

Formar pessoas competentes para a atividade acadêmica, para o mercado de trabalho e para a vida social são objetivos da escola. Fazer a diferença é o desafio!

NOSSOS DIFERENCIAIS:

- ✓ Google Learning Space
- ✓ 3D Experience Classroom
- ✓ Aulas de Inteligência com MindLab
- ✓ Avaliação individual Geekie
- ✓ Certificação Cambridge
- ✓ Google Apps for Education
- ✓ Intercâmbio Internacional com SSU
- ✓ Robótica com Lego Zoom
- ✓ Programa de Revisão do Ensino Médio

MATRÍCULAS ABERTAS 2015



Baby • Educação Infantil • Ensino Fundamental • Ensino Médio

NÓS APOIAMOS OS ATLETAS DO CLUBE PAINEIRAS

Formando um mundo melhor

COLÉGIO
Mater Dei



colegiomaterdei.net



colegiomaterdei.net/newblog



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



[@materdeisp](https://www.instagram.com/materdeisp)

Av. Lineu de Moura 1055 | 12244-380 | São José dos Campos | SP | Tel.: 12. 3878-5151
Rua Marechal Bitencourt 62 | 01432-020 | São Paulo | SP | Tel.: 11. 3887-0400

Sumário

Paineiras



Paineirense em Destaque: Nadir Taubert, vencedora do Prêmio Atleta Master do Paineiras, em 2014.

10. Iniciadas as obras da 1ª etapa do Complexo de Excelência em Esportes Aquáticos. Um marco na história do Paineiras.

12. O Clube Paineiras sedia importante evento do setor e recebe o Ministro do Esporte, George Hilton. Confira!

Sociocultural



Noite Portuguesa com Roberto Leal, cardápio típico, boa música e muita animação. Confira!

32. Almoços de Páscoa: Aproveite essas datas ao lado de seus familiares com o melhor cardápio dessa festa cristã.

33. Pedro Autz no Paineiras com seu show oficial de lançamento do "Scarecrow", no dia 25, às 20h, no Cineteatro. Não perca!

Esportes



Paineiras recebe a 1ª edição do Roland Garros – Junior Wild Card Tournament. Venha ver o troféu de perto!

50. Atleta paineirense Lara Teixeira integra a Seleção Brasileira, que conquistou o ouro durante o German Open de nado sincronizado.

56. São Paulo Challenger acontece em abril nas quadras paineirenses. É sua chance de ver grande azes do tênis internacional jogando!

Seções

	Paineiras	05
	Sociocultural	22
	Kids	42
	Bem-Estar	48
	Esportes	50
	Serviços	67
	Agenda	68
	Classificados	70

Nessa edição enfatizamos o início da 1ª Etapa das Obras do Complexo de Excelência em Esportes Aquáticos. O projeto tem como objetivo a construção de uma nova piscina de 25 x 33 x 3 metros e faz parte dos projetos de melhorias da estrutura para os atletas de alto rendimento, e para os associados, ampliando a grade de utilização para as diversas modalidades aquáticas. A obra contemplará a ampliação do Complexo Aquático, Preparação Física e Fitness. Assim colocaremos o Paineiras em novo patamar, entre os melhores Clubes da América do Sul, possibilitando também a realização de campeonatos de nível mundial. Esta realização será um marco na história do Paineiras!





Clube Paineiras do Morumby

Revista Paineiras | Abril 2015

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
Secretário.....Luiz Antônio Dias Martins de Oliveira
Tesoureiro.....Maurício Goulart de Faria

Diretoria de Departamentos

Comunicação.....Hugo Germano Sigaud Júnior
Higiene e Saúde.....João Roberto Alboleda
Jurídico.....Ruy Cid Martins Vianna
Manutenção e Obras.....Waldemar de Freitas Pizarro
Memorial Paineiras.....Debora Cristina Nascimento
Marketing.....Miguel Julio 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
Geral De Esportes.....Flávio Bulcão Carvalho
Judô.....Daniel F. Dell'acqua
Nado Sincronizado.....Leonice Mota Rossello
Natação.....Luciano Ladeira
Polo Aquático.....Carlos Henrique Longo
Seffe/Sat.....Silvio Rodrigues Rosa
Snooker.....Luiz Gonzaga Soares
Squash.....Tito Lívio Alejandro Betanzos
Tênis.....Everton Marcel Miranda de Almeida
Vôlei Sentado.....Anna Christina Ferraz de Campos

Sociocultural

Eventos Socioculturais.....Maria Regina Rocha

Conselho Deliberativo

Presidente:.....José Miguel Spina
Vice-Presidente:.....Luiz Claudio Cardoso de Carvalho
Secretária:.....Sandra Elvira Rosa de Souza Bernardi

Comissão de Sindicância

Membros Efetivos:.....Zelita Caldeira Ferreira Guedes,
Ana Emilia O. de Almeida Prado, Adeilton Bomfim Brandão, Celso Teixeira Miralla e Jacy Abs Musa
Membros Suplentes:.....Oswaldo Gonzalez Vaiano e Teresa Graciela Dávila de Gurbanov

Comissão de Julgamento

Membros Efetivos:.....Paulo Celso Cagno, Marco Aurelio Scalise e Roberval Ramos Mascarenhas
Membros Suplentes:.....Miguel Garde Filho e Paula Virginia Pedro

Conselho Fiscal

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

Comunique-se com o Paineiras



Diretoria Executiva e Diretoria de Departamentos

presidencia@clubepaineiras.com.br

Este é o Canal de Comunicação entre os Associados e a Diretoria Executiva e Diretoria de Departamentos da Gestão 2013-2015.



Ouvidoria

ouvidoria@clubepaineiras.com.br / (11) 3779-1716.

Aqui você esclarece suas dúvidas, faz sugestões, críticas/sugestões construtivas e elogios.



Central de Atendimento – CAT

(11) 3779-2010//2012.

Informações em geral, inscrições em cursos, convidados, cadastramento, transferência e "locação" de títulos, etc..



Site

www.clubepaineiras.com.br



Facebook (Página Oficial)

/clube.paineirasdomorumby



Aplicativo para Dispositivos Móveis "Paineiras"

Para baixar o aplicativo, entre na App Store ou na Google Play e busque por "PAINEIRAS".



Anúncios e Classificados, Ações Promocionais e Patrocínios

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



Espaços para Eventos

Associados (Pessoa Física)

espacopaineiras@clubepaineiras.com.br / (11) 3779-1709

Empresas

São Paulo Center – eventos@saopaulocenter.com.br / (11) 2142-3600

Revista Paineiras

Periodicidade: Mensal
Tiragem: 6.500 exemplares

Diretor Responsável: Hugo Germano Sigaud Júnior

Comissão Editorial

Sergio Henri Stauffenegger
José Miguel Spina
Carmem Ribas
Débora Cristina Nascimento

Hugo Germano Sigaud Júnior
Miguel Julio A. Draskoczy
Piergiorgio Helzel
Ricardo Amaral da Silveira
Ricardo Bedotti

Projeto Gráfico e Editorial.....Badadi Mídia Ltda.
Produção Editorial.....Ecco Press Comunicação Ltda.
Jornalista Responsável.....Renata Garcia Bernardes
Fotos.....Arquivo Paineiras e Badadi Mídia
Impressão.....Rush Gráfica e Editora
Distribuição.....Balcão de Entregas

Com a palavra, o Presidente



Diretoria Executiva 2013-2015

Com a palavra, o Presidente

Enquanto alguns ficam pensando na crise brasileira atual, nós estamos com muita garra e entusiasmo, trabalhando para vencer os obstáculos que são colocados à nossa frente e que tentam impedir o nosso progresso.

Foi com este espírito que lutamos nesses últimos 2 anos e vencemos todos os obstáculos técnicos e burocráticos para aprovar o projeto nos órgãos da Prefeitura e viabilizar essa 1ª fase da construção de nosso Complexo de Formação Esportiva.

Com a construção desta piscina (1ª etapa do Projeto), estaremos concluindo o nosso parque aquático e oferecendo aos nossos atletas e associados uma das melhores estruturas da América do Sul.

As obras iniciais já começaram e ao mesmo tempo em que perdemos alguns excelentes patrocínios, devido à demora burocrática de liberação municipal, estamos conseguindo outros, inclusive dentro da Lei Pelé.

Ou seja, estamos diversificando as possibilidades, sempre com o objetivo de minimizar o aporte direto de capital do associado.

É hora de sermos proativos e não apenas reativos.

Devemos acreditar na nossa capacidade de vencer os obstáculos para sentirmos o gosto da vitória.

Abraço a todos e aproveitem cada vez mais tudo aquilo o que o nosso Clube tem a oferecer!

Sergio Henri Stauffenegger
Presidente da Diretoria Executiva

Editorial do Conselho Deliberativo



Presidente: Dr. José Miguel Spina (ao centro), Vice-Presidente: Luiz Claudio Cardoso de Carvalho, Secretária: Sandra Elvira Rosa de Souza Bernardi

Um novo clube.

O Paineiras se reinventa e se renova a cada alvorecer. O colorido de sua paisagem deslumbra o visitante com a sinfonia da vida que inaugura a cada dia e que nos encanta com novas melodias. O alarido de nossas crianças correndo em suas alamedas, brincando em seus espaços e jogando em seus campos introduz notas e acordes que traduzem sua alegria.

