe



Dueto



Equipe Sênior



Equipe Sênior



Execução do Hino Nacional

## Paineirenses no Campeonato Brasileiro Interfederativo

A Seleção Paulista, esteve no Rio de Janeiro/RJ, de 07 a 09 de junho, para disputa do Campeonato Brasileiro Interfederativo. A seleção, que tem como base 09 atletas do Paineiras, ficou com o 2º lugar da competição, com os seguintes resultados:

Prata no Solo: **Monique Ruptsch**

Prata no Duetto: **Monique e Vitória Casale**

Prata no Conjunto: **Camila e Caterina Trofa, Clara Noriega, Giovanna Faria, Isabela Batel, Isabela Rigby, Isadora Serafini, Monique Ruptsch, Vitória Casale e Vitória Serafini**

Após o Interfederativo, que aconteceu na mesma piscina do Brazil Synchro Open, as atletas participaram da clínica Novos Talentos, com a técnica da Seleção Espanhola, Miwako Homma, e com a Inglesa Jennifer Gray, membro do Conselho Técnico de Nado Sincronizado da FINA.

Todo esforço de nossa diretoria e comissão técnica, para que nossas atletas integrem seleções, contribui diretamente no desenvolvimento do Nado Sincronizado Paineirense, que se vê beneficiado com ações de incentivo à modalidade, através das entidades de administração do esporte, como a Federação Aquática Paulista e Confederação Brasileira de Desportos Aquáticos.

*"Todas nossas atletas e técnicas, a Coordenadora Andrea Curi, Shirlei Montanari, Priscila Pedron, a estagiária Marcella e a mais que especial Nayara Figueira, estão de parabéns pelo excelente trabalho que foi realizado em tão pouco tempo e com tantas dificuldades. Nossas apresentações foram muito bonitas e de alto nível, encheram os pais torcedores presentes de orgulho, e principalmente a mim, que cada vez mais tenho certeza que estamos no caminho certo! Agora é força total para os Campeonatos Brasileiros."*  
Léo Mota Rossello, Diretora de Nado Sincronizado.

**Textos por Leonice Mota Rosselo**



## Festival de Nado Sincronizado Hebraica – SEFFE / SAT

O Festival de Nado Sincronizado aconteceu em 25 de maio, na Associação Brasileira "A Hebraica de S.P.", e contou com a participação de nossas atletas de 9 a 15 anos, orientadas pela Professora Lucimar. As meninas se apresentaram como demonstração, em 4 coreografias: O Carimbo Maluco, Rocky IV, Caçadores de Fantasmas e Aerosmith. O sincronismo e beleza dos movimentos de nossas alunas e atletas encantaram o público presente.



Além do Paineiras, três clubes e academias participaram do Festival: Círculo Militar de São Paulo, Clube Atlético Juventus, Academia Competition e Associação Brasileira "A Hebraica de São Paulo". Não houve classificação geral.

**Participaram do Festival nossas meninas:** Alice Pereira, Camila Mello, Carla Gauski, Carolina Akemi, Gabriela Rossano, Gabriela Viana, Giovanna Camargo, Julia Acchialini, Laura Rocha, Marina Pimenta e Sofia Guerra Sardo.

Parabéns meninas!

# Natação

## Categoria Infantil



A Categoria Infantil é onde o sonho olímpico começa, é o ninho dos pequenos futuros atletas, onde eles iniciam suas carreiras. Nessa categoria começam os Campeonatos Brasileiros, eventos em que se reúnem os melhores nadadores do Brasil e somente os que possuem o nível técnico exigido pela CDBA conseguem entrar nessa disputa. E, nessa fase, os eventos começam a ser televisionados, tais como o Troféu Chico Piscina.

Por isso, a Categoria Infantil deve ser muito bem assessorada e acompanhada.

Como uma das categorias mais disputadas, todos os anos aproximadamente 600 atletas se reúnem,

distribuídos em mais de 100 clubes de todo o Brasil. Em 2013, o Infantil do Paineiras estará representado por 16 atletas que disputarão os Campeonatos Brasileiro e Paulista, as principais competições da modalidade.

O Paineiras é referência nesta categoria, sempre conquistando grandes resultados, com vários atletas. Mas isso se deve aos treinos e muito trabalho de professores e especialistas. O Infantil, seguindo a sequência do trabalho realizado desde o Mirim, tem como foco principal o desenvolvimento da competitividade nos atletas, que será utilizada no seu dia a dia num universo esportivo cada vez mais disputado.

O técnico da categoria no Paineiras é Regis Mencia, e os treinos acontecem de segunda a sábado, com 3 horas diárias de atividade, sendo 2 de trabalho na água e 1 de preparação física.

Os principais resultados já obtidos em 2013 foram a participação dos nossos atletas **Fernanda Ribeiro Bernardo no Multinations Swimming Youth** pela **Seleção Brasileira** na Polônia; **Ana Clara Freitas Cervone no Troféu Kim Mollo**, sendo a melhor performance do evento, e conquistando 4 medalhas; o atleta **Bernardo Goya Perloiro**, também no **Troféu Kim Mollo**, conquistando 4 medalhas no torneio.

**Nossa satisfação não se mede em palavras, se mede em medalhas!**

## Reunião de Pais e Atletas da Área Competitiva

Foi realizada a Reunião de Pais e Atletas da Área Competitiva em 28 de maio, com a presença virtual do atleta Cesar Cielo, através de um vídeo que ele gravou especialmente para este encontro, já que o grande campeão brasileiro da Natação também treina em nossas piscinas.

Cielo falou da sua parceria com o Paineiras e da motivação que ele espera passar para as novas gerações da Natação do nosso Clube. Cielo faz parte de seus treinos nas piscinas do Paineiras, e certamente, é um estímulo muito grande para nossas crianças.

Informações importantes foram apresentadas na reunião, como o organograma do setor e os nomes da Comissão Técnica. Na ocasião, o Diretor Luciano Ladeira também apresentou a nova identidade visual dos uniformes e falou mais sobre o projeto da nova piscina, além da parceira mais que bem-vinda com Cesar Cielo.

Tivemos também a presença do Vice-Presidente Aldo Saltini, que fez a abertura do evento e do Diretor Geral de Esportes, Flávio Bulcão Carvalho.

Atualmente, temos mais de 130 atletas participando em mais de 45 competições oficiais por ano, e com a nova identidade visual dos uniformes, marcaremos ainda mais a nossa presença em torneios e competições pelo Brasil e pelo mundo.

Só temos motivos de comemoração em nossa Natação. Veja nossos índices:

- 49 Recordes Internos batidos em 2013
- 100% da equipe principal com Índice Brasileiro da CBDA
- Último Brasileiro Junior e Sênior
- 60% de finais de provas
- 52,9% de Medalhas
- Finais dos 50m aos 800m
- Medalha dos 100m aos 800m

**"A Natação no Paineiras é destaque nos torneios que participa. A parceria com Cesar Cielo é um passo definitivo rumo a mais conquistas e crescentes vitórias de nossos atletas."** conclui com orgulho o nosso Vice Presidente, Aldo Saltini.



Cesar Cielo, no vídeo gravado para este encontro.

## Campeonato Paulista Junior e Sênior

As disputas do Campeonato Paulista Junior e Sênior realizaram-se no período de 24 a 26 de maio, no SESI Leopoldina, em São Paulo. O evento contou com 36 clubes, que levaram 341 atletas. O Paineiras ficou em 6º lugar na classificação geral, com 8 atletas participantes, que conquistaram 9 medalhas, um ótimo resultado para o tamanho da competição.

Nossos destaques:

**Carolina Saad, ouro e recordista** nos 800 livres e **ouro** nos 1500 e 400 livres

**Aline Saporito, ouro** nos 200 medley, 100 e 200 costas e **prata** nos 50 costas

**Bruno Hediger, bronze** nos 200m borboleta

**Natalia Rodrigues, bronze** nos 100 peito



## Festival Sudeste Petiz em Belo Horizonte

A equipe do Paineiras participou com 7 atletas e trouxe 4 medalhas do Festival Sudeste Petiz, em Belo Horizonte, nos dias 24 a 26 de maio. A competição teve a participação de 400 atletas, de 29 clubes.

Nossos atletas de destaque: **Hyian Kubagawa, prata** nos 100 peito e **bronze** nos 200 medley, **Maria Manuela Sertá, bronze** nos 100 costas e **Lara Matuk, prata** nos 100 costas.



## Campeonato Brasileiro Junior e Sênior em Curitiba

Nossa equipe foi até Curitiba, no Paraná, para participar do Campeonato Brasileiro Junior e Sênior, de 14 a 18 de maio. Fomos com 7 atletas e conquistamos 8 medalhas!

Nossos destaques estão de parabéns: **Carolina Saad, prata** nos 400 livre, **João Cervone, bronze** nos 200 e 400 livre e 200 borboleta, **Aline Saporito, bronze** nos 100 e 200 costas e nos 200 medley, **Natalia Rodrigues bronze** nos 100 peito.



## Aula Especial à Fantasia – Natação Kids – SEFFE/SAT

O mês de maio foi de pura fantasia para as crianças que mergulharam literalmente num mundo mágico de histórias infantis. Durante quatro dias, na piscina kids, os alunos e professores fizeram suas aulas fantasiados, mais divertido impossível! Tudo para proporcionar alegria e um estado confortável para as crianças na hora de ficar dentro d'água e se exercitar. Conhecendo seu próprio corpo, as crianças descobrem diferentes formas de se deslocar em segurança na água.



## Campeonato Paulista Masters de Natação – Piscina Longa

O Campeonato Paulista Masters foi realizado no dia 19 de maio, na piscina olímpica da Associação Desportiva Pedro Dell'Antonia, na cidade de Santo André, com a participação de 24 entidades. Nossa equipe disputou ponto a ponto com a equipe do Clube Pinheiros, e chegamos a ficar 80 pontos atrás, até as provas de revezamento, e terminamos a competição em 2º lugar, com apenas 30 pontos de diferença.

Na Classificação Geral por pontos, o Paineiras é Vice-Campeão Paulista.

### Conheça nossos atletas de destaque:

**Nadir Taubert**, categoria 80+: estabeleceu novo recorde Paulista, Brasileiro e Sul Americano na prova 100 metros peito, e o recorde Paulista na prova 50 metros nado peito.

**Nelson Campello Filho**, categoria 75+: estabeleceu novo recorde Paulista na prova 50 metros nado livre.

**Hugo S. Morais**, categoria 35+: estabeleceu novo recorde Paulista na prova 50 metros nado peito.

Veja como ficou a classificação final das equipes:

1º lugar - Esporte Clube Pinheiros com 1.351 pontos

2º lugar - **Clube Paineiras do com 1.321 pontos**

3º lugar - São Paulo Futebol Clube com 968 pontos

Ganhamos um total de 65 medalhas: foram **34 de ouro, 22 de prata e 9 de bronze.**



## Nadir Lacerda de Figueiredo Taubert, atleta Máster, excelência na Natação e na Vida



Nossa atleta Nadir Lacerda de Figueiredo Taubert, atleta Máster da categoria 80+ na Natação e na Vida, conversou com a Revista Paineiras e contou um pouco de seu cotidiano esportivo.

Nadir nasceu na cidade de Mococa, estado de São Paulo, e começou a nadar aos 7 anos de idade, seu incentivador foi o seu Pai, porém, quando mocinha veio para a cidade de São Paulo e não competiu mais.

Em 1995, fazendo a sua natação para manter a forma, uma atleta da equipe de Natação Máster do Paineiras a viu nadar e lhe fez o convite para participar da equipe. E desde então, ela não parou mais de competir.