Associadas e associados, depois da prática esportiva, sentam-se às mesas de nossas lanchonetes e restaurantes e conversam sobre os mais variados temas enriquecendo-se com a companhia dos amigos e restaurando as forças para ir ao trabalho ou para casa.

Tudo acontece no silêncio do trabalho de nossos funcionários que se desdobram em seu labor para tornar nossa estada no clube cada vez melhor. Completam este quadro muitas outras pessoas que dedicam parte de suas vidas em benefício de todos abdicando do convívio de seus familiares e de seus amigos e que o fazem por amor ao Clube. Falo dos membros do Conselho Deliberativo, de sua Diretoria Executiva e de seus Diretores. Nenhum cargo lhes dá poder ou regalias como entendem uns poucos, apenas lhes oferece responsabilidades e trabalho.

Estas palavras advêm após ler a revista do Clube do mês de março que resume as atividades, as obras e a situação econômica em que o Clube se encontra. Nosso Clube não é fruto do trabalho de uma pessoa ou de um grupo particular de pessoas mas de todos aqueles que desde seus primórdios trabalharam e trabalham para conquistar a realidade de nossos dias.

A todos nossa dívida de gratidão.

Em 14 de junho próximo em assembleia geral ordinária haverá eleições para o Conselho Deliberativo. Cerca de 40 conselheiros deverão ser eleitos ou reeleitos. Poderão ser candidatos associados eleitores que pertençam ao quadro associativo há pelo menos três anos antes do escrutínio, quites com a tesouraria do Clube, garantida apenas uma candidatura por título.

Convido todos a participarem para que ideias novas possam se agregar ao que já foi feito e assim contribuirmos para termos o Clube que queremos.

Participar é dar um pouco de nosso talento para que todos tenham o melhor.

José Miguel Spina

Presidente do Conselho Deliberativo

Atividades do Conselho Deliberativo – Fevereiro/Março de 2015

Reunião da Comissão de Sindicância Dia 02/março

Início: 20h – término 22h.

Presentes: Presidente Conselheira Zelita Caldeira Ferreira Guedes e Conselheiros Adeilton Bomfim Brandão e Celso Teixeira Miralla.

Foram analisados 34 (trinta e quatro) processos:

Sendo um título do Clube (aprovado), dois títulos do Clube para filhos de associados (aprovados), uma transferência entre pai e filho (aprovado), duas transferências de títulos (aprovados), uma exclusão de dependente (aprovado), uma inclusão de dependente (aprovado), uma condição de associado vitalício (aprovado) e 25 atletas não associados pré-militantes e militantes (aprovados).

Reuniões da Comissão de Julgamento Dia 23/Fevereiro

Início: 19h15 – término 21h.

Participantes: Presidente Conselheiro Luiz Claudio Cardoso de Carvalho, Secretário Conselheiro Carim Cardoso Saad, Conselheiros efetivos Paulo Celso Cagno, Marco Aurélio Scalise e Roberval Ramos Mascarenhas, Conselheiros Suplentes Miguel Garde Filho e Paula Virginia Pedro.

Pauta: 03 processos – em análise.

Reuniões da Comissão de Julgamento Dia 9/Março

Início: 19h – término 22h50.

Participantes: Presidente Conselheiro Luiz Claudio Cardoso de Carvalho, Secretário Conselheiro Carim Cardoso Saad, Conselheiros efetivos Paulo Celso Cagno, Marco Aurélio Scalise, e Roberval Ramos Mascarenhas, Suplente Miguel Garde Filho.

Pauta: 01 processo – em análise.



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: Laila Tello do Oliveira CROSP 50740

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

- Estacionamento próprio



Tel.: 3772-5292



www.clinicaopencenter.com.br

Conheça nosso

Check up Preventivo Digital

www.clinicaopencenter.com.br

Paineirense em Destaque



Nadir Taubert

NADIR TAUBERT

Vencedora do Prêmio Atleta Master do ano de 2014 do Clube Paineiras

Exemplo de vivacidade, Nadir Taubert começou a nadar aos 7 anos incentivada pelo pai. Hoje, aos 81 anos, ela foi reconhecida como atleta master do ano pelo Clube Paineiras do Morumbi, que prestou suas homenagens durante a Festa do Atleta no último mês de dezembro. Nascida em Mococa, em 1933, foi casada com Herbert Taubert de quem é viúva há 12 anos. Dessa abençoada união nasceram três filhas Beatriz Helena, Vera Cristina e Ana Lúcia, esta última mãe dos seus netos, Henrique e Eduardo.

“Tive o prazer de ver o resultado do ranking TOP Ten da FINA relativo ao ano de 2014. Na minha faixa etária, fui ranqueada em todas as provas que participei, ou seja, 50m, 100m, 200m peito; além dos 100m, 200m borboleta; e também os 200m, 400m medley, em piscina curta e longa num total de 12 provas” – Nadir Taubert

Conversamos com D. Nadir para conhecer um pouco mais sobre sua carreira de atleta e sua relação com o Clube Paineiras do Morumbi. Acompanhe esse gostoso bate-papo:

Revista Paineiras: Há quanto tempo é associada do Paineiras?

Nadir Taubert: Em 1963, procurava um Clube, onde além de praticar esportes, pudesse desfrutar de bons e alegres momentos de lazer, junto a meu marido e filhas, que só nasceriam mais tarde. Ao conhecer o Paineiras, que dava seus primeiros passos, encantei-me com ele.

Revista Paineiras: O que mais te chama atenção no Clube?

Nadir Taubert: A fachada revolucionária de Carlos Millan, um dos maiores arquitetos da época, o local aprazível, com a vista maravilhosa que proporcionava, o charme do pouco que já havia ali, a região do Morumbi que crescia como uma das mais nobres de São Paulo, tudo foi motivo de encantamento. Foi um amor à primeira vista! Vislumbrei um futuro promissor para o projeto inovador de Detlof Oertzen e em fevereiro do mesmo ano, associei-me a ele. Hoje, sei que não errei na escolha, pois nesses 52 anos, muitos fatos marcantes aconteceram no Clube.

Revista Paineiras: Quais as principais mudanças que ocorreram na infraestrutura do Clube desde a sua adesão?

Como você vê o progresso do Paineiras nos últimos anos?

Nadir Taubert: Ele só progrediu projetando-se como um dos melhores Clubes de São Paulo. Na cidade que tanto cresceu, é um oásis de paz, tranquilidade, descanso, num maravilhoso espaço que pode proporcionar um leque de opções de entretenimento, lazer, cultura, eventos sociais e toda parte de esportes, para todos da família, de qualquer idade. Acompanhando ano a ano todas as mudanças, progressos, melhorias, fruto do trabalho de inúmeras diretorias, ali vivi grande parte de minha vida, usufruí maravilhosos momentos junto aos meus familiares.

Revista Paineiras: Qual a sua opinião sobre a verba da CBC conquistada pelo Clube para adquirir equipamentos e investir na formação de atletas?

Nadir Taubert: Aproveito o ensejo, para elogiar e ressaltar o excelente, dedicado e profícuo trabalho da gestão atual que com tanto sucesso, vem atingindo as metas propostas. Considero uma grande conquista para o esporte paineirense, o recebimento de verba da CBC. Ela complementar a formação de atletas, o que certamente trará excelentes resultados para o esporte brasileiro.

Revista Paineiras: O Clube se prepara para o início de uma obra de grande porte, a construção do Complexo de Excelência em Esportes Aquáticos e ampliação do centro de preparação

física e fitness, o que a senhora acha dessa iniciativa?

Nadir Taubert: O Projeto de construção do Complexo de Excelência em Esportes aquáticos com a inclusão de uma piscina é, sem dúvida alguma, uma grande iniciativa, pois será de grande valia para os treinamentos e principalmente como apoio nas competições realizadas no Clube.

Na Natação

“Ser nadadora master é um misto de alegria, calor humano, superação, socialização, confraternização, prazer, responsabilidade consigo e com a equipe, tudo isso com muita energia e satisfação”- Nadir Taubert.

Revista Paineiras: Por que escolheu a natação?

Nadir Taubert: A natação sempre fez parte de minha vida. Nado desde os 7 anos. Meu pai ensinou-me, assim como a meus sete irmãos mais velhos, na piscina da Associação Esportiva Mocoquense. Ele sempre foi voltado a esportes, jogava tênis e por amor à sua cidade natal, sem ser técnico de natação e apesar de seus afazeres particulares, às seis da manhã, durante anos, lá estava ele na borda da piscina treinando a garotada, conseguindo assim, vários recordes paulistas e brasileiros na década de 40. Ele lançou a semente, para que Mococa se tornasse um celeiro de campeões nacionais e internacionais. Hoje a cidade sedia

anualmente, o Troféu Chico Piscina, com muito orgulho, onde já nadaram muitos futuros campeões brasileiros, sul-americanos e mundiais, inclusive do Paineiras.

Revista Paineiras: Há quanto tempo compete nessa modalidade? Quais títulos e premiações já conquistou?

Nadir Taubert: Competi por Mococa nas categorias petiz, infantil e juvenil, em campeonatos regionais, paulistas e brasileiros, dos 7 aos 13 anos, quando parei. Pelos meus resultados, fui agraciada com o título de Atleta Laureada, de que muito me honro e orgulho, isentando-me de qualquer pagamento. Aos 18 anos vim para São Paulo, mas meu vínculo afetivo e esportivo com a cidade de Mococa prevalece até os dias de hoje. Sou pedagoga e nos anos de USP, onde fiz graduação e especialização em sociologia educacional, participei de vários campeonatos, mesmo sem um treino regular. A partir de 1963, casada e já associada do Paineiras, voltei a nadar com mais assiduidade, por lazer e como condicionamento físico. Em 1994, num dos fins de semana que passávamos no Clube, já aposentada, após ter trabalhado no magistério por 35 anos, a ex-associada e grande nadadora master Lilian Ramos, hoje residindo em Vitória/ES, viu-me nadando e convidou-me para integrar a equipe master do Paineiras, que eu nem sabia que existia. Aceitei o convite e com o apoio incondicional e grande incentivo de meu marido Herbert, que futuramente, passou a se denominar “carregador de medalhas” (risos), retornei às piscinas, como atleta master. Desde então, há 21 anos, passei a ser uma competidora assídua em campeonatos locais, nacionais e internacionais.

Revista Paineiras: Quais títulos e premiações já conquistou?

Nadir Taubert: Como resultado desses anos, conquistei centenas de medalhas de ouro, troféus e a inclusão de nome anualmente nos rankings To Five da APMN (Associação Paulista de Masters de Natação) e ABMN (Associação Brasileira de Masters de Natação) e Top ten da FINA (Federação Internacional de Masters de Natação). Desde 2000, toda vez que mudo de faixa etária (5 em 5 anos) venho quebrando recordes paulistas, brasileiros e sul-americanos, nos 50m, 100m, 200m peito; 200m borboleta, 400m medley, alguns já superados. Atualmente, na minha faixa etária (80 a 84), todos eles me pertencem, em piscina curta ou longa. O que muito me honra é o fato de todos terem pertencido a um ícone, uma estrela da natação brasileira, a nadadora Maria Lenk. Ela foi a in-



trodutora do estilo borboleta, inovando o nado de peito, fazendo parte do percurso de 200 metros, braçadas aéreas, nas Olimpíadas de Berlim em 1936. A regra não estabelecia que a movimentação dos braços deveria ser de forma submersa. Esta semana, tive o prazer de ver o resultado do ranking TOP Ten da FINA relativo ao ano de 2014. Na minha faixa etária, fui ranqueada em todas as provas que participei, ou seja, 50m, 100m, 200m peito; além dos 100m, 200m borboleta; e também os 200m, 400m medley, em piscina curta e longa num total de 12 provas.

Revista Paineiras: Como é competir na categoria Master?

Nadir Taubert: Ser nadadora master é um misto de alegria, calor humano, superação, socialização, confraternização, prazer, responsabilidade consigo e com a equipe, tudo isso com muita energia e satisfação. Conhecer lugares novos, estar ao lado de centenas de atletas, aqui ou no exterior correndo, atrás de seus crachás, desfilando com suas bandeiras de origem, ansiosos por conhecer

o balisamento e depois seus resultados, torcendo, vibrando por si ou seus compatriotas em suas vitórias, lamentando a perda de um pódio por centésimos de segundos, mas felizes por estarem ali... é realmente gratificante!

Tudo isso enriquece, estimula minha vida, sinto-me feliz, realizada!

Revista Paineiras: Como são realizados os treinamentos?

Nadir Taubert: Os treinamentos são feitos sob a orientação dos técnicos Inês Corbetta, que me acompanha e estimula há anos e Marcos Macedo. Eles dão todo o suporte técnico, para que se consiga bons resultados. Infelizmente, a distância do Clube de minha residência, assim como o trânsito caótico de São Paulo, dificultam um comparecimento mais assíduo aos treinamentos, como eu gostaria, mas isso não se tornou motivo para que eu desistisse de competir.

Revista Paineiras: Como se sentiu ao Conquistar a premiação “Atleta do Ano” no Paineiras?

Nadir Taubert: Na última edição da Festa do Atleta, os Masters foram incluídos na premiação. Achei maravilhosa e bastante oportuna a iniciativa da atual diretoria, pois é um reconhecimento que se faz a esse grupo de atletas que com muito empenho e dedicação, projetam o nome do Paineiras no cenário esportivo nacional e internacional. Naquela ocasião tive a satisfação, o orgulho e a honra de ser agraciada com o título de Atleta Master do Ano, assim como Destaque da Natação Master. Essa premiação coroou o esforço, a garra, a dedicação, o amor com que venho nesses 21 anos nadando pelo “meu” Paineiras. Em março, o Clube realizou a 1ª Etapa do Circuito Paulista – Troféu Nadir Taubert, homenagem essa que muito me emocionou!

Revista Paineiras: Tem alguma dica para compartilhar com os leitores da Revista?

Nadir Taubert: Para finalizar, aos leitores da Revista do Paineiras, digo que o esporte não deve ser praticado apenas como um desafio de quebra de recordes. A atividade esportiva é, sobretudo, indispensável para a manutenção de uma boa saúde que tem que ser observada e controlada sempre, através de exames periódicos. Transcrevo aqui, palavras de um autor desconhecido: “Nunca se orgulhe de ter vencido um adversário. Quem você vence hoje, poderá derrotá-lo amanhã. Quem teme perder, já está vencido. Lute para se aperfeiçoar”.

Iniciadas as Obras da 1ª Etapa do Complexo de Excelência em Esportes Aquáticos

A contratação dessa obra coloca o Paineiras entre os clubes de maior estrutura na formação de atletas da América do Sul. O projeto prevê a construção de uma nova piscina de 25 x 33 x 3 metros, criando um Complexo Aquático com equipamento de aquecimento e tratamento de água, seguindo as normas de segurança e padrões de construção do Clube Paineiras do Morumbi.

Benefício direto para todos os associados, pois com essa nova piscina será possível ampliar significativamente as vagas dos vários cursos oferecidos pelo Clube: Biribol, Condicionamento Físico, Escolinhas de Natação, Nado Sincronizado e Polo Aquático, notadamente nos períodos da tarde e início da noite, que têm uma demanda crescente por conta dos horários escolares estendidos. A nova piscina atenderá em treinamento e competições, os atletas das modalidades: Nado Sincronizado, Polo Aquático e Natação. Indiretamente o projeto também beneficiará todos os atletas dos Circuitos Paulistas e Nacional, a serem realizados nas dependências paineirenses.

A 1ª fase do projeto foi iniciada! Essa etapa contempla a remoção de árvores do terreno em que a obra será executada para se executar o talude de contenção para a viabilização da construção. O projeto já está aprovado, com as devidas taxas pagas e documentação confirmada pela prefeitura, inclusive pela SVMA - Secretaria do Verde e do Meio Ambiente que exigiu, em contrapartida ambiental, o replantio de árvores em outro local em compensação das árvores removidas.

Na 2ª fase a obra contemplará a ampliação do Complexo Aquático, Preparação Física e Fitness e por último, na 3ª fase, a cobertura de toda essa área.

O engenheiro Ricardo van Langendonck, responsável pela obra, explica como ela está sendo executada em suas diferentes fases e seus benefícios: "Iniciamos em 2012, elaborando os projetos para aprovação dos diversos órgãos da Prefeitura Municipal, desenvolvendo os projetos executivos e os projetos para aprovação dentro da Lei de Incentivo ao Esporte, e no momento, com todas as aprovações necessárias, estamos executando o manejo arbóreo. Este já foi autorizado pela Secretaria do Verde e Meio Ambiente e todas as taxas e contrapartidas já foram recolhidas através do TCA, Termo de Compromisso Ambiental. As árvores exóticas (eucaliptos) serão retiradas e as árvores nativas transplantadas. Após esse manejo, começa a escavação da área para execução do muro de arrimo que será feito em 4 etapas. A escavação é feita de cima para baixo a cada 3m de altura por 50m de comprimento até atingir a primeira linha onde serão executados os tirantes de ancoragem das cortinas de concreto armado e assim sucessivamente em mais 3 etapas até atingir o nível das arquibancadas da piscina com aproximadamente 12m de altura. Essas 4 etapas compõem a cortina 1 e a cortina 2 de concreto armado atirantado, a medida que vai se escavando o terreno, que dará origem ao espaço para



a construção da piscina multiuso, ou seja, a primeira etapa consistirá na preparação do espaço para a construção da piscina propriamente dita."

Para Aldo Roberto Santini, 2º vice-presidente, essa obra faz parte dos projetos de melhorias da estrutura para os atletas de alto rendimento e para os associados, ampliando a grade de utilização para as diversas modalidades e com o objetivo de potencializar a performance e a visibilidade das modalidades aquáticas. "Mas o maior objetivo é sem dúvida colocar o Paineiras em novo patamar, entre os melhores Clubes da América do Sul, além de buscar a satisfação constante dos associados em todas as modalidades esportivas", comenta Aldo.