Seu currículo de nadadora é fantástico. Ela participa de Campeonatos Paulistas, Brasileiros, Sul Americanos, PanAmericanos e Mundiais. O seu orgulho foi ter participado de algumas provas ao lado de Maria Lenk, mesmo não sendo da mesma categoria, como por exemplo, em um Campeonato Brasileiro na cidade de Uberlândia, MG, e no Mundial em Stanford, nos EUA.

Nadir Taubert é recordista Paulista, Brasileira e Sul-americana nas provas de 100 e 200 peito, 100 e 200 borboleta. E para completar essa trajetória brilhante, ela vem quebrando os recordes de Maria Lenk nas provas 100 e 200 peito e 200 borboleta.

A Natação Master, para Nadir, é uma fonte de vida. Ou melhor, trouxe-a de volta para a vida, principalmente depois que ficou viúva. Ela não desiste de nadar, apesar das dificuldades que tem para chegar ao Paineiras.

**“Que a equipe continue assim, sempre unida, com garra e sempre trazendo bons resultados. Agradeço de coração o carinho que todos têm por mim. Agradeço em especial à nossa técnica, pois sem ela, hoje eu não estaria aqui nessa equipe maravilhosa”, Nadir Taubert.**

# Polo Aquático

## Paineiras é destaque no Campeonato Sulamericano



Mais uma vez nossos atletas do Polo se destacaram, e foi no Campeonato Sulamericano Junior. A competição, realizada em Buenos Aires, Argentina, no período de 27 a 31 de maio, contou com a participação dos nossos Paineirenses **Amanda Belchior, Carolina Moretto, Gabriela Longo e Lara Monteiro**, no Feminino, e, no Masculino, **Caio Ribas e Leonardo Silva – Gelão** (atleta do Projeto Futuro Bauru, parceiro do Paineiras). Além das convocações para a Seleção Junior, a nossa atleta **Mariana Duarte**, participou da Seleção Adulta, disputando a fase preliminar da Liga Mundial, na Califórnia.

**Nossos parabéns para a Seleção Brasileira, Masculina e Feminina, Medalha de Ouro no Campeonato Sulamericano Junior! Um grande orgulho por nossas novas gerações de atletas!**

## Copa Brasil Juvenil de Polo Aquático



Mais medalhas no peito dos atletas Paineirenses! Nosso time de Polo Aquático conquistou o Bronze na Copa Brasil Juvenil, que aconteceu no Esporte Clube Pinheiros, entre os dias 22 e 25 de maio. **Nossos cumprimentos orgulhosos por mais essa conquista de nossos guerreiros da água!**

## Taça Brasil Adulto do Polo Aquático



Foto ilustrativa

### Paineiras contou com reforço internacional

Nosso time de Polo Aquático ganhou um reforço extra e muito bem-vindo, dois jogadores vindos da Croácia, a capital do Polo Aquático, que vieram ao Brasil especialmente para participar da Taça Brasil Adulto Masculina, realizada dos dias 4 a 9 de junho, no Esporte Clube Pinheiros.

Este intercâmbio entre atletas do Brasil e da Croácia rendeu uma contribuição importante para os nossos jogadores, que estão em intenso treinamento: uma clínica de 3 dias para as equipes de base e adulta, que puderam aprender técnicas e jogadas diferentes, além de interagir com atletas experientes, que são destaque em seu país de origem.

# Judô

## Copa da Cidade de São Paulo

Nossos judocas paineirenses brilharam com excelentes resultados na Copa da Cidade de São Paulo, que aconteceu no Esporte Clube Pinheiros, em 9 de junho, um domingo cheio de sol. O evento reuniu aproximadamente 800 judocas das classes Sub 11, Sub 13, Sub 15 e Sênior.

Nossos atletas levaram duas medalhas de Prata, uma foi para Felipe Chalita Soares, com excelente performance, também classificado para o Campeonato Paulista da classe Sub 13, nossa outra Prata foi para Alana Uraguti, que conquistou sua medalha e classificação para o Paulista Sênior.

Nosso atleta Victor Cristóforo Nogueira fez uma grande apresentação nos tatames e conquistou a medalha de Bronze, conseguindo sua classificação para o Campeonato Paulista da classe Sub 11. Outro Bronze foi para Daise Locatelli, também classificada para o Paulista Sênior.

Parabéns pelo desempenho de nossos atletas! Avante para o Campeonato Paulista!



## Torneio da Amizade – SEFFE/SAT



O Torneio da Amizade de Judô é um evento tradicional no Paineiras, e além de muito esperado pelos espectadores e atletas, possui um ingrediente especial: ele é a primeira apresentação de alguns jovens, sua primeira experiência em competições!

O Torneio que aconteceu no último dia 18 de maio, contou com a participação de 50 judocas na faixa 3 e 4 anos (somente associados do Clube Paineiras), super empenhados e concentrados. Foi realmente bonito ver as crianças nas Quadras do Vale. A realização foi do Departamento de Esportes, através da Área Formativa, com atividades elaboradas pelos professores Ricardo Julianetti e Raphael Silva. As crianças maiores, na faixa dos 5 e 6 anos de idade, participaram de uma atividade de integração com os judocas de outras agremiações, e assim, ficou enfatizado um dos maiores objetivos do Judô, a socialização.



Os judocas de 7 a 15 anos já tiveram sua iniciação competitiva e entraram para lutar. Para alguns deles, a primeira competição que contaram com todo o apoio necessário para aproveitar de maneira saudável essa experiência, que deverá influenciar positivamente o futuro de cada um deles.

Recebemos várias agremiações para o Torneio, como os Colégios Objetivo Teodoro Sampaio e Alphaville, Pueri Domus, St. Paul e Sociedade Harmonia Tênis, o que resultou em aproximadamente 300 judocas participando do evento.

Tivemos também a importante presença dos Diretores Silvio Rodrigues Rosa, da Área de Formação Esportiva -SEFFE/SAT e Daniel Dell'Áquila, do Judô, que ressaltou na abertura do evento, a importância da participação e apoio dos pais no processo de educação e desenvolvimento das crianças, e do Judô como um grande aliado neste processo.

## Festival de Judô Interclubes

Nossos judocas paineirenses na faixa etária de 6 a 11 anos participaram do Festival de Judô, realizado em 26 de maio no Clube Esperia, em São Paulo. Os atletas juvenis vivenciaram uma excelente experiência, pois puderam mostrar toda a sua evolução técnica e as habilidades adquiridas no primeiro semestre com seus treinamentos, e venceram a maioria das lutas da competição. O evento contou com cerca de 900 judocas entre 5 e 15 anos, e isso representou um grande crescimento, tanto em número de participantes como em termos de organização em relação aos anos anteriores.



Parabéns aos nosso campeões: Bruno Passioni, Francisco Gorgulho, Gabriel Manhas Viera, Lucas Dell'Áquila, Pedro Leme, Pedro Paulo Pierangeli e Rafael Mazza Wanderley.

# Torneio de Inverno de Squash

O esporte une causas e promove a amizade entre os sócios, os novos e os antigos e jogadores de diferentes categorias. Assim foi no Torneio de Inverno de Squash, com jogos entre os dias 14 e 25 de maio. Esta competição acontece todos os anos, e como já é tradição, a taxa de inscrição foi a doação de agasalhos para ajudar na Campanha Nacional.

Sem dúvida o evento foi novamente um sucesso, com partidas emocionantes até o último lance.

No primeiro jogo, Flávio passou pelo Daltro - Equipe 10, 1x0, Equipe 1. No segundo jogo, Jema passou pelo Jürgen em games diretos: Equipe 1, empata o jogo!

E as grandes emoções ficaram para a partida final: Olavo e Carlo fizeram "o jogo", com vitória final do Olavo em 3x2. Equipe 10 Campeã e Equipe 1 Vice Campeã.

**Parabéns a todos! Pelo sucesso do Campeonato e pela iniciativa de integração e doação!**



**Garantir tranquilidade nas suas decisões profissionais é nossa especialidade.**

Uma eventual falha profissional, alegada ou ocorrida, pode causar prejuízos financeiros e à imagem de sua empresa. A Brasil Insurance oferece soluções em seguros de Responsabilidade Civil Profissional (E&O) e dos Administradores (D&O) que proporcionam a proteção que sua empresa necessita.

Com 20 anos de especialização nestes tipos especiais de seguros, a equipe Brasil Insurance está à sua disposição para auxiliar no desenho, contratação e gerenciamento destes seguros, e dar total assistência no atendimento quando de uma ocorrência.

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

 **BrasilInsurance**  
ADAVO'S

[www.adavos-corretora.com.br](http://www.adavos-corretora.com.br)

# Tênis

## Circuito Nacional Correios

A equipe de Tênis do Paineiras foi a São José do Rio Preto, em São Paulo, para participar do Circuito Nacional Correios, realizado entre os 18 e 26 de maio. Nossos talentos do Tênis sempre marcam presença entre os primeiros e dessa vez não foi diferente.

Veja nossas estrelas em destaque:

**Alexandra Silva**, campeão 12 anos G1 de duplas  
**Paulo Issa**, campeão 12 anos G1 de duplas  
**Rafael Silva**, campeão 12 anos G1 de simples e duplas  
**Sophia Chow**, campeã 18/25 anos G1 de simples



Sofia Chow

## Campeonato Paulista Interclubes



Categoria 11 MB

Categoria 18 F

O Paineiras sagrou-se campeão do Campeonato Paulista Interclubes 16MB, nos dias 25 e 26 de maio, numa final disputadíssima contra o Esporte Clube Pinheiros, com o placar de 3x2.

Nossa equipe campeã é composta pelos seguintes atletas: Andre Ferreira, Bruno Cavalheiro, Pedro Barbosa e Rodrigo Barreto.

Nas categorias de 11MB, 12MA e 18F, disputamos as finais contra a Sociedade Hípica de Campinas, no dia 05 e 06 de junho. No 11MB ficamos com o título de Campeão, com os tenistas João Franco e Pedro Sampaio; no 12MA conquistamos o título de vice-campeão com os tenistas Paulo Issa e Rafael Silva; e no 18F, vice-campeão com as tenistas Giovanna Baccarini, Gabriella Alves e Sophia Chow.

## Campeonato Estadual Infantojuvenil

O Paineiras esteve presente com mais de 20 tenistas no Campeonato Estadual Infantojuvenil, realizado no período de 30 de maio a 2 de junho no Jaraguá Clube Campestre.

Veja quem se destacou:

**Alexandra Silva**, campeã de 12F  
**Rafael Silva**, vice-campeão de 12MA  
**Rodrigo Barreto**, campeão de 16MB



Rafael Marques

## Torneios Abertos da Federação



Rafael Silva e Paulo Issa

Gabriel Santos

Temos o orgulho de registrar aqui os títulos de nossos tenistas que participam dos Torneios Abertos da Federação, que contam pontos para o ranking do Paulistão:

**Alexandra Silva**: Campeã no Tennis Hill, S.C. Corinthians e C.C. do Castelo.  
**Fábio Ferreira**: Vice-campeão de duplas da Copa Itaú e no Master Tênis.  
**Gabriel Santos**: Campeão no Tennis Hill e Vice-campeão do Tênis Clube de Santos, Clube Esperia e Clube de Campo do Castelo.  
**Lucas Silva**: Campeão no S.C. Corinthians.  
**Paulo Issa**: Campeão no Jaraguá Clube Campestre e Vice-campeão no Indiano.  
**Rafael Silva**: Campeão no Indiano, Corinthians, T.C. Sorocaba e Clube Esperia e Vice-campeão da Copa Itaú e Tennis Hill.  
**Rodrigo Barreto**: Campeão no Tennis Hill e Slice.