Flávio Bulcão Carvalho, Diretor-Geral dos esportes, está animado com o início das obras. "Estamos trabalhando com foco na busca de patrocínios baseados nas leis de incentivo Estadual (ICMS), Federal (IR) e Lei Pelé para que essas obras sejam possíveis. O aumento da nossa visibilidade na mídia externa nos ajuda na captação destes patrocínios. Nosso principal desafio é sempre dar condições para que os associados completem seu ciclo esportivo em nosso Clube, desde a iniciação esportiva à participação competitiva como atleta em vários eventos. Esse projeto nos possibilita desenvolver um trabalho visando competições internacionais, como Olimpíadas, Mundiais, Pan-americanos, etc. Teremos uma infraestrutura de excelência tanto para os treinamentos, quanto para sediar qualquer campeonato de grande porte como esses." PISCINA OLÍMPICA PLATAFORMA DE LIGAÇÃO

Os atletas também estão ansiosos com relação à obra. Sofia Costa, atleta do Nado Sincronizado, comenta sobre o impacto que essa piscina terá nos treinos, "Muitas vezes, nós atletas



do nado precisamos migrar de uma piscina para outra. Essa piscina de aquecimento nos ajudará a otimizar nosso tempo e treinamento, além de ajudar nos momentos de aquecimento que antecedem as competições. Além do mais é bem legal competir em nosso Clube com a torcida paineirense presente.” Já Caio Ribas, atleta do Polo Aquático, comenta: “Essa obra será muito boa para os esportes. Nós atletas teremos mais espaço para treinar e vamos usufruir melhor das piscinas. Sem falar nas arquibancadas que também serão ampliadas. Vai melhorar muito!”. Para a nadadora Fernanda Pini, “Essa obra é muito importante para a natação do Paineiras. Com ela teremos uma piscina de soltura, o que nos possibilitará participar de grandes campeonatos. E os treinamentos vão melhorar muito com mais uma piscina”.

Para os diretores das modalidades aquáticas a construção desse Complexo é uma obra de extrema importância para ampliar os horários de treinamentos e inserir o Clube entre os locais capacitados para receber grandes torneios internacionais. Carlos Henrique Longo, Diretor do Polo Aquático, comenta “Hoje dividimos a piscina com outras modalidades esportivas e isso restringe os treinamentos. Essa nova piscina vai facilitar os treinos para associados e atletas. Ela possui as medidas oficiais para o Polo e poderá ser usada para aquecimento. O Complexo Aquático vai ficar completo possibilitando grandes eventos internacionais no Clube”. Leonice Mota, Diretora do Nado Sincronizado, complementa, “Para nós essa obra é fundamental. A piscina atual não tem as medidas oficiais, principalmente a profundidade. Os treinos ficarão melhores e poderemos ter no Paineiras Campeonatos Brasileiros e Internacionais. Hoje temos problemas com os horários e com a nova piscina isto será solucionado. Será excelente!”. Já

o Diretor da Natação, Luciano Ladeira, explica “Para a natação a construção da piscina é um marco porque ele vai permitir que a gente possa sediar eventos de cunho Internacional por causa das exigências da CDBA onde toda a competição em piscina longa tem que obrigatoriamente ter outra piscina de soltura ao lado. Com essa outra piscina vamos nos qualificar como talvez o maior e mais moderno parque aquático do Brasil. E com a chegada das Olimpíadas, muitos países poderão treinar em nosso Clube e nos permitirá trazer competições de nível mundial. Isso é bacana porque põe o Clube na mídia, motiva o associado a nadar e os nadadores poderão ver os grandes astros da modalidade nadando na mesma piscina, participando dos mesmos eventos. Adicionalmente, para o praticante do esporte, vai permitir um trabalho com mais espaço, menos atletas por raias, mais horários tanto para a prática competitiva, como formativa e demais modalidades. Estamos muito contentes com a notícia do início da obra e esperamos que esse seja um marco para uma nova era da natação paineirense.” Já Silvio Rosa, Diretor da Área Formativa Esportiva complementa, “O novo complexo aquático trará muitos benefícios para todos os associados e amantes da natação e, na minha área será de grande relevância, pois possibilitará maior grade horária para os pequenos jovens que estarão iniciando suas atividades esportivas, onde atuaremos diretamente na formação, fazendo com que tenham alta motivação para prosseguirem com o seu aprimoramento até chegarem aos esportes competitivos, portanto, tenho a certeza que o novo complexo aquático será um marco na vida dos futuros atletas paineirenses”.

Acompanhe o andamento dessa obra e participe dos projetos incentivados do Clube Paineiras do Morumby!

Paineiras sedia importante evento para liberação oficial dos recursos da Lei Pelé, com a presença do Ministro do Esporte, George Hilton

Pela primeira vez em sua história, o Clube Paineiras do Morumbi sediou uma cerimônia oficial, desta importância, realizada pela Confederação Brasileira de Clubes – CBC com a presença de um Ministro do Esporte, Sr. George Hilton, acarretando grande cobertura da mídia especializada e ampla valorização do Clube no meio clubístico, além da oportunidade de poder mostrar o nosso Paineiras a todos os presentes, que foram unânimes nos elogios às instalações, serviços e potencialidades.

O dia 3 de março marcou a oficialização da descentralização de recursos com a Confederação Brasileira de Clubes (CBC) para a formação de atletas dos clubes de São Paulo, selecionados no Edital nº 1 de Chamamento Interno de Projetos da CBC. Os beneficiados foram: o Clube Paineiras do Morumbi, o Clube Athletico Paulistano, o Clube Esperia e a Associação Desportiva Classista da Mercedes-Benz.

Além do Ministro do Esporte, George Hilton, e do presidente da CBC, Jair Pereira, o evento contou com a presença de diversas autoridades, dirigentes dos principais clubes do Estado de São Paulo, atletas e convidados. Após a solenidade, foi oferecido um almoço de confraternização a todos. Outra importante notícia declarada pelo Ministro foi a prorrogação da Lei de Incentivo que terminaria em 31/12/2015. “Isso realmente é uma grande conquista para os clubes”, comentou o presidente do Paineiras, Sergio Stauffenegger.

Dentre os mais de 13 mil clubes representados pela CBC, 37 submeteram seu cadastro às exigências da nova Lei Pelé para captar recursos junto à CBC, e destes, 29 foram considerados aptos a participarem das etapas seguintes. Em São Paulo, apenas 4 clubes tiveram seus projetos aprovados, dentre os quais se encontra o projeto paineirense: “Centro de Formação de Atletas de Base”.

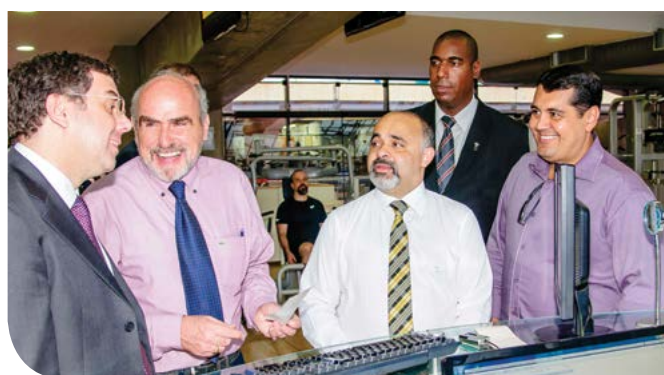
“O Paineiras possui uma ótima infraestrutura, e certamente podemos firmar uma grande parceria.”, afirmou o Ministro George Hilton, que fez questão de visitar pessoalmente todas as instalações do Clube. O valor aprovado para o Paineiras foi de R\$ 1.329.206,49, visando a aquisição de diversos aparelhos



entre os quais esteiras, bikes, placares e simuladores de remo, além de materiais de consumo que irão colaborar em muito no aprimoramento dos atletas paineirenses nas modalidades: Judô, Natação, Nado Sincronizado, Polo Aquático e Tênis.

O Clube conta com outros dois projetos já aprovados: o "Paineiras Olímpico – Viagens", referente ao edital número 3 da CBC no valor de R\$ 1.391.936,10 e o "Projeto Volei Paralímpico" edital 4, no valor de R\$ 312.985,44.

Em entrevista aos diversos veículos que cobriram o evento, Sergio Stauffenegger declarou: "Hoje é um dia especial para nós e acredito que também para todos os clubes formadores de atletas e para a Confederação Brasileira de Clubes, que coordenou essa conquista. Nós dirigentes, temos total consciência da responsabilidade e missão como formadores de atletas. É através do esporte que conseguimos transformar os nossos jovens em verdadeiros cidadãos; honestos, respeitadores das leis e do próximo; afastando-os das drogas e dirigindo-os para uma vida disciplinada e saudável. Até então, todos os limitados investimentos para a formação desses jovens atletas advinham da contribuição mensal dos associados e do apoio incondicional dos pais. Agora, com essa nova fonte de recursos advinda da loteria esportiva federal, teremos condições de ampliar nossas ações e contribuir ainda mais na formação desses jovens cidadãos e atletas".



Participe do Projeto Complexo de Excelência em Esportes Aquáticos Piscina do Paineiras



Ministério do
Esporte

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
PAÍS RICO E PAÍS SEM POBREZA



- 1 Piscina Olímpica Atual 3 Nova Piscina
2 Centro de Preparação Física Atual 4 Ampliação do Centro de Preparação Física

O Paineiras acredita que é através da diversidade de talentos que valorizaremos a cultura esportiva na vida de nossos filhos. Nesse sentido, a sua diretoria executiva convida as pessoas físicas e empresários para participarem da realização deste projeto, que colocará o nosso Clube entre os de maior estrutura para a formação de atletas da América do Sul.