## 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.

(011) 3779-2099  
marketing@clubepaineiras.com.br



**PEPSICO**

## Campeonato Paulista Interclubes 45MB

Nossos tenistas sagraram-se campeões da categoria 45 anos Masculino B – 45MB, do Campeonato Paulista Interclubes, que foi realizado no período de 7 a 24 de abril.

A vitória foi conquistada com muita garra, empenho e fibra de nossos campeões, que dominaram jogos difíceis contra os Clubes Pinheiros, Alphaville e, a final, contra o Paulistano.

Veja os tenistas que conseguiram essa grande vitória:

Carlos Henrique Maraviglia  
José Luis M. Salazar  
Márcio Gropillo de Carvalho  
Ragner L. Vianna  
Ulysses L. de Azevedo Júnior



Ragner L. Vianna e Carlos Henrique Maraviglia



José Luis M. Salazar, Ulysses L. de Azevedo Junior e Márcio Gropillo de Carvalho

## Clínica e Torneio Mães e Filhos de Tênis de Campo

Mais um sucesso com a participação de 10 Mães e Filhos, a Clínica de Tênis, foi realizada no dia 11 de maio, nas quadras de tênis 01 e 02, na véspera do Dia das Mães. Pelo terceiro ano, foi uma oportunidade divertida de unir as mães e seus filhos com muita alegria e fundo musical apropriado para jogar tênis. Uma linda homenagem, em ritmo esportivo, a todas as mães. No final da clínica foram distribuídos brindes aos participantes.

Em paralelo à Clínica, outro evento marcante em homenagem às mães, o Torneio entre Mães e Filhos, as disputas aconteceram nas quadras de tênis 01, 02, 03 e 04 com a participação de 6 duplas, na categoria única. As mães não deram folga para seus rebentos e lutaram pela vitória!

### Acompanhem os resultados:

#### Categoria A (até 12 anos)

Dupla campeã: Renata Azanha (mãe) e Laura Azanha (filha)  
Dupla vice-campeã: Cibele Oliveira (mãe) e Lucca Carvalho (filho)

#### Categoria B (13 a 15 anos)

Dupla campeã: Renata S de Souza Lima (mãe) e Renato S de Souza Lima (filho)  
Dupla vice-campeã: Patricia M Abdo (mãe) e Vinicius Abdo Girão (filho)

Parabéns a todos os participantes e aos organizadores dos eventos!



## 1º Paineiras Open Classic de Tênis – Azevedo & Travassos

O Open Classic de Tênis aconteceu de 14 a 26 de maio, um grande evento, com 77 jogos realizados e a participação de 80 associados. Segundo os participantes, foi uma competição marcante que deixou a todos ansiosos pela próxima edição, que acontecerá no segundo semestre.

No dia 26 de maio, no cerimonial de encerramento, em alto estilo, num esplêndido domingo ensolarado, foram distribuídos diversos brindes aos vencedores de todas as 7 categorias disputadas, além do grande destaque da premiação, o troféu, um lindo prato de louça personalizado, confeccionado artesanalmente, o que possibilitou ao Clube e aos vencedores (campeões e vice-campeões) um modelo exclusivo, alusivo ao evento. O evento representa uma grande inovação em torneios desse gênero no Clube.

Logo após o encerramento, os associados foram convidados a participar de um churrasco de confraternização, na churrasqueira do tênis, uma opção de diversão mais que apropriada para comemorar as vitórias.

Estavam presentes e prestigiaram a cerimônia nossos associados e diretores: Luis Augusto Bulcão Carvalho, Presidente do Conselho Deliberativo, Aldo Saltini, Vice-Presidente do Paineiras, Maurício Goulart de Faria, Diretor Tesoureiro, Flavio Bulcão Carvalho, Diretor Geral de Esportes e Renato Mendes, associado e Presidente do Grupo Azevedo & Travassos, patrocinador do Torneio.

### Confira os premiados nas sete categorias:

Star Feminino (duplas):

Campeãs: Alenka Povel e Carla Monzani

Vice-campeãs: Marianne Juzwiak e Sandra Mônaco

Máster Masculino (simples) – 5ª Classe e Principiantes:

Campeão: Roberto Cantoni

Vice Campeão: Luciano Vianna

Sênior Masculino (simples) – 5ª Classe e Principiantes:

Vice Campeão: Hugo Lewgoy

Campeão: Rubens Barbella Jr.

Máster Masculino (simples) – 3ª e 4ª Classes:

Campeão: Ulysses Azevedo

Vice Campeão: Marcio Gropillo

Sênior Masculino (simples) - 3ª e 4ª Classes:

Campeão: Eduardo Adas

Vice Campeão: Adrian Rossano

Máster Masculino (simples) – 1ª e 2ª Classes:

Campeão: André Kranjc

Vice Campeão: Marco Jerez Telles

Sênior Masculino (simples) - 1ª e 2ª Classes:

Campeão: Ricor Fontoura da Silveira

Vice Campeão: Richard Treial



## Clínica Aberta de Tênis Recreativo de Férias

Venha aproveitar as suas férias praticando tênis com a gente!

Nossa clínica estará aberta para os associados acima de 12 anos de idade, tanto masculino quanto feminino, com ou sem experiência na modalidade. Nossos instrutores apresentarão uma promoção diversificada para iniciar ou aprimorar suas habilidades no Tênis. Participe! Apareça com sua raquete na quadra número 11 e aproveite!

### Confira a programação:

Períodos: 08 a 12 de julho e 22 a 26 de julho

Matutino: 8h30 às 10h30

Vespertino: 14h às 17h

Noturno: 18h às 21h

## 3ª Etapa do Campeonato Paulista de Peteca

Marque em sua agenda para acompanhar e torcer em mais um grande evento esportivo! Nos dias 27 e 28 de julho, sábado e domingo, o Paineiras será sede da 3ª Etapa do Campeonato Paulista de Peteca, que contará com cerca de 170 atletas inscritos, no masculino e feminino, de 7 a 74 anos, disputando várias categorias.

Ao final desta etapa, levando-se em conta os resultados, já conheceremos os Campões Paulistas de algumas categorias, independentemente da disputa da 4ª Etapa.

Você não pode perder essa! Compareçam, tragam seus filhos, venham assistir partidas disputadíssimas entre os nossos campeões!



Paineiras Vice-Campeão na categoria Máster III, com José Carlos Degaspere e Emílio Gereissati Filho.



A biometria coloca  
o seu banco na palma  
da sua mão.

E o Bradesco coloca mais segurança  
e tecnologia em sua vida.

Fone Fácil Bradesco: 4002 0022 / 0800 570 0022  
SAC – Alô Bradesco: 0800 704 8383  
SAC – Deficiência Auditiva ou de Fala: 0800 722 0099  
Ouvidoria: 0800 727 9933  
[bradesco.com.br](http://bradesco.com.br)  
twitter @Bradesco  
facebook.com/Bradesco



**Bradesco**



# Beach Tennis

## Torneio ACESC

Devido ao aumento de praticantes nos clubes de São Paulo, este ano, o Beach Tennis passou a fazer parte do calendário esportivo da ACESC - Associação dos Clubes Esportivos Sócio-Culturais de São Paulo. Tivemos 3 etapas, cada qual com uma categoria: A (avançado), B (intermediário) e C (iniciante). O torneio foi disputado em duplas e, na somatória dos pontos por categoria, o Paineiras sagrou-se Campeão em duas delas: A e C. Acompanhe os resultados:

### Categoria A

#### Feminina

##### 1º lugar:

Ana Maria André e Carmen Ribas

##### 2º lugar:

Angelica Wiegand e Giovanna Ramos

#### Masculina

##### 2º lugar:

Arnaldo Curvello e Valter Costa Neto

##### 3º lugar:

Maurício Antun e Milton Moraes

#### Mista

##### 3º lugar:

Maurício Antun e Carmen Ribas



Premiação: Vice-Presidente de Esportes Aldo Saltini com Ana Maria André, Angelica Wiegand, Adriana Julien, Carmen Ribas, Giovanna Ramos e Milton Moraes



Equipe Masculina A- Milton Moraes, Maurício Antun, Arnaldo Curvello e Valter Costa Neto

### Categoria B

#### Feminina

##### 3º lugar:

Ana Paula Allievi e Paola Carvalho

#### Masculina

##### 1º lugar:

Arnaldo Curvello e Felipe Macedo

#### Mista

##### 2º lugar:

Ana Paula Allievi e Carlos Allievi



Cat B - Ana Paula Allievi, Elisabete Bertolini, Paola Carvalho, Angelica Wiegand, Adriana Julien e Carmen Ribas como capitã

### Categoria C

#### Feminina

##### 1º lugar:

Adriana Julien e Paula Allievi

##### 3º lugar:

Adriana Hime e Vilma Costa

#### Masculina

##### 1º lugar:

Henrique Carvalho e Milton Moraes

#### Mista

##### 1º lugar:

Milton Moraes e Adriana Julien



Cat B - Carlos Allievi, Felipe Macedo, Arnaldo Curvello, Henrique Carvalho, José Luis Pinto e Milton Moraes



Cat C - Adriana Julien, Sergio Menon, Henrique Carvalho, Vilma Costa, Ana Paula Allievi, Milton Moraes, Adriana Hime e Carmen Ribas como capitã

# Primeiro Encontro de Futevôlei do Paineiras



Michele, Camila, Andre, Sergio, Grillo e Rodolfo

No dia 9 de junho, um maravilhoso domingo de sol, foi realizado o 1º Encontro de Futevôlei na quadra de areia do Clube. As 8 duplas disputaram 16 jogos em ótimo clima, pois além da ajuda de São Pedro, os atletas contaram com a excelente infraestrutura do Paineiras (elogiada por todos os participantes) e a perfeita organização do evento, realizada com a parceria entre a Federação Paulista de Futevôlei e o Instituto Ivan Guimarães.

O grande charme do torneio, sem dúvida nenhuma, ficou por conta da participação de 3 duplas femininas, que emprestaram graça, beleza e muito talento para a disputa. A competição contou com nossos atletas, além dos clubes Paulistano, Pinheiros, Esperia e Círculo Militar.



Vivian e Marina



Cabelo e Luciano



Gisele e Paula

O público presente confirmou a grande receptividade que o esporte está obtendo nas quadras dos clubes sociais da cidade. As nossas 3 duplas, todas iniciantes, fizeram bonito, com expressivas vitórias ao longo da competição e jogando de igual para igual com as duplas convidadas. A disputa final ficou entre as 2 duplas do Paulistano, que levaram para casa troféus e bolas oficiais oferecidas pelo IGF (IVAN GUIMARÃES FUTEVOLEI).

Rodolfo e Grillo, a dupla paineirense melhor classificada, venceu na disputa pelo 3º Lugar a melhor dupla feminina do estado de São Paulo, Michele e Camila, do Esporte Clube Pinheiros. A entrega da premiação foi feita pelo Diretor Geral de Esportes do Paineiras, Flavio Bulcão Carvalho.

Durante o evento a postura de todos os atletas e expectadores foi nota 10, curtindo o sol, a música e os excelentes jogos.



Flavinho, Binho, Lendia, Grillo, Rodolfo, Cris e Luke

Realização:



Apoio:



# Futebol

## Paineiras rumo à vitória, no Campeonato Interclubes - 2013

O Clube Paineiras vem mostrando cada vez mais a força de seu futebol e melhorando o seu ambiente de aprendizado e treinamento. Atualmente, a nossa equipe está participando do Campeonato Interclubes - 2013, disputado entre os principais clubes da cidade. A competição, que teve início no mês de abril, está dividida em 5 categorias e o Paineiras está representado em 4 delas: 30+, 40+, 49+ e 57+.

Pela categoria 30+ estamos na segunda posição, com 6 pontos, tendo vencido os dois jogos que disputamos, por 4x3 contra o Paulistano, jogando no Paineiras, e 5x3 contra o Ypiranga, jogando fora de casa. Nosso **artilheiro** é **Giuliano Aquino**, autor de 3 gols. O próximo embate será contra o Alphaville, também fora de casa.

Na categoria seguinte, a 40+, o Paineiras obteve 2 vitórias, 1 empate e 1 derrota, em 4 jogos. Depois de empatar na estreia contra o Sírio (1x1, como visitante), foi derrotado por 3x0 pelo Ipê Clube, jogando no Ipê. Na terceira rodada, vencemos a AABB por 3x2 em casa e confirmamos a reação ao vencer o Jaraguá por 6x1, também no Paineiras, assumindo a liderança da competição com 7 pontos. O **artilheiro do campeonato**, até o momento, é o paineirense **Marcelo Menna**. Na próxima rodada, vamos receber nosso vizinho, o São Paulo, para a sequência da competição.

A categoria 49+ também está invicta, vencendo seus dois primeiros confrontos. Ambos em casa, pelos placares de 2x0, contra o SPAC, e 3x0 contra o Coopercotia. Com 6 pontos, está na segunda posição. Na artilharia da equipe, até o momento ninguém se destacou. **Alessandro Pagano, Bruno Primati, Fernando Leite, Luis Augusto e Ricardo Caruso** marcaram os 5 gols da equipe até o momento. No próximo duelo, o Paineiras visitará o Jaraguá.

E nossa equipe 57+ começou com tudo, vencendo o Paulistano por 4x1, jogando no Jaraguá. Dessa forma, nosso time se coloca na segunda posição e agora volta ao Jaraguá para enfrentar os donos da casa e tentar assumir a primeira posição da categoria. Ainda não temos um artilheiro isolado. Temos nossos craques com 1 gol cada: **Fernando Leite, José Figueiredo, Dulmar Lavoura e Ariovaldo Rabello**.

Na próxima edição, teremos mais resultados das novas rodadas e o andamento da competição, que esperamos ser somente de vitórias para o Paineiras! Fique na torcida e acompanhe os jogos em nosso Clube, confira a agenda!



## Gramado novo no campo de Futebol

Nosso campo de futebol está passando por uma reforma geral, em que será substituído o gramado sintético por grama de reconhecida qualidade (top de linha), tornando o Paineiras detentor de um dos melhores gramados de São Paulo, na categoria sintética.

Tudo isso sem atrapalhar a rotina de nossos associados, que vão poder manter seus treinos no campo de futebol society, que também possui gramado sintético de boa qualidade. O campo permite a realização de grandes rachões e muitas festas, já que os jogos agora ficaram mais próximos da churrasqueira.

Não fique de fora! Em agosto está programado o início da VII SUPER COPA DE FUTEBOL. Fique de olho na tabela.



Futebol é uma paixão paineirense!

CARIBE TROPICAL

DIVERSÃO ? FAMÍLIA ? CALOR

*inclua tudo isso em suas férias.*

**pullmantur**  
Incluindo mais alegria em sua vida!

camplo mkt

**7 NOITES**  
A BORDO DO HORIZON

ENTRADA DE  
R\$230,20

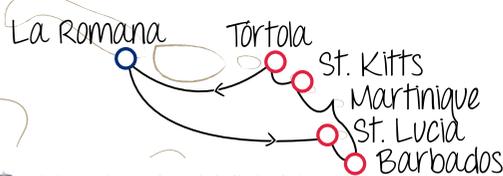
**+9x R\$ 102**,31

TOTAL DE R\$ 1.151,00

PREÇO POR PESSOA

**Caribe Tropical - 2013**

30/11/2013 a 12/04/2014



Embarque dos cruzeiros pelo Caribe Tropical.

Dia	Escala	Chegada	Partida
Sáb	La Romana	Embarque	23:00
Dom	Navegação	Navegação	Navegação
Seg	Santa Lucia	10:00	18:00
Ter	Barbados	10:00	18:00
Qua	Martinique	08:00	20:00
Qui	St. Kitts	08:00	20:00
Sex	Tórtola	07:00	13:00
Sáb	La Romana	07:00	23:00

**ROTEIRO: LA ROMANA, ST. LUCIA, BARBADOS, MARTINIQUE, ST. KITTS E TÓRTOLA.**



ADV TOUR  
11 2167-0633

AGAXTUR  
11 3067-0900

ANCORADOURO  
0800 721 4999

CVC  
11 2191-8410

FLOT  
11 4504-4500

JVS  
11 4223-4223

LUXTRAVEL  
11 3017-5656

MARSANS  
11 2163-6800

NASCIMENTO  
11 3156-9944

NEW AGE  
11 3138-4888

SANCHAT TOUR 11  
3017-3140

VISUAL  
11 3235-2000

Preço base em reais, por pessoa, sujeito a disponibilidade. Tarifas exclusivamente parte marítima. As tarifas acima apresentadas não incluem taxas aéreas, portuárias e/ou de serviços. Entrada de 20% (dinheiro ou cheque) e parcelamento em 9X sem juros para pagamentos em cheque (sujeito aprovação pela TCN) ou em 10X sem juros no cartão de crédito das bandeiras Visa, Amex, Dinners e Mastercard. Preços e condições promocionais sujeito à disponibilidade em cada saída e alteração sem aviso prévio. Tarifas exclusivas para vendas individuais, não válido para Grupos e Grupos de Adesão. Consulte nossas condições gerais no site [www.pullmantur.com.br](http://www.pullmantur.com.br)

# SCORP

## Setor de Corredores de Rua do Paineiras

### Atletas da Melhor Idade

Nossos atletas na melhor idade estão com pique invejável.

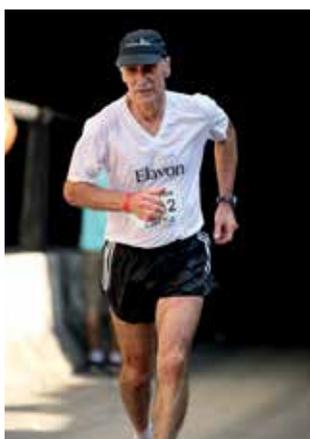
A melhor forma de passar uma mensagem para nossos jovens é fazer com que eles prestem atenção em nossos atletas da melhor idade. Eles praticam seus exercícios e correm maratonas no maior pique, dando um banho na galera e agitando as corridas com sua boa forma. Aproveite você também e se inspire em nossos melhores exemplos.

A revista do Paineiras foi bater um papo com seis de nossos atletas e ouviu frases ótimas, bem humoradas e muitas histórias de superação.

### Roberto Rodrigues, 70 anos, triatleta

Ele treina no Paineiras e começou a correr em 1982, quando se tornou sócio.

“Fiz provas de maratona em lugares super legais. A mais interessante foi a ultra maratona *Jungle Marathon*, realizada em sete dias na mata da região Amazônica, com 250 km de distância. Atualmente me organizo para uma prova na Groenlândia, com 180 km a serem cumpridos em seis dias. Intercalei provas de duathlon e triathlon às corridas para acompanhar minha filha, que também participava dessas provas. Fiz, inclusive, algumas provas de Ironman, nadando, pedalando e correndo em Porto Seguro, Florianópolis, Rio de Janeiro, Niterói e São Paulo, conseguindo até classificação para participar do Ironmam do Havai”.



### Álvaro Teno, 66 anos

Álvaro começou a correr para acompanhar um amigo, e hoje faz por prazer.

“Decidi correr quando o médico disse a um amigo meu, ou você corre ou vai tomar remédio para a pressão pela vida inteira. A última corrida de que participei foi o Circuito Athenas (Hotel Transamérica) em 19 de maio – 10 km em 46 min 23 seg (4:38 p/km). Hoje, com o apoio do Prof. Carlos Cherpe, estou num processo de treinamento para correr a Maratona Oficial de São Paulo, em outubro de 2013. Estou muito satisfeito e torcendo sempre, para que a sociedade em geral comece a praticar esportes objetivando uma boa qualidade de vida”.

### João Miranda, 79 anos

João sempre gostou de correr, esse é seu segredo de longevidade.

“Talvez se não praticasse corridas, bem como outros esportes, certamente não estaria aos 79 anos, dando minhas corridinhas por aí, e em atividade profissional, dirigindo, trabalhando e andando pela cidade de São Paulo. Fiz 13 maratonas (algumas delas com pódio), 20 São Silvestres, das meias maratonas, perdi a conta, muitas aqui e outras no exterior. Na sala de ginástica do Clube me perguntam: Como você consegue fazer 20 a 30 voltas na pista, sem parar, com essa idade? Eu respondo sempre, comecem devagar e aos poucos vão aumentando o ritmo e as distâncias e logo estarão como eu, e outros companheiros, correndo 5 ou 10 km”.



### Darci Garçon, 74 anos

Darci já corre há 18 anos e acredita no esforço e persistência!

“Comecei em 1995. De lá para cá, acumulei 418 medalhas de participação e tenho vários troféus de classificação na faixa etária, um dos quais foi trazido da Mid Night Sun Marathon, em Tronzo, Noruega, e centenas de camisetas. No total, corri 52 meias maratonas. No exterior, participei de 37 provas, 28 das quais também meias maratonas. Tenho dados registrados de todas as provas das quais participei, desde a primeira (data, tempo líquido, numeral, classificação). Recomendo os treinos do SCORP, não custa fazer uma experiência: em poucos meses qualquer um, independente de sexo, estará correndo uma das inúmeras provas bonitas que existem em São Paulo”.

# 13ª Edição da Corrida e Caminhada GRAACC

Realizada no dia 12 de maio, no Ibirapuera, com apoio e estrutura do SCORP.  
Acompanhem os resultados da GRAACC no percurso de 10km:

Álvaro Teno 46:24  
Ítala R. G. Ignácio 48:56  
Wágner Gonçalves Ferreira 51:41  
Wagton Lincoln Barreto 52:59  
Dalmo Naville 54:49

Nélson da Silva Vilares 55:38  
Diana Jaen Saad 55:38  
Newton Carlos Nishi 57:30  
Luciana Fontana Pimentel 58:36  
Ricardo Melaragno 01:03:01

Eliane Cinelli Sendelbach 01:03:01  
Thiago Cinelli Sendelbach 01:03:01  
João Branco Miranda 01:05:08

## Bertioga – Maresias

O Revezamento Bertioga Maresias 75 km é uma prova mais que especial, por seu cenário natural pra lá de convidativo, com vista para o mar e as praias de Maresias e de Bertioga. Difícil imaginar um lugar mais agradável para se praticar uma boa corrida! A união de mar e floresta, num percurso de beleza inigualável, proporciona aos participantes momentos de imenso prazer e de qualidade de vida.



Os primeiros raios de sol ainda não tinham nascido, mas nossos corredores já estavam a postos para a primeira largada da categoria “solo”.