O projeto tem por objetivo a conclusão da construção do Complexo de Excelência em Esportes Aquáticos, com a inclusão de uma PISCINA de 25,0m x 33,0m, com equipamento de aquecimento e tratamento de água, seguindo normas de segurança e padrões de construção do Clube Paineiras do Morumby; além das adaptações necessárias para a colocação das traves e marcações externas para os treinos e jogos do Polo Aquático, treinamentos e competições do Nado Sincronizado.

Os seus beneficiários diretos serão todos os Associados e os Atletas inscritos nas modalidades de Nado Sincronizado, Polo Aquático e Natação. Os indiretos serão todos os Atletas que participam dos Circuitos Paulistas e Nacional, realizados nas dependências do Clube Paineiras do Morumby.

INFORMAÇÕES SOBRE O PROJETO

Valor Aprovado: R\$ 5.616.580,85

PROCESSO: 58701.001831/2013-12

DATA DA PUBLICAÇÃO NO DIÁRIO OFICIAL
12 de fevereiro de 2014

PERÍODO DE CAPTAÇÃO: Até dia 31/12/2015

CONTA BANCÁRIA
Banco do Brasil / Agência: 2801 DV: 0
Conta Corrente Vinculada: 80587-4

QUEM PODE PARTICIPAR DO INCENTIVO (POR DOAÇÃO OU PATROCÍNIO):

Pessoa Física: com até 6% do Imposto de Renda Devido.

Pessoa Jurídica: optantes pelo Lucro Real, com até 1% do IR Devido.

CONTATOS: Departamento de Marketing do Clube Paineiras do Morumby, telefone 11 3779-2099.

Planeje e construa sua
casa no empreendimento
Fazenda Dona Carolina.



GHROTTICIA

Pronto para construir.

A 60 minutos de São Paulo, com a infraestrutura do Hotel Histórico Fazenda Dona Carolina, disponível para você desde já. Serviços de zeladoria pay-per-use para sua casa; clube interno com infraestrutura completa de esporte e lazer; SPA com espaço saúde; 235.000m² de áreas verdes, trilhas ecológicas; centro hípico e heliponto.

Fazenda Dona Carolina. A sua casa na fazenda.



FGMF - Forte, Gimenes & Marcondes Ferraz Arquitetos

"Buscamos a harmonia entre os elementos construídos e a belíssima paisagem circundante, explorando ao máximo os visuais, o contato com o terreno e materiais que evocam o prazer de se estar na Fazenda Dona Carolina."

Terrenos de 1.250 a 4.350m², em Itatiba.

Central de vendas:

Hotel Histórico Fazenda Dona Carolina
Estrada Municipal Manoel Stefani, km 39,5
Itatiba – Estrada Itatiba – Bragança Paulista
fazendadonacarolina.com.br
(11) 4534-9122 / 3888-3000

Serviços, gastronomia
e hotelaria:



Planejamento
e intermediação:



Realização:



Avisos e Novidades

Associados poderão desfrutar dos prazeres da culinária japonesa

Em breve os paineirenses poderão desfrutar dessa saborosa e saudável novidade! "E Se Sushi?", lanchonete especializada em culinária japonesa, uma iniciativa do Departamento de Alimentos & Bebidas em busca de variedade culinária com boa qualidade e excelente de serviço.

Dos mesmos donos do quiosque localizado no Shopping Ibirapuera, a nova lanchonete estará localizada ao lado do salão de jogos, atendendo as suas áreas externas e internas, inclusive no aconchegante ambiente do boliche. "E Se Sushi?" apresentará os melhores pratos frios e quentes da culinária oriental. A grande diferença está no espaço que será dividido com a choperia e contará com uma decoração diferenciada. Além dos tradicionais sushis, sashimis e temakis, o associado também poderá se deliciar com petiscos, chopps e pratos gourmets.

Até o final do mês de abril, os paineirenses poderão se deliciar com todas as opções do cardápio! Não perca!



Uso obrigatório de cartão de veículo autorizado para utilização de vagas especiais no estacionamento

Para maior conforto dos associados, algumas vagas estão sendo reposicionadas para facilitar o acesso ao Clube. Essas vagas especiais são destinadas aos idosos e pessoas com mobilidade reduzida, seja ela temporária ou não. Para utilização desse benefício o associado deverá solicitar um cartão de veículo autorizado na Central de Atendimento – CAT. Para mais informações e retirada, fique atento ao horário de funcionamento da CAT: segunda a sexta das 8h às 20h, sábado, domingo e feriado das 8h às 17h.

A partir de 1º de maio será obrigatório o uso do cartão para a utilização das vagas especiais.



Aplicativo Paineiras traz novidades!

O Aplicativo Paineiras agora tem um atalho chamado "horários". Nele, o Associado poderá ver o horário de funcionamento dos diversos serviços oferecidos pelo Clube, com indicação de localização e os respectivos telefones. Inclusive, trailers dos filmes exibidos no cinema do Clube também podem ser vistos. Consulte e conheça tudo o que Paineiras disponibiliza para você!

Se ainda não baixou o aplicativo, não perca tempo, é rápido e muito prático. Entre na App Store ou Google Play e busque por "PAINEIRAS"; faça o download gratuito, no primeiro acesso, ative a configuração de localização e clique em "Sim" para baixar o conteúdo para visualização *off-line*; concluída a instalação, feito! A partir deste instante você terá o seu Clube na palma da sua mão!

Manutenção e Revitalização

Atualmente, o Clube Paineiras possui 15 obras de manutenção e revitalização em andamento que visam beneficiar as instalações, infraestrutura e conforto dos associados. Entre elas vale a pena destacar:

- Reforma dos banheiros masculinos e femininos da plataforma infantil e do Ginásio Velho;
- Reforma da quadra 4 de Squash;
- Dando continuidade à implantação do Sistema de Iluminação por LED nas áreas do Clube, melhorando a intensidade de luz e reduzindo o consumo de energia, as quadras de tênis também estão recebendo esta nova tecnologia;
- Recuperação e tratamento de concreto.

Vestiário Infantil

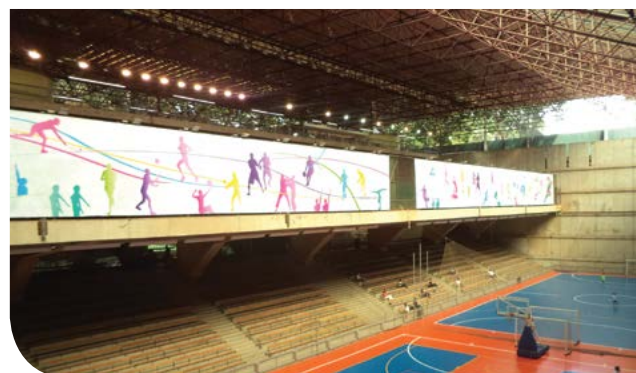
Para maior conforto dos associados o Clube agora tem um vestiário exclusivo para o uso das crianças. O Vestiário Infantil é um espaço coletivo preparado especialmente para associados acompanhados de seus filhos. Bebês e crianças necessitam de cuidados especiais como um espaço exclusivo projetado sob medida para eles fazerem a higiene. O acesso é livre para ambos os sexos e sua utilização é exclusiva para crianças acompanhadas de seus responsáveis, que não utilizam o vestiário da piscina kids.

Por ser um espaço compartilhado, os usuários deverão manter atitudes e comportamentos apropriados, evitando qualquer tipo de constrangimento. O Vestiário Infantil está localizado próximo ao Bistrô, entre o Fresh Spa e as quadras de tênis cobertas. Lembramos que o Clube não se responsabiliza por objetos deixados nas dependências do vestiário.



Mega Mural

Um novo mural com aproximadamente 300 metros quadrados foi instalado nas Quadras do Vale do Complexo Esportivo do Paineiras. A obra, fixada no alamedado externo das quadras de tênis cobertas, que embeleza e dá ainda mais vida as nossas instalações, conta com ícones representando as inúmeras modalidades esportivas praticadas pelos paineirenses.



LEI ANTIFUMO

Fica vedado o uso de todo e qualquer tipo de fumo, derivado ou não do tabaco, que corresponda à ação de fumar no ambiente que tenha algum elemento que impeça ou limite a plena e irrestrita circulação de ar, no que se inclui cobertura, ainda que a muitos metros de altura e existência de guarda sol aberto ou fechado, fixo ou removível.

Somente é permitido o fumo em área totalmente aberta, com livre circulação de ar, ainda assim, persiste a vedação para áreas de práticas de esporte como campo de futebol, quadras de esportes, áreas de alimentação, etc.

Lei nº 12.546, em vigor a partir de 03 de dezembro de 2014.

Você Sabia?



Por que a passarela de interligação do estacionamento à portaria do Clube tem uma arquitetura diferenciada dos prédios para os quais ela faz a interligação?

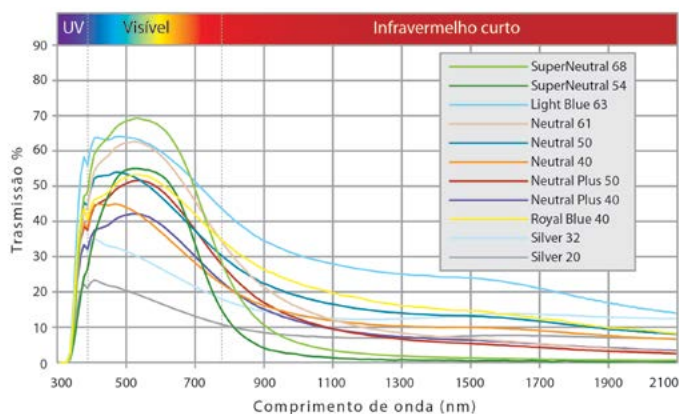
Quando um prédio é tombado visando preservar a história da arquitetura da cidade, uma corrente do segmento dos intérpretes da linguagem arquitetônica segue o conceito de que a intervenção seja a mais evidente possível em relação aos prédios existentes, para que a nova obra não se misture aos projetos dos prédios tombados, identificando-a do existente como obra com identidade própria, não corrompendo o conceito original das obras existentes. Exemplo claro desse critério, está no Museu do Louvre em Paris, com a instalação de uma pirâmide de vidro no pátio interno, a qual ilumina o subsolo da obra existente.

Os vidros azuis da cobertura da passarela, além de destacar arquitetonicamente essa obra dos prédios existentes, têm função térmica com o maior índice de "LSG" (ganho de luz solar) que é a razão entre a transmissão de luz visível e o fator solar: $LSG = T_{vis}/FS$. Veja gráfico comparativo ao lado.

Um índice maior de "LSG" significa que entra mais luz solar no ambiente com menor entrada de calor, isso é importante especialmente no verão e denomina-se vidro nessa cor com espectro seletivo (os jardins que circundam a cobertura e as pessoas que utilizam a passarela agradecem). Não coincidentemente os novos edifícios têm suas fachadas com esse tipo de vidro nessa cor, pois são em função da economia e sustentabilidade diminuindo uso do equipamento de ar condicionado.



CURVAS ESPECTRAIS





Construímos Sorrisos!



Há duas gerações o Instituto Contatore vem tratando com sucesso a saúde bucal das famílias paulistanas. Evoluímos de uma pequena clínica para um nome que virou referência na odontologia brasileira de vanguarda, atestada pelos mais de 20 mil implantes bem sucedidos e milhares de amigos satisfeitos.

Por trás do sucesso do Instituto está um nome: José Vicente Contatore. Com mais de 40 anos de odontologia, muito experiente e com trânsito internacional ímpar, Dr. Contatore introduziu no Brasil o uso de células-tronco na odontologia. Unindo pesquisa acadêmica, inovação tecnológica e prática consolidada, ele já é referência e presença constante em vários veículos de comunicação.

E como diretor clínico do Instituto, o Dr. Contatore e equipe têm ajudado a resolver os casos mais complexos e difíceis na odontologia, como os casos de perda óssea ou retração gengival, os problemas relacionados à ATM, mordidas desalinhadas, e muitas outras situações que afetam a saúde bucal e bem estar geral de muitos brasileiros.

No Instituto Contatore garantimos sempre a melhor solução, seja implantes a partir de células-tronco, enxertos autógenos, laserterapia, tratamentos periodônticos, próteses de precisão, odontologia estético-reparadora ou estética orofacial - tudo com a finalidade de proporcionar à sua boca uma recuperação estético-funcional completa.

E para proporcionar aos nossos clientes o melhor tratamento, dispomos de equipe multidisciplinar experiente e capacitada, duas clínicas e vários centros cirúrgicos muito modernos, unidos à melhor infraestrutura disponível.

Estudos científicos comprovam que sorrir faz bem, emagrece e rejuvenesce. Diga 'Adeus' à prótese e dentadura. Procure o Instituto Contatore: em breve, sorrir de orelha a orelha deixará de ser uma expressão arcaica e se tornará realidade.

Tudo em um lugar só!

Periodontia | Estética Orofacial | Ortodontia | Endodontia
Implantodontia Estética | Próteses | Cirurgias Complexas
Plástica Gengival



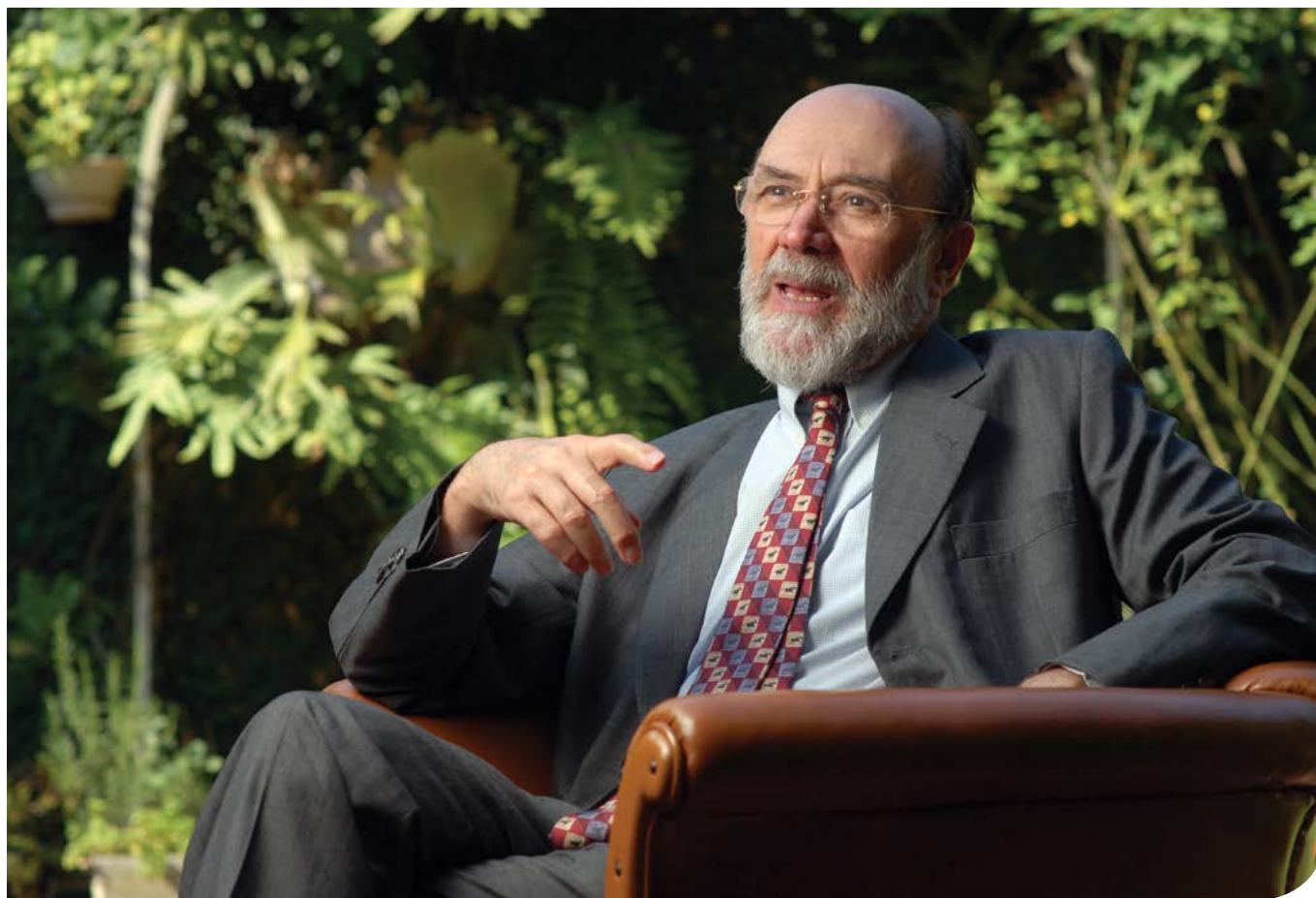
Equipe de profissionais do Instituto Contatore

Av. Divino Salvador, 77 | Moema - SP Al. Jurupis, 543 | Moema - SP
(11) 5055.1015 site - www.odontologiacontatore.com.br



V Meeting dos Empresários

do Clube Paineiras do Morumby



O V Meeting dos Empresários do Clube Paineiras do Morumby acontecerá no dia 16 de abril, quinta-feira, a partir das 8h, no Piano Bar, seguido de café da manhã. O tema desta edição é: “Histórico e Perspectiva da Política Nacional” e será ministrado pelo palestrante Bolívar Lamounier.

O evento tem como finalidade promover o networking entre os convidados, estreitar relacionamentos e oferecer oportunidades de negócios para o grande número de empresários associados. O quadro associativo do Clube possui cerca de 200 CEOs e 2 mil diretores de grandes empresas nacionais e multinacionais. A cada edição o encontro supera expectativas, destacando a tendência empreendedora e geradora de negócios do Paineiras.

Nos eventos anteriores, estiveram presentes empresários de ponta representando grandes empresas; AMBEV, AP System e Serviços, Banco Mercedes Benz, Bravo Marketing Esportivo, Byard, Ericsson, GE do Brasil, Grupo Cimed, Grupo Inal, Johnson & Johnson, Lorenzetti, Multiport Telecomunicações, Lubrin, Melhoramentos, Natura, Net, Nike, Nokia Solutions and Networks, Omint, Oracle do Brasil, Paramount Home Video, Pepsi Cola, Recesa, Rio Tinto Alcan (RTA), Samsung, SGS, Steel Blindagens, Tecnisa, Tetra Pak, Triumph International, Visa, Vivo, Whirlpool, entre outras.

O número de participantes é limitado ao espaço e ao formato planejado para o evento, visando atender plenamente todos os seus objetivos, portanto, somente associados convidados participam.