Carlos Pires, Nilton Guarnieri,  
Paulo Zupo, Newton Nishi,  
Paulo Damiani e Marcelo Rotella

Jose Humberto, Luciana Burr,  
Regina Castro, Fabiola Baldacci e  
Andreas Burr

Luis Flavio, Carla Mendes,  
Carlos Hazeel

O clima estava nublado às 6h30 e lá se foram nossos atletas para uma incrível prova de resistência. Em seguida, a largada da categoria “trio”. E logo após, sempre mantendo o intervalo de 45 minutos entre uma largada e outra, saiu a categoria “aberto” e, por fim, largaram os atletas da categoria “força livre”, que exige bastante determinação e força dos atletas desde o momento dos treinos.

O Paineiras participou com quatro equipes do SCORP. Duas delas na categoria “trio” e duas na categoria “Aberto”, com 17 corredores no total.

Temos que parabenizar o Trio Feminino formado pelas corredoras Erica Hazeel, Itala Ignácio e Renata Azanha, que conquistou o terceiro lugar na categoria, com o tempo de 6:27:05. Parabéns para nossas meninas!

Confira os tempos de todos os grupos paineirenses:



Andreas Burr



Trio SCORP



Itala, Erica e Renata



Trio SCORP - 06:27:05, com Erica Hazeel, Itala Ignácio e Renata Azanha

Equipe “Tamo Junto” - 06:49:30, com Carla Mendes, Carlos Hazeel e Luis Flávio Mendes

SCORP Drinks - 07:03:20, com Carlos Pires, Marcelo Rotella, Newton Nishi, Nilton Guarnieri, Paulo Damiani e Paulo Zuppo

SCORP Paineiras - 07:22:26, com Andreas Burr, Fabiola Baldacci, José Humberto Agoston, Luciana Burr e Regina Castro.

## Track&Field Run Series – Shopping JK Iguatemi

Está chegando a hora de curtir mais esse circuito de corrida, feito com segurança, para os apaixonados pelo esporte. Reúna seus amigos e venha correr com a gente a Track&Field Run Series – Shopping JK Iguatemi, que acontecerá dia 7 de julho. A prova terá validade para o ranking interno do SCORP. Serão dois percursos de 5 km e 10 km.

Participe! ([www.tfrunseries.com.br](http://www.tfrunseries.com.br))

Dia: 07 de julho, domingo às 7h  
Largada: Em frente ao Shopping JK Iguatemi

## 3ª Etapa do Circuito Athenas

Venha participar do Circuito Athenas, que será realizado dia 21 de julho, em São Paulo, com o apoio e estrutura do SCORP, também valendo para o nosso ranking interno. Nesta etapa os percursos são 2 km, 10 km e 16 km, com previsão de participação de mais de 5 mil corredores.

Quem completar as três etapas vai levar a Tríplíce Medalha. Corra e garanta a sua inscrição. ([www.circuitoathenas.com.br/2013/](http://www.circuitoathenas.com.br/2013/))

É o circuito ideal para quem quer superar desafios e obter evolução gradual durante o ano.

Dia: 21 de julho, domingo às 7h  
Largada: Av. das Nações Unidas (Marginal Pinheiros) sob a Ponte Transamérica

# Fitness

## Conhecendo a Ginástica: Aulas Polivalentes

Nesta edição, dando sequência à apresentação das aulas de ginástica, vamos falar das aulas consideradas Polivalentes, ou seja, que são voltadas para o desenvolvimento de diversas capacidades ou habilidades físicas.

O Paineiras oferece as seguintes opções de aulas polivalentes: Circuito, Condicionamento Físico Total e Condicionamento Físico para a Terceira Idade.

### **Ao pé da letra:**

O que é uma aula de circuito: com exercícios aeróbios e localizados, distribuídos e realizados em estações, ou seja, trata-se de uma série de atividades que procuram desenvolver a aptidão física de uma forma ampla, pois incluem movimentos de força e tonificação, assim como exercícios para aumentar a resistência e o fôlego.

As aulas de circuito são amplamente utilizadas, não somente na Ginástica, mas em diversas modalidades, como o Pilates e o Treinamento Funcional. São compostas por estações, em que o aluno alterna o tipo de exercício entre elas. Em uma estação o aluno pode realizar abdominais, sendo que pedala na seguinte e na próxima, precisará driblar cones, e assim por diante. Por possuir essa estrutura, essas aulas são muito dinâmicas e animadas.

As aulas de Condicionamento Físico Total são muito semelhantes às de Circuito em termos de objetivos, porém, em geral, as de Circuito incluem mais exercícios de resistência.

O Condicionamento Físico para a Terceira Idade também é polivalente. Esta aula é abrangente, porém, por ser direcionada à terceira idade, costuma possuir exercícios um pouco mais controlados.

### **No Paineiras você pode participar nos seguintes horários:**

#### •Circuito

Segundas-feiras, das 8h às 8h55 e das 18h10 às 18h55

#### •Condicionamento Físico Total

Quartas-feiras, das 8h às 8h55

#### •Condicionamento Físico para a Terceira Idade

Quartas e sextas-feiras, das 9h15 às 10h

Venha participar!

## Etiqueta na Academia

### O uso correto dos equipamentos proporcionam Bem-Estar e Segurança

#### **Cuidado com os Bancos**

Os bancos são equipamentos relativamente simples e de pouco uso quando comparados aos aparelhos de musculação. No entanto, há quem os utilize para realizar exercícios de força para as pernas, como se estivesse subindo em um degrau bem alto.

O problema dessa prática, é que esses equipamentos não são apropriados para essa atividade e com esse uso indevido, os bancos ficam danificados. Nesse caso, a fim de preservar o material que a academia oferece, é importante que o usuário procure realizar os exercícios sempre nos aparelhos corretos para a sua prática e com o auxílio de um professor.

#### **Manipulação de Halteres**

Outro exemplo em que a manipulação incorreta do material costuma causar danos é a forma como os usuários lidam com os pesos de mão ou halteres, jogando-os no chão ao invés de apoiá-los com cuidado, por exemplo. Estes acessórios costumam ser revestidos por uma capa emborrachada, o que prejudica a percepção do praticante quanto ao estado de conservação do material. Além é claro, da questão de segurança, pois os halteres são utilizados em diversos exercícios, se um deles desmontar e cair, pode causar lesões muito sérias. Pensando no

bem-estar e conforto de nossos associados, recomendamos a utilização correta e cuidadosa do equipamento.

#### **Alongamentos em local impróprio**

Os alongamentos costumam ser realizados no início ou no final da sessão de exercícios e as salas de Fitness possuem um espaço específico destinado à sua execução. Entretanto, por uma questão de praticidade, alguns usuários adotam qualquer aparelho como um acessório para a realização de alongamentos. É o caso das esteiras, por exemplo, este aparelho não foi fabricado para esse propósito, e com o tempo os equipamentos sofrem danos irreparáveis. É fundamental que o aluno, com ajuda de um professor, esteja atento a esses detalhes, especialmente pensando em seu bem-estar e rendimento nos treinos.

Nosso Fitness disponibiliza equipamentos de última geração, usufrua desses benefícios para a sua saúde e condicionamento físico.

**Vamos zelar pelo que é nosso!**

## Novos Equipamentos nos Estúdios de Pilates do Paineiras

O Setor de Fitness, prossequindo na estruturação e melhoria dos seus serviços, acaba de receber dois novos Reformers para os estúdios de Pilates, e eles já estão em funcionamento.

O Reformer é um equipamento importante para a realização dos exercícios de Pilates. O aparelho é composto por uma plataforma deslizante, que funciona como uma espécie de carrinho. Este carrinho se apoia sobre uma estrutura retangular semelhante à de uma cama, onde a pessoa pode se posicionar confortavelmente.

A principal função do Reformer é gerar instabilidade. O deslizamento do carrinho, aliado à existência de molas, polias e cordas, permite a execução de mais de cem exercícios. Por meio de diferentes posturas, é possível desenvolver capacidades e habilidades tais como força, flexibilidade, coordenação motora e equilíbrio.



### Um pouco sobre a história do Pilates

Antes da Primeira Guerra Mundial, Joseph Pilates mudou-se da Alemanha para a Inglaterra e, com a eclosão da guerra, ele foi indicado para um campo de internação, onde trabalhou com os prisioneiros feridos de guerra. Com o intuito de promover a recuperação dessas pessoas, Pilates aproveitou-se das molas das camas do hospital para realizar exercícios de resistência aos seus pacientes. Assim nasceu o Reformer, a base do Pilates.

Temos aulas de segunda a sexta-feira, das 7h às 22h e aos sábados das 8h às 12h.  
Para inscrever-se na modalidade procure a Central de Atendimento – CAT.

**Venha fazer Pilates no Paineiras!**

## Circuito Junino



Os eventos de sucesso no Paineiras se repetem, e assim, o Circuito Fitness Junino, que aconteceu no dia 6 de junho num belo sábado, foi muito animado, no mesmo alto astral do ano anterior. Ocupamos as quadras do Vale (em frente à sala de musculação) com oito estações de exercícios variados, utilizando todos os recursos do Fitness.

Por volta das 10h os participantes começaram a chegar e encontraram as quadras decoradas e os professores a caráter para animar o dia junino de malhação. A trilha sonora também era típica, ao som da banda Clube Sertanejo. Essa super aula especial incluiu todo o condicionamento físico, com Ginástica, Musculação, Pilates e Treinamento Funcional.

Para aquecer, o dia começou com uma aula de dança country conduzida pela professora Camila. Em seguida, começou o Circuito, propriamente dito, sob o comando do Professor Rodrigo, e os alunos presentes foram divididos em quatro grupos. As atividades contaram com a participação de vários alunos. Cada grupo de alunos tinha cinco minutos para usar cada estação de exercício, quando soava um berrante e eles tinham que mudar de estação, bem ao clima de gincana junina!

Após uma hora e quinze minutos de evento, os alunos foram reunidos no centro das quadras, em uma grande roda e a banda comandou a nossa quadrilha Fitness. Foi um arraiá pra lá de divertido! E depois de tanto esforço e suor, chegou a recompensa: uma mesa com pratos típicos juninos, com muita canjica, curau, pipoca, pé de moleque, paçocas e muito pão de queijo!

E para queimar essas calorias das comidinhas deliciosas? Não se preocupe, já está tudo compensado depois desse dia intenso de exercícios!

**Não percam nossos próximos eventos! Fique atento à nossa agenda!**

# Boxe no Paineiras

A nobre arte continua tendo seu lugar



O boxe teve sua fase áurea no Brasil entre os anos 60 e 80, com o surgimento dos grandes campeões Eder Jofre, Adilson Maguila e, mais recentemente, Arcelino Popó de Freitas, mas depois disso houve uma fase de abandono da modalidade. Hoje, a mídia está apontando para o MMA, com o famosíssimo campeonato UFC (Ultimate Fighting Championship). Para quem não sabe, alguns atletas de MMA, também treinam o boxe para aprimorarem seus golpes e seus movimentos.



a verdade, pois nos Jogos Olímpicos de Londres em 2012, o país conseguiu um feito que não acontecia desde 1968, com Servílio de Oliveira, Yamaguchi Falcão e Adriana Araújo que conquistaram medalha de bronze e uma de prata com Esquiva Falcão. Esses feitos podem dar maiores esperanças aos brasileiros amantes da nobre arte. O Brasil conta com boxeadores de qualidade e com potencial pra alcançar os primeiros lugares nos ringues pelo mundo afora.

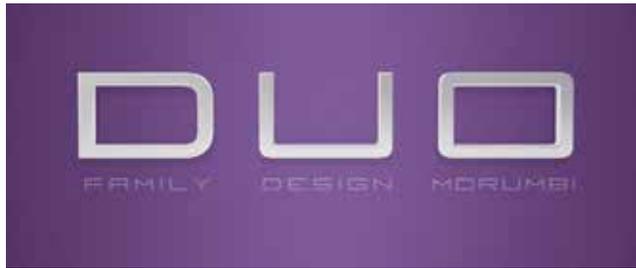
No Brasil, temos muitos lutadores participando do MMA, inclusive, alguns donos de cinturões, como Anderson Silva e José Aldo, e outros que continuam entre os melhores do UFC.