Bolívar Lamounier

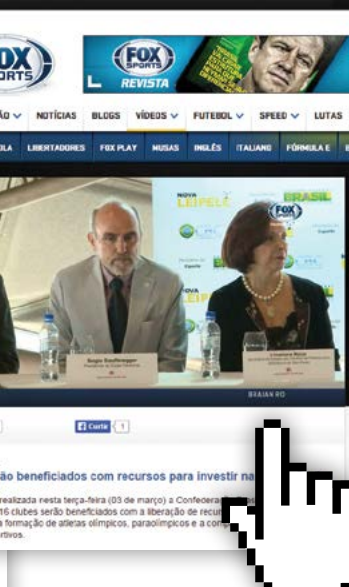
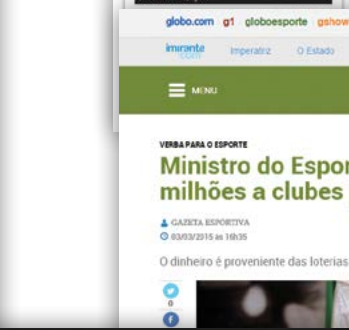
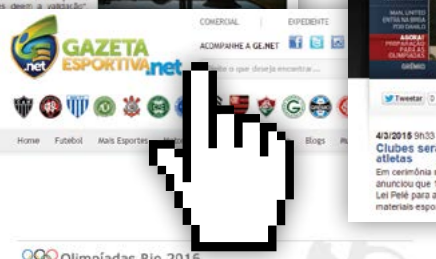
- Bacharel em Sociologia e Política pela UFMG (1964).
- Ph.D. em Ciência Política pela Universidade da Califórnia, Los Angeles (1974).
- Foi membro da Comissão de Estudos Constitucionais “Comissão Afonso Arinos”, nomeada pela Presidência da República em 1985 para preparar o anteprojeto da Constituição.
- Membro do Comitê Assessor Acadêmico do Clube de Madri (entidade integrada por ex-chefes de Estado, criada em outubro de 2002, com o objetivo de promover internacionalmente a democracia).
- Autor de numerosos estudos de Ciência Política publicados no Brasil e no exterior.
- Obras mais recentes:
 - “Da Independência a Lula: dois séculos de política brasileira”, publicado em 2005 pela Augurium Editora.
 - “A Classe Média Brasileira: ambições, valores e projetos de sociedade”, co-autoria com Amaury de Souza, Editora Campus, 2010.
 - “Profetas, Tribunos e Sacerdotes – Intelectuais e Ideologias no Século XX”, publicado em 2014.



#paineirasnamídia

Paineiras sedia evento da CBC com presença do Ministro do Esporte

No dia 3 de março, o Clube Paineiras recebeu o ministro do Esporte, George Hilton, para a cerimônia de ato de descentralização de recursos para a formação de atletas dos clubes que tiveram seus projetos aprovados pela Confederação Brasileira de Clubes – CBC, dentre eles o Paineiras do Morumbi. O evento foi destaque nos principais veículos de comunicação como: **Jornal O Estado de S. Paulo**, **Jornal Lance!**, **Jornal Folha de São Paulo**, **Rádio CBN**, **Fox Sports**, **Sport TV**, **Esporte Record News**, **Estadão**, **Folha de S. Paulo Online**, **ESPN**, **Gazeta Esportiva**, **Globo.com**, **Portal Terra**, **Notícias do Dia**, **Hoje em Dia**, **Portal Brasil**, **Diário do ABC**, **Guarulhos Web**, **A tarde e Galera Rox**.





Cursos Culturais

O Clube Paineiras oferece várias opções de cursos aos associados, nas mais diversas áreas: Artes Plásticas, Dança, Música, Trabalhos Manuais, atividades para Exercitar o Corpo e a Mente como Yoga, Teatro e Tai Chi Chuan, entre outras opções que os paineirenses podem escolher. As inscrições devem ser realizadas na Central de Atendimento – CAT.

Devido aos feriados não haverá aulas nos dias:

3 e 4
Feriado da Paixão

20 e 21
Feriado de Tiradentes



Dança de Salão

Em meio ao estresse, nada melhor que tirar uma noite por semana para dançar com seu parceiro. Há muitos lugares disponíveis para praticar a Dança de Salão na capital, e o Paineiras é um deles! Os alunos aprendem vários ritmos de dança, dos mais simples às evoluções mais floreadas, tais como: bolero, tango, ritmos latinos, gafieira, valsa, merengue, rumba, etc. As inscrições podem ser realizadas somente aos pares, participe! Confira alguns dos ritmos ensinados:

Samba de Gafieira

Essa dança é uma herança do maxixe e começou a ser praticada a partir do século XX. O nome vem da palavra francesa 'gaffe' (gafe). É sempre o homem que conduz a mulher e ele executa gestos de proteção, ritmo e elegância. É acompanhada por instrumentos como o violão, o cavaquinho, percussão, choro e clarineta.

Forró

É uma dança típica realizada entre casais que executam várias evoluções durante os passos e sofreu grande influência dos africanos e europeus. Na década de 80, surgiu um tipo de forró que utilizava instrumentos musicais eletrônicos e atraíram um público mais diversificado para esse estilo que hoje é sucesso em todo o Brasil.

Merengue

Essa é uma dança que surgiu na República Dominicana e também criou raízes em países como Porto Rico, Haiti, Venezuela e Colômbia. Utiliza instrumentos musicais como os saxofo-

nes, acordeão, trompete e teclado. Praticada por casais, a dança conta com passos rápidos e simples. Ou seja, um dos pés marca o tempo da dança e o outro segue a coreografia. Já os membros superiores não se movimentam muito, deixando o ritmo apenas para as pernas e os pés.

Salsa

A salsa é uma dança que surgiu em Cuba e ganhou mais notoriedade por meio das obras dos porto-riquenhos Irmãos Lebron. Por onde passou, a salsa foi agregando valores de países como Venezuela, Brasil, Colômbia, Estados Unidos e República Dominicana. Dançada em pares, ela usa as batidas do ritmo da salsa e muitos rodopios. É uma dança sensual que permite que os bailarinos abusem da movimentação do corpo.

Tango Argentino

O tango surgiu nos bairros mais humildes da Argentina e se tornou uma das danças mais admiradas no mundo. Apesar do surgimento no país portenho, o tango argentino sofreu influências de países como Itália, França e Espanha. Atualmente, a dança é dividida de três formas: o estilo argentino, o americano e o internacional. O ombro esquerdo conduz o casal que deve manter seu corpo inclinado. São basicamente oito passos principais que são realizados com



Dança Flamenca

A dança flamenca tem origens que remontam as culturas cigana e mourisca, com influência árabe e judaica. A cultura do flamenco é associada principalmente à região da Andaluzia na Espanha e tornou-se um dos símbolos da cultura espanhola. Originalmente, o flamenco consistia apenas de canto sem acompanhamento. Depois começou a ser acompanhado por violão, ou guitarra clássica, palmas e sapateado.

Mais recentemente outros instrumentos como o “cajón” (uma caixa de madeira usada como percussão) e as castanholas foram também introduzidos. Junte-se a nós e venha desfrutar de aulas super animadas!



Grade Horária

Terças e Quintas:

- Nível I – 9h às 10h ou 16h às 17h / Nível II – 8h às 9h ou 18h às 19h
 - Nível III – 10h às 11h ou 17h às 18h
- * Nascidos em 2002 ou anos anteriores

movimentos cheios de intensidade e dramaticidade. Os dançarinos devem manter a proximidade e o olhar intenso.

Bolero

Esse tipo de dança surgiu na Europa e chegou a Cuba ainda no século XIX. A base desse ritmo é o dois pra lá, dois pra cá; porém, ocorrem também os giros, as caminhadas e evoluções durante o bolero. O nome da dança é explicado por causa dos vestidos usados por algumas bailarinas. As peças continham bolas, chamadas de boleiras.

Zouk

O zouk surgiu nos países caribenhos durante as décadas de 60 e 70. A palavra significa festa e é dançada analisando o tempo da música. No Brasil, o zouk contém mais giros e movimentos com os membros superiores.

Rumba

É uma das danças de salão com estilo mais lento, surgiu por meio dos ritmos africanos e se tornou muito popular em Cuba. Em 1925, foi banida do país, pois foi considerada inapropriada para os costumes da época. Entretanto, a Rumba conseguiu sobreviver a todas as objeções. Os passos são simples e a mulher utiliza a coreografia para seduzir o homem. Eles estabelecem um jogo na pista de dança. São movimentos agressivos, insistentes e românticos. Além disso, há um extenso trabalho com os pés e a utilização de instrumentos musicais como tambores, percussão e maracas.

Cha-cha-cha

É um tipo de dança de salão dinâmica e divertida que pode ser dançada em pares ou por qualquer pessoa. Conta com

três passos rápidos, chamados de chassé, e outros dois mais lentos. Quando os dançarinos executavam os passos mais rápidos, o som ouvido era parecido com “cha, cha,cha”, por isso o nome dessa dança. O casal não precisa ficar tão próximo durante a execução e a mulher coloca a mão sobre o ombro do seu parceiro enquanto ele realiza o mesmo procedimento. O pé deve permanecer sempre em contato com o chão e o peso da pessoa vai sendo direcionado para cada um deles.