Alguns dizem que, no Brasil, o Boxe “fechou suas portas” após a aposentadoria de Popó Freitas, mas isso não reflete

No Paineiras acreditamos, que o boxe pode e deve continuar sendo valorizado, e para tanto, estamos aprimorando constantemente nossas instalações e equipamentos, mantendo uma equipe especializada e que confia na importância e no desenvolvimento da modalidade. Nossos alunos continuam firmes na frequência das aulas e estamos ansiosos pelas novas gerações de atletas.



Venha conhecer o boxe com a gente!



VIVA ESSA EXPERIÊNCIA NO APARTAMENTO  
MAIS SOFISTICADO DE SÃO PAULO.



**175 E 243 M<sup>2</sup>**  
**3 OU 4 SUÍTES**

**LIVING COM PÉ-DIREITO  
DUPLO DE 5,55 M\***

**24 MIL M<sup>2</sup>**  
DE TERRENO

**10 MIL M<sup>2</sup>**  
DE ÁREA VERDE  
PRIVATIVA

**:: O ALTO PADRÃO COM O MELHOR CUSTO-BENEFÍCIO DE SÃO PAULO.**

ATO + 30/60/90/120	27 MENSAIS 1ª EM 12/2013	3 ANUAIS 1ª EM 1/2014	PARCELA ÚNICA EM 2/2016	FINANCIAMENTO	TOTAL	PREÇO/m <sup>2</sup>
R\$ 20.400	R\$ 3.300	R\$ 29.500	R\$ 68.100	R\$ 1.013.300	R\$ 1.361.225 **	<b>R\$ 5.596</b>

**VISITE O APARTAMENTO DECORADO :: RUA RAIMUNDO SIMÃO DE SOUZA, 26**  
**:: ENTRE AV. JOSÉ GALANTE E AV. GUILHERME DUMONT VILLARES**

INTERMEDIÇÃO:



[WWW.DUOMORUMBI.COM.BR](http://WWW.DUOMORUMBI.COM.BR)

INFORMAÇÕES: **11 3501.5431**

REALIZAÇÃO E INCORPORAÇÃO:



**TISHMAN SPEYER**

Memorial de Incorporação do empreendimento registrado em 29/8/2012, sob o R.12, na matrícula nº 193.066, do 18º Cartório de Registro de Imóveis de São Paulo. Central de Atendimento Abyara Brokers: Av. República do Líbano, 1.110 - Ibirapuera - São Paulo-SP - CEP 04502-001 - Creci: 20.363-1 - Tel.: (11) 3888-9200 - [www.abypara.com.br](http://www.abypara.com.br). Diariamente até as 21 horas. Creci Abyara: 30.363-J. Central de Atendimento: Elite Brasil Inteligência Imobiliária - Av. Brasil, 876 - São Paulo-SP. Tel.: (11) 3893-0000. Diariamente até as 21 horas. Creci Elite: 20.302-J. As metragens das unidades compreendem o depósito privativo. \*Apartamentos do 26º e 27º pavimentos possuem pé-direito duplo de 4,11 e 4,69 m, respectivamente. \*\*Valores para a unidade C22 (243, 26 m²), ato + 30/60/90/120: R\$ 20.400 (total R\$ 102.000); 27 mensais (1ª em 12/2013) de R\$ 3.300 (total R\$ 89.100); 3 anuais (1ª em 1/2014) de R\$ 29.500 (total R\$ 88.500); Parcela única (em 2/2016) de R\$ 68.100; financiamento R\$ 1.013.300; total R\$ 1.361.225. Tabela referente ao mês de julho/2013.

# Snooker



## Torneio Juvenil

O inédito Torneio Juvenil, realizado entre os meses de abril e junho, reuniu 22 jovens adeptos à modalidade, que participaram das disputas divididas em 2 grupos, jogando entre si, classificando os melhores de cada grupo para a próxima fase, até as finais.

Para essa categoria, foram usadas "bolas numeradas" nos jogos, possibilitando o que chamamos de "mais jogo". Parabéns aos jovens pela técnica apurada e por demonstrar que o Snooker é um esporte para todas as idades.

## Torneio de Snooker Adulto

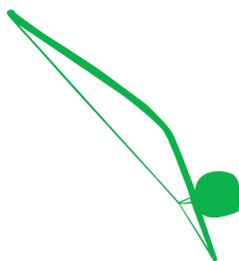
Na categoria adulta, tivemos os Torneios com a Regra Inglesa e com a Regra Brasileira, iniciados em abril, com partidas de tirar o fôlego, que prenderam a atenção dos espectadores pela aguçada pontaria dos vencedores.

Até o momento já foram realizados mais de 50 confrontos. O novo espaço do Snooker está movimentando as tardes e as noites paineirenses.



Passe por lá para conferir e mostrar suas habilidades!

# Capoeira no Paineiras



Gosta de se movimentar com exercícios rápidos? Quer melhorar sua agilidade? Então venha conhecer o curso de Capoeira do Paineiras. Esta modalidade vem atraindo o interesse de muitas pessoas que querem unir o condicionamento físico a uma atividade diversificada, que vai mexer com seus músculos e sua mente.

A Capoeira do Paineiras está pronta para receber novos adeptos! Temos uma sala com acessórios próprios da modalidade, customizada, especialmente para todos entrarem no clima, possuímos todos os instrumentos musicais usados como o berimbau e o atabaque, piso de madeira, ventilação, espelhos e materiais didáticos para apoio, está tudo pronto e tinindo. Só falta a sua presença para ficar completo!

Complementando as aulas de nossa programação diversificada, são promovidas mensalmente as conhecidas "rodas de capoeira", onde os praticantes podem mostrar todo seu aprendizado, de forma descontraída e muito animada.

As aulas acontecem todas as terças e quintas-feiras, a partir das 17h.

O nosso Instrutor Marcos Veríssimo é Mestrando de Capoeira e responsável pelo Grupo Caifazes, e já está atuando no Paineiras há 12 anos.

**Venha participar de uma aula experimental e surpreenda-se!**



WERTHEIM  
IMÓVEIS

## Deixe tudo nas mãos da Wertheim Imóveis e fique tranquilo.

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

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

**REAL PARQUE**  
**R\$ 700.000,00**  
**3 dorms (1 suíte)**  
**127m<sup>2</sup> / 2 vagas**  
**Apto - Ref WI 37641**

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

**REAL PARQUE**  
**R\$ 893.000,00**  
**2 dorms (1 suíte)**  
**132m<sup>2</sup> / 2 vagas**  
**Apto - Ref WI 37593**

**REAL PARQUE**  
**R\$ 1.100.000,00**  
**4 dorms (3 suítes)**  
**175m<sup>2</sup> / 2 vagas**  
**Apto - Ref WI 37583**

**REAL PARQUE**  
**R\$ 1.500.000,00**  
**3 suítes**  
**211m<sup>2</sup> / 4 vagas**  
**Apto - Ref WI 37564**

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**

# Voleibol

## Vôlei Sentado

Como sempre, com muita torcida e animação, aconteceu entre os dias 30 de maio e 02 de junho, feriadão de Corpus Christi, o I Troféu Sergio Del Grande de Vôlei Sentado. Os jogos foram realizados no Centro Olímpico de São Paulo, sede do Clube dos Paraplégicos.

Várias equipes participaram da competição: CPSP/TOTVS (campeã brasileira série A 2012), SESI/SP (vice campeã brasileira série A 2012), ANDEF (4º colocado no brasileiro série A 2012), BARUERI (5º colocado no brasileiro série A 2012), TOTVS/CPSP (6º colocado no brasileiro série A 2012), VASCO (participa da série B do campeonato brasileiro) e NUMEC (participa da série B do campeonato brasileiro), além do nosso Paineiras, estreante no Circuito do Vôlei Sentado.



Neste torneio, os jogos classificatórios foram disputados com o melhor de 3 sets e os jogos de semi-final e final, eram com o melhor de 5 sets.

**E o Paineiras foi o grande campeão!**

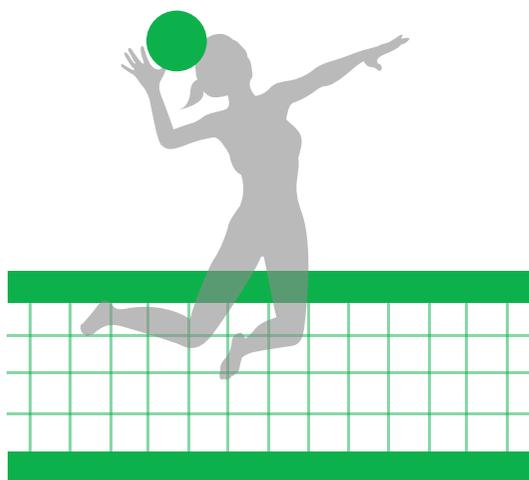
## Voleibol Máster bate recorde

Nosso Voleibol Máster alcançou mais um recorde! Estamos falando do número de praticantes que ingressaram na atividade no primeiro semestre deste ano. Para nós, é o reconhecimento das associadas e associados, pelo trabalho que vem sendo feito com a modalidade em nosso Clube.

Nossa equipe está participando ativamente de diversos campeonatos nesta temporada, ao todo temos 10 disputa, sendo 6 categorias no PEPAC Sindi-Clube e 4 no "Torneio do Luisão", que está se consolidando como evento tradicional no meio do Voleibol Máster. Aliás, queremos deixar aqui um breve comentário sobre a nossa equipe masculina, que segue firme rumo ao tri do campeonato. Parabéns aos meninos!

Quer participar? Fale com nossos técnicos nos diversos horários de treinos, pela manhã e à noite, e sejam muito bem-vindos!

Mais informações, consulte nossa Central de Atendimento – CAT.



## Festvôlei com Vitória do Paineiras – SEFFE / SAT

O Festvôlei aconteceu num sábado, dia 25 de maio, na Associação Brasileira A Hebraica, com jogadores de 11 e 12 anos de idade. As disputas foram acirradas, sempre 3 sets, e o Paineiras venceu uma das partidas. O Festival de Vôlei teve o objetivo de promover o esporte e o treinamento das atletas, portanto, todas receberam medalhas pela participação.

Nossas atletas iniciantes souberam controlar o nervosismo, e dificultaram bastante o jogo das adversárias! Parabéns meninas!



## Voleibol - Grand Prix de Modalidades – SEFFE / SAT

O 2º Grand Prix de Voleibol aconteceu em 26 de maio, numa bela tarde de domingo, com participantes da categoria de 12 e 13 anos, com 11 alunas inscritas. O Paineiras sediou o evento esportivo, que teve jogos muito disputados, em turno único, todos contra todos. As disputas atraíram grande público, que lotou as arquibancadas com muita torcida e vibração.

A grande final foi entre Paineiras e Jaraguá, e quem venceu foi o Jaraguá por 2x1. Mesmo com o resultado, a equipe estava cheia de gás e levantou o público. Além do Paineiras, também participaram do nosso Grand Prix os clubes: Banespa, Palmeiras e Jaraguá.



**Parabéns para nossas meninas!**

## Basquete – SEFFE/SAT



### Festival de Integração ACESC Hebraica

Basquete ACESC – Hebraica, da categoria Sub 13, que aconteceu em 19 de maio na Associação Brasileira “A Hebraica”.

Nossos atletas deram o melhor de si e isso foi mostrado em quadra com jogadas bem armadas e muitos passes finalizados em pontuação, e, nosso destaque em marcação de pontos foi **Patrick Peebles**. Nosso time foi orientado professor **Ari Rodrigues**.

Nossos atletas presentes no Festival: **Cesar Ramirez, Felipe Giusti, Felipe Reis, Fernando Mouad, Gustavo Giusti, João Costa, Luis Riccirad, Luiz Valente, Patrick Peebles, Pedro Serra, Rodrigo Contijo e Thomaz Peebles**.

## Basquete - Grand Prix de Modalidades

Nossa equipe de Basquete Sub 14 conquistou uma importante vitória, dia 25 de maio, numa partida emocionante, jogando em casa, contra os clubes Alphaville, Jaraguá e Monte Líbano.

E para o final da partida foi reservada a grande emoção, uma virada espetacular, com duas prorrogações, sobre a equipe do Jaraguá. O Paineiras sagrou-se Campeão Invicto.

Nossos calorosos parabéns aos vencedores: **Cesar Ramirez, Felipe Reis, João Costa, Luis Ricciardi, Luiz Valente, Patrick Peebles, Pedro Machado, Pedro Mine, Pedro Serra, Rodrigo Pires e Thomas Peebles**.

E também aos professores: **Ari Rodrigues e Julio Cesar**.



# Handebol

## Grand Prix de Modalidades – SEFFE / SAT

Nosso handebol feminino na categoria de 13/14 anos, pôde vivenciar sua primeira partida competitiva, com uma ótima e proveitosa performance de nossas meninas no Grand Prix de Handebol, que aconteceu dia 26 de maio no Paineiras. Elas driblaram a ansiedade e o nervosismo e conseguiram dar o melhor de si na partida.

O professor José Roberto comentou bastante empolgado sobre a competição, ao final do evento, “**Todos os participantes elogiaram a iniciativa e se propuseram a realizar em seus Clubes/Colégios um evento similar ao do Paineiras**”.



## Handebol, já pensou em praticar?

Dinâmico, ágil e naturalmente competitivo, o Handebol traz características semelhantes ao Voleibol, Basquetebol e Futebol. Em termos gerais é um esporte com bola, em que duas equipes disputam quem marca mais gols.

O Handebol é ideal para quem gosta de trabalhar em equipe na hora de praticar esportes, além de desenvolver diversas habilidades e propiciar muitos benefícios para a saúde. O esporte coletivo motiva a convivência em grupo e liderança.

A rapidez nos movimentos que ele exige do corpo estimula as funções cardiorrespiratórias e o aumento na resistência pulmonar. O gasto calórico é muito maior e em consequência disso, há uma perda considerável de gordura com ganho extra de massa muscular.

E o Handebol desenvolve outras áreas do seu corpo, muito além do físico, a mente e concentração também são trabalhadas. O jogo exige agilidade e precisão, já que as decisões precisam ser tomadas em segundos, para não ser surpreendido pelas jogadas do adversário.

Há algum tempo, o Handebol vem se desenvolvendo e crescendo entre as pessoas que procuram um esporte que estimule o corpo e a mente.

Aqui no Paineiras temos diversas turmas divididas por faixas etárias, e com certeza, uma delas vai se encaixar em seus horários.

**Pratique você também!**



# Educação do Movimento - SEFFE / SAT



## Gincana do Dia das Mães

Uma divertida gincana entre mães e filhos, com a participação de 65 alunos na faixa dos 3 aos 8 anos de idade. O evento aconteceu em 11 de maio e, como sempre, foi uma gostosa brincadeira. Foram duas horas de atividades recreativas de Educação do Movimento e Iniciação Esportiva no Ginásio do Vale, com mães e filhos se divertindo e praticando diversos movimentos juntos. Sem dúvida, um dia muito especial para ser lembrado!

# Ginástica Artística - SEFFE / SAT

*Encanto, graça e equilíbrio com as nossas ginastas*

## XV Festival Sabin de Ginástica Artística

Nossas ginastas continuam mostrando seu potencial e participando de importantes eventos da Ginástica. E assim foi no dia 11 de maio, no XV Festival Sabin de Ginástica Artística para atletas da Categoria A, de 5 a 7 anos e 8 a 10 anos de idade, no Colégio Albert Sabin. As professoras Cindy S. Tupiniquim e Debora Sousa treinaram nossa equipe.

Nosso Clube foi muito bem representado por 8 ginastas que se apresentaram com séries de exercícios nos quatro aparelhos oficiais da modalidade: salto, paralelas, trave e solo. Todas elas ganharam medalhas pela participação e vibraram com os excelentes resultados.



Carolina Amnicchino

**Parabéns às nossas ginastas que fizeram bonito no festival!**

Carolina Amnicchino, Isabela Saldanha, Isabella Almeida, Julia Toscano, Lis Caodaglio, Luana Zavatini, Rafaela Audi, e Manuela Mazzetto.



## Ginástica Artística no Colégio Pentágono

Nossas ginastas de 8 a 12 anos de idade se apresentaram no XXII Festival de Ginástica Artística, realizado no Colégio Pentágono, Unidade Morumbi. Foi também a estreia de algumas de nossas atletas em um festival, e mesmo assim deixaram o nervosismo de lado e mostraram todo o seu nível técnico avançado e autoconfiança, no dia 18 de maio. As meninas foram treinadas pela Professora Debora Sousa, e ao final, todas receberam medalhas pela participação.

**Conheça nossas ginastas: Clara Moses, Gabriela Costa, Luiza Santos, Mel Sanfino, Renata Pereira, Sabrina Horsz e Sophia Tavares. Parabéns a todas!**

## Festival de Ginástica Artística

As alunas, de 3 a 7 anos, puderam demonstrar todo o seu desempenho no Festival de Ginástica Artística realizado em 25 de maio, no Clube Alto dos Pinheiros. As nossas meninas se apresentaram em três aparelhos: salto, solo e trave e fizeram bonito. Com graça, equilíbrio e o encanto natural de cada uma, nossas atletas conseguiram aplicar todos os exercícios aprendidos nas aulas. As professoras Isabella Gentil e Lygia Estevam coordenaram e incentivaram a equipe.

**Conheça nossas alunas participantes: Ana Maria Ramalho Rondani, Izadora Rezende, Laura B. Simões, Maria Marchetti, Mariana Borges Arruda, Nicole Alves, Paula Milani, e Rosa Maria R. Rondani**



Izadora Rezende

# SEFFE/SAT

## Prepara nossas crianças para o futuro

No ano em que o Paineiras está completando 53 anos de sua fundação, a Diretoria promove uma ampla reflexão a respeito de nosso papel como formadores de futuros atletas.



Imagem Ilustrativa

Investimos e trabalhamos na formação e capacitação, para tornar cada vez melhores e mais qualificados nossos profissionais, para assim podermos entender e atender todas as necessidades do associado paineirense.

O SEFFE/SAT tem como principal missão suprir as expectativas de aprendizado de nossos associados e de seus dependentes. Acreditamos que podemos contribuir para a formação do indivíduo através da prática esportiva, como forma de saúde, lazer e cidadania.

O nosso Diretor do SEFFE/SAT, Silvio Rodrigues Rosa, falou sobre a abrangência dessa formação: “Nosso núcleo visa atender crianças já a partir de 1 ano de idade, com um trabalho de desenvolvimento motor, psicoafetivo e social, dando-lhes uma base forte e despertando o interesse pela prática esportiva, direcionando futuramente para escolha de uma modalidade específica”.

O desenvolvimento dos pequenos e dos adolescentes busca auxiliar no conhecimento de suas potencialidades e habilidades motoras básicas, com uma formação esportiva geral, para posteriormente complementar com a fase de refinamento dessas capacidades e habilidades.

Começar cedo é importante para um desenvolvimento mais efetivo e com resultados positivos na modalidade certa, é o que explica o Diretor, “A modalidade mais indicada para a criança iniciar o seu desenvolvimento motor, a partir dos 3 anos de idade, é o curso de Educação do Movimento, que tem como objetivo trabalhar os aspectos motores, sociais e afetivos de cada criança, desenvolvendo as habilidades locomotoras e aprimorando as capacidades físicas de forma lúdico-educativa, sendo a única sobrecarga, o próprio corpo, dando subsídio para sua continuidade nas outras modalidades esportivas”.

O trabalho bem feito se reflete na frequência dos 19 cursos oferecidos pela área formativa SEFFE/SAT. Temos aproximadamente 3.400 crianças e jovens inscritos.

O Diretor ainda ressaltou que a modalidade mais procurada é a Natação, “Temos aproximadamente 800 crianças inscritas nos cursos de Acqua Baby e Natação Kids, para crianças de 1 a 4 anos, com o trabalho de adaptação ao meio aquático, desenvolvimento físico, motor, afetivo e socialização e também na Natação SEFFE, a partir de 5 anos de idade, que trabalha com a adaptação à piscina funda e o aprendizado dos estilos nado crawl, costas, peito e borboleta, com suas respectivas saídas e viradas”.

Temos orgulho de trabalhar constantemente para melhorar nosso SEFFE/SAT e, nossa equipe muito bem treinada e muito bem entrosada, que funciona como uma grande engrenagem, movendo-se em prol de nossas crianças e adolescentes e, além disso, eles compartilham de nossa filosofia e desfrutam da mesma satisfação que sentimos ao ver cada criança/adolescente, ganhar a sua primeira medalha.



Equipe do SEFFE/SAT

**“Ver o tempo passar, participar das evoluções e ver as sementes germinadas crescerem, são os nossos preciosos frutos – NOSSAS CRIANÇAS”.** Sílvio Rodrigues Rosa, Diretor do SEFFE/SAT

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

## NOSSOS DIFERENCIAIS

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

COLÉGIO **Mater Dei** 50

## MATRÍCULAS ABERTAS 2013



Formando um mundo melhor

EDUCAÇÃO INFANTIL  
ENSINO FUNDAMENTAL  
ENSINO MÉDIO

COLÉGIO **Mater Dei** 50

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

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

[www.colegiomaterdei.net](http://www.colegiomaterdei.net)  
[facebook.com/materdeisp](https://facebook.com/materdeisp)  
[facebook.com/materdeisjc](https://facebook.com/materdeisjc)



# A programação está demais!

Faltam poucos dias para as férias e está tudo pronto para o Paineiras Camp! Temos muitas atividades imperdíveis esperando pelas crianças!

## 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.

## Os grupos!

Atenção acampantes!!! Identifique seu grupo, fique de olho na programação e não esqueça de vir com a roupa certa para cada dia:

### Grupo Vermelho, se você tem 3 ou 4 anos:

Dia	Tema	Traje
Segunda	Dia da cor Vermelha	Qualquer roupa vermelha
Terça*	Dia da Fantasia	Escolha a fantasia que você mais gosta!
Quarta*	Dia do Pijama	Venha com seu pijama mais confortável!
Quinta*	Dia do Esporte	Oba! Uniforme do futebol ou da sua modalidade coletiva preferida!
Sexta	Dia do Penteado Maluco	Muito gel com seu penteado mais maluco!
Sábado	Fantasia dos anos 60	Peça ajuda para os seus pais e arrase na fantasia!

\*Nestes dias, traga também sua roupa de banho, toalha, chinelo e protetor solar e roupa extra!

### Grupo Amarelo, se você tem 5 ou 6 anos:

Dia	Tema	Traje
Segunda	Dia da cor Amarela	Qualquer roupa amarela
Terça*	Dia das Cores	Meninos de azul e meninas de rosa
Quarta	Dia do Colorido	Venha com suas roupas mais coloridas!
Quinta*	Dia do Esporte	Oba! Uniforme do futebol ou da sua modalidade coletiva preferida!
Sexta*	Dia do Penteado Maluco	Muito gel com seu penteado mais maluco!
Sábado	Dia do Preto	Todo mundo de preto!

\*Nestes dias, traga também sua roupa de banho, toalha, chinelo e protetor solar e roupa extra!

### Grupo Verde, se você tem 7 ou 8 anos:

Dia	Tema	Traje
Segunda	Dia da cor Verde	Qualquer roupa verde!
Terça	Dia do Amarelo	Hoje a roupa é amarela!
Quarta*	Dia do Azul	Venha com sua roupa toda azul!
Quinta*	Dia do Esporte	Oba! Uniforme do futebol ou da sua modalidade coletiva preferida!
Sexta*	Dia do Colorido	Venha com sua roupa mais colorida!
Sábado	Show de Talentos	Venha preparado para sua apresentação!

\*Nestes dias, traga também sua roupa de banho, toalha, chinelo e protetor solar e roupa extra!

### Grupo Azul, se você tem entre 9 e 12 anos:

Dia	Tema	Traje
Segunda	Dia da cor Azul	Qualquer roupa azul!
Terça	Dia da Camiseta	Levar uma camiseta branca pra fazer pintura e também uma camiseta esportiva.
Quarta	Dia do Penteado Maluco	Muito gel com seu penteado mais maluco!
Quinta*	Dia do Mendigo	Venha com uma roupa muito, muito velha!
Sexta	Dia do Amigo	Combine com um amigo e venham iguais!
Sábado	Dia do Preto	Todo mundo de preto! Mas não esqueça dos acessórios: perucas, chapéus...

\*Nestes dias, traga também sua roupa de banho, toalha, chinelo e protetor solar e roupa extra!

### Dicas para todos os grupos:

1. Todos os pertences pessoais deverão estar com **nome e título do acampante**.
2. **Diariamente** trazer sunga, maiô, toalha, chinelo e protetor solar.
3. Trazer todos os dias roupas **extras (camiseta, calça, meias e blusas)**.
4. Trazer **todos os dias** pasta e a escova de dentes.
5. As atividades são realizadas em todos os espaços do Clube Paineiras, havendo diariamente **atividades manuais para todos os grupos**. Aconselhamos **bastante cuidado** na escolha das roupas de cada acampante.
6. **Em caso de chuva**, programação sujeita a alterações.

## Anote na agenda! Confira o calendário de aulas dos cursos do SEFFE / SAT

### Julho

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

### Agosto

**Dia 05**, segunda-feira: início das aulas no 2º semestre

# Aventuras dos Paineirenses pelo Mundo

Se viajar é preciso, os nossos associados seguem essa premissa à risca, e depois nos trazem seus emocionantes relatos, emoldurados por fotos e emoções. Conheça duas dessas histórias e viaje com a gente!

## Norair Chahinian e sua jornada à Turquia

A paixão por fotografia e pela sua própria história fez com que o paineirense Stepan Norair Chaninian fosse para Turquia saber mais sobre seus antepassados. As raízes armênias o levaram a querer conhecer em 2012, o maior símbolo da Turquia, através de anos de genocídio e de negação, o Monte Ararat. Essa é a montanha sagrada para os cristãos, onde a Arca de Noé teria sido encontrada em repouso após o Dilúvio. Norair se armou de sua câmera fotográfica e algumas lentes para clicar uma parte da herança armênia que ainda existe no país alçoz.

Escarlar o Ararat foi para ele mais do que um desafio, ele queria chegar ao cume. "Chegando ao topo, a sensação térmica é de -40° C, com vento de quase 100 km/h. Assim que o grupo todo chega, o guia já prepara a descida. São cerca de 5 horas para descer até 4.200 metros, local em que o grupo dorme mais uma noite, para no dia seguinte descer até os 2.200m da base. A descida é demais: você já subiu ao cume então a descida é relaxante e a paisagem é linda. É incrível, vale muito, muito a pena!"



## Du Dias e sua volta ao velho mundo de bike

No começo de abril o paineirense Du Dias embarcou para a Holanda para uma viagem de 6 meses de bicicleta pelo velho continente. A ciclo-viagem começou em Amsterdam e deve terminar em outubro, em Lisboa, passando pela Alemanha, República Tcheca, Áustria, Itália, Suíça, França, Espanha e Portugal, totalizando mais de 5 mil quilômetros de pedaladas. Até o fechamento desta edição da Revista Paineiras, o associado já tinha percorrido mais de 2 mil quilômetros e estava na Áustria, pedalando pela ciclovieira do Danúbio.

Quem quiser acompanhar a viagem pode acessar o blog [www.dicamelowordpress](http://www.dicamelowordpress) ou o facebook, [www.facebook.com/dicamelotrips](http://www.facebook.com/dicamelotrips).

Assim que ele voltar, terá mil histórias sensacionais para contar e com certeza nós iremos ouvir tudo e replicar aqui em nossa revista.



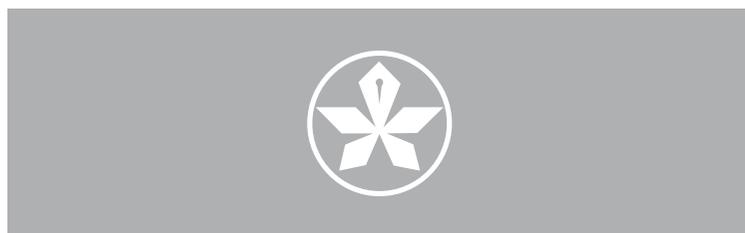
E então, o que achou? Ficou com vontade de contar a sua história inesquecível de viagem? Mande a sua aventura para nós. Ela pode ser publicada neste espaço!

# Agenda Paineiras - Julho e Agosto

● Eventos Institucionais ● Eventos Socioculturais ● Eventos Kids ● Eventos Esportivos

1º de julho

Cerimônia de Posse do Conselho Deliberativo  
Segunda, 20h – Boate



Quintas

Noite do Videokê  
20h – Piano Bar

Todos os finais de semana

Cine Paineiras - Sessões Adultas  
Sextas, às 20h30  
Sábados e domingos, às 19h  
Programação completa nas páginas 32 e 33



Sábado Musical

13 de julho

Sábado Musical  
Noite do Samba, com o Grupo Canta Brasil  
20h – Piano Bar

27 de julho

Sábado Musical  
Noite do Queijo e Vinho e tributo a Frank Sinatra, com Clério Santana e a Banda Bossa In Six  
20h – Piano Bar



Grupo Canta Brasil

05 de agosto

Retorno das aulas dos cursos culturais para o segundo semestre

11 de agosto

Almoço Especial Dia dos Pais  
Domingo, 12h – Salão Nobre

24 de agosto

Torneio de Tranca  
Sábado, 14h - Carteadado

31 de agosto

Baile do 53º Aniversário do Paineiras  
Sábado, 21h30 – Salão Nobre

Terças

Hora do Conto Brinquedoteca  
10h30 e 16h

Quintas

Circuito de Brincadeiras Brinquedoteca  
15h30  
Programação completa na página 35

Todos os finais de semana

Cine Paineiras Sessões Infantis  
Sábados e domingos, às 16h  
Programação completa na página 36

27 de julho

Teatro Infantil "Chapeuzinho Vermelho"  
Sábado, 11h – Cineteatro



Teatro Infantil "Chapeuzinho Vermelho"

01 a 06 de julho

Paineiras Camp

01 a 31 de julho

Rachões de Futebol Society  
Quartas, 19h  
Sábados, 7h

06 e 07 de julho

Polo Aquático  
Taça Infantil de Inverno  
Festival Sub 12  
Rio de Janeiro – RJ

06 e 07 de julho

Natação  
Campeonato Paulista  
Petiz de Inverno  
Guaratinguetá – SP

06 e 07 de julho

Natação Master  
XX Copa Brasil Master  
Rio de Janeiro – RJ

06 a 14 de julho

Tênis de Campo  
Circuito Nacional Correios  
Brasileirão  
Brasília – DF



07 de julho

SCORP – Track&Field  
JK Iguatemi  
Domingo, 7h – em frente  
ao Shopping JK Iguatemi

08 a 12 de julho

Tênis de Campo  
Clínica aberta  
Sexta, 8h30 | 14h | 18h  
quadras de tênis

12 a 18 de julho

Judô  
Copa Minas  
Belo Horizonte – MG

15 a 20 de julho

Paineiras Camp



21 de julho

SCORP – Circuito Athenas  
Domingo, 7h – Marginal  
Pinheiros, sob a Ponte  
Transamérica

22 a 26 de julho

Tênis de Campo  
Clínica aberta  
Sexta, 8h30 | 14h | 18h  
quadras de tênis

25 de julho

Roda de Capoeira  
aula especial  
Quinta, 19h – Sala de Capoeira

27 e 28 de julho

Peteca - 3ª Etapa  
Campeonato Paulista  
8h – quadras do vale

27 de julho

Tênis de Campo  
Challenger IS Open ATP Tour  
Quadras do Paineiras



# Serviços que você encontra no Paineiras:

## Beleza

**Barbearia Eleal**   
(Sede Social piso 2s) - 3779.2128  
Horário, de 1º a 31 de julho (em caráter experimental):  
Terça a sexta-feira, 8h45 às 19h45  
Sábado, 7h45 às 19h45  
Feriado, 7h45 às 12h45  
Domingo e Segunda-feira: 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**  
(ao lado do Cineteatro) - 3779.2036  
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 quinta: 8h às 20h | Sexta: 8h às 19h  
Sábado: 8h às 17h | Domingo e Feriado: 9h às 13h

**Boliche**  
(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 especial de atendimento - 10/07 a 02/08  
Segunda a sexta: 9h às 19h  
Sábado, domingo e feriado: 8h às 17h  
\*Na emenda do feriado de 9 de julho, dia 08 segunda, o horário será das 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 especial de atendimento (d e 01 a 31 de julho):  
Segunda a sexta: 9h às 19h  
Sábado: 9h às 18h  
E-mail: locacoes@clubepaineiras.com.br

**Estande de Vendas**  
(ao lado da Central de Atendimento) - 3779-2146  
Horário de atendimento:  
Segunda a sexta: 8h às 20h  
Sábado, domingo e feriado: 8h às 17h

**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 Lapoian) - 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 especial de atendimento em julho:  
Segunda a quinta: 9h às 20h  
Sexta e 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 Boliche**  
(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:  
Segunda: Restaurante fechado no período noturno  
Terça, quarta, quinta, sábado e domingo: 19h às 00h  
Sexta dançante (vide programação Sociocultural):  
21h às 02h

## 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.



## Horários Especiais

Não encontrou o que você procura?  
Entre em contato com a nossa Central de Atendimento pelos telefones: 3779.2010 / 2012

# 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)



# Off

*Mundo  
do Enxoval*  
Descontos de até 50%

Moema | Av. Lavandisca, 223 | 11 5051-3732  
Jardins | Rua Augusta, 2.792 | 11 3064-1315  
Shopping D&D | Piso Boulevard | 11 5507-5070  
Shopping Cidade Jardim | 1º Piso | 11 3758-4945  
Shopping Iguatemi Alphaville | 3º Piso | 11 4195-2006  
[mundodoenxoval.com.br](http://mundodoenxoval.com.br)

Televendas: 11 2348-9999