Maxixe

Foi uma das primeiras danças realizadas nas cidades do país e surgiu no século XIX. Inicialmente, foi criticada pela igreja, pela polícia e pelas famílias devido a forma sensual com que era executada pelas pessoas. É conhecido como o tango brasileiro.

Soltinho

O soltinho é comparado a danças que surgiram nos Estados Unidos, mas ele possui passos básicos tanto para a direita como para a esquerda. Além disso, não há uma música específica para ele e sim canções que se encaixam perfeitamente para dançar soltinho. No Brasil, começou a ser mais praticado a partir da década de 80.

Grade Horária do Curso de Dança de Salão

Quartas: Nível I – 21h às 22h

Quintas: Nível II – 21h às 22h

* Nascidos em 2000 ou anos anteriores.

Meditação

A meditação encontra-se no meio de dois polos: a concentração e a contemplação. Uma prática que traz benefícios para o corpo e para a mente a curto e a longo prazo. Não fique de fora, faça a sua inscrição!

Grade Horária

Sábados: 9h às 9h30 ou 12h30 às 13h

Terças e quintas: 17h30 às 18h

* Nascidos em 2002 ou anos anteriores



Raja Yoga

É uma classe da modalidade de yoga cujo foco é o desenvolvimento da mente do observador (rsih), utilizando para tal uma sucessão de etapas como a meditação (Dhyana) e a contemplação (Samadhi). Seu objetivo é conhecer a realidade (viveka), alcançar o despertar (moksha) e eventualmente a iluminação (kaivalya).

Grade Horária

Sextas: 8h às 9h / 15h às 16h / 20h às 21h

* Nascidos em 2002 ou anos anteriores



Orientação de Estudos

O que Aristóteles nos diria sobre o prazer em saber-aprender?

“A alegria que se tem em pensar e aprender faz-nos pensar e aprender mais”, Aristóteles.

Quando li essa frase, reconheci nela uma fonte de inspiração, mas em nosso cotidiano, frequentemente preenchido por inúmeros compromissos, passa a ser difícil o reconhecimento da ideia proposta por Aristóteles. Apesar disso, quando nos propomos a buscar o entendimento mais profundo daquela frase, percebemos o quanto ela é verdadeira.

Podemos iniciar o entendimento afirmando que algumas alegrias são fruto de conquistas pessoais e essa proposta do filósofo grego, não é diferente. As situações de aprendizagem favoráveis promovem o prazer e motivação pelo saber aprender e nela o papel do professor/mediador é fundamental, podendo ser favorecida com o uso de alguns critérios que compõe a Teoria da Modificabilidade Cognitiva, elaborada pelo psicólogo romeno Reuven Feuerstein, dos quais serão destacados: **Competência e Regulação e Controle do Comportamento**.

A competência manifesta-se quando o indivíduo percebe que seu empenho na atividade que está realizando lhe trará resultados positivos e por isso, a sua persistência e perse-

verança se manterão firmes até a conclusão dessas, mesmo quando desafios maiores ocorrerem.

Complementando, viria o critério da Regulação e Controle do Comportamento, por ele, o indivíduo teria mais claro e inspirador o significado das palavras regulação e controle. O aprendente as entenderia como uma prática facilitadora da adequação do tempo, postura e estratégias às exigências de cada situação.

Exemplificando, seriam prevenidos o não cumprimento de prazos para entregas de trabalhos escolares e a realização de outras tarefas do cotidiano, pois ele saberia que o comportamento procrastinador provoca redução da qualidade do resultado final daquilo a que propôs ou precisa fazer. Percebe-se então que indivíduos conscientes de sua competência e dos bons resultados trazidos pela regulação e controle do comportamento, conseguirão alcançar a proposta da frase de Aristóteles, destacada no início deste artigo.

Claudia Taveira – Pedagoga e Psicopedagoga

Grade Horária

Quartas e Quintas: Os horários variam de acordo com a necessidade do aluno.

*Nascidos entre 1997 e 2008

VIAJE CVC

Viaje tranquilo com preços que só a CVC oferece e, o melhor, em até 10x sem juros.



Mundo

Bariloche

5 dias - Saídas diárias

Passagem aérea, transporte aeroporto/hotel/aeroporto, 4 diárias de hospedagem com café da manhã.

A PARTIR DE **10X SEM JUROS** **329, REAIS**

À vista R\$ 3.290. Base US\$ 1.179. Pacote com saídas diárias. Preço para saída 11/junho.

Buenos Aires e Bariloche

7 dias - Saídas diárias

Passagem aérea, transporte aeroporto/hotel/aeroporto, 6 diárias de hospedagem com café da manhã sendo 3 em Buenos Aires e 3 em Bariloche.

A PARTIR DE **10X SEM JUROS** **444, REAIS**

À vista R\$ 4.440. Base US\$ 1.591. Pacote com saídas diárias. Preço para saída 6/junho.

Bariloche

6 dias - Saídas diárias

Passagem aérea, transporte aeroporto/hotel/aeroporto, 5 diárias de hospedagem com café da manhã.

A PARTIR DE **10X SEM JUROS** **520, REAIS**

À vista R\$ 5.200. Base US\$ 1.863. Pacote com saídas diárias. Preço para saída 1º/julho.

Bariloche

7 dias - Saídas diárias

Passagem aérea, transporte aeroporto/hotel/aeroporto, 6 diárias de hospedagem com café da manhã.

A PARTIR DE **10X SEM JUROS** **549, REAIS**

À vista R\$ 5.490. Base US\$ 1.967. Pacote com saídas diárias. Preço para saída 10/agosto.

Brasil

Praia do Forte

5 dias - Saídas diárias

Passagem aérea e 4 diárias de hospedagem com Sistema Tudo Incluído no Iberostar Bahia Resort.

A PARTIR DE **10X SEM JUROS** **170, REAIS**

À vista R\$ 1.700. Pacote com saídas diárias. Preço para saída 7/maio.

Gramado

5 dias - Saídas diárias

Passagem aérea e 4 diárias de hospedagem com café da manhã no Hotel Alpenhaus.

A PARTIR DE **10X SEM JUROS** **88, REAIS**

À vista R\$ 880. Pacote com saídas diárias. Preço para saída 7/maio.

Florianópolis

5 dias - Saídas diárias

Passagem aérea e 4 diárias de hospedagem com café da manhã no Hotel Ingleses Praia.

A PARTIR DE **10X SEM JUROS** **79, REAIS**

À vista R\$ 790. Pacote com saídas diárias. Preço para saída 7/maio.



Atendimento exclusivo para sócios do Clube Paineiras.

CVC Extra Itaim.....3078-6443

cvcextraitim@cvc.com.br

Prezado cliente: os preços são por pessoa, com hospedagem em apartamento duplo, com saídas de São Paulo. Preços, datas de saída e condições de pagamento sujeitos a reajuste e disponibilidade. Condição para pagamento: parcelamento 0+10 vezes sem juros no cartão de crédito ou 1+9 no boleto bancário. Sujeito a aprovação de crédito. Câmbio especial CVC 13/3/2015: US\$ 1,00 = R\$ 2,79 válido por tempo limitado. Ofertas de lugares limitadas e reservas sujeitas a confirmação. *Todos os valores dos pacotes CVC são publicados já incluindo taxa de serviço, ISS e todos os outros impostos governamentais. Não estão incluídos impostos sobre serviços extras adquiridos no destino, taxas de turismo cobradas por algumas cidades e taxas de embarque cobradas pelos aeroportos.

CVC
sempreComVC

Feira do Livro

De 7 a 19 de abril, das 9h às 22h, no Saguão Social



Que tal atualizar a sua biblioteca e adquirir aquele livro que há tempos está na sua lista de desejos? A tradicional Feira do Livro do Paineiras acontece de 7 a 19 de abril, das 9h às 22h, no Saguão Social, onde estarão à venda títulos infantis, romances, autoajuda, dicionários, históricos, artes, atualidades, literatura nacional e internacional, ficção, suspense, dentre vários outros. Reúna a família e os amigos e venha conferir as novidades!

Uma feira onde você poderá soltar a imaginação e explorar o universo da literatura que te leva às mais fantásticas viagens, sem sair do lugar! O pagamento poderá ser efetuado com cheque, dinheiro ou cartão. Participe!

Como criar o hábito da leitura na infância?

O hábito da leitura é um dos mais importantes e deve ser incentivado desde a infância, mesmo antes da entrada na escola. Geralmente as crianças começam a ler por volta dos cinco anos, mas até lá os pais devem contar histórias para seus filhos. A partir do momento em que a criança começa a pegar objetos e a brincar, os livros já podem ser introduzidos no cotidiano.

Entre os benefícios que o costume de ler proporciona estão: desenvolvimento do repertório, estímulo do senso crítico e da imaginação, ampliação do conhecimento geral, aumento do vocabulário, entre muitos outros.

Dicas



- Pegue o livro e vá contar a história para a criança na cama. Faça perguntas simples para despertar o interesse dela pela história. Se a fábula for sobre animais, pergunte se ela já viu uma baleia, por exemplo, e peça para ela descrevê-la.



- Leve seu filho para passear em bibliotecas e livrarias que deixem a criança manusear os livros. O contato com o autor do livro pode estimular a curiosidade. Eventos de lançamentos de livros são ideais.



- Não repreenda a criança pela folha do livro rasgada, acidentes acontecem. Converse e o ajude a criar responsabilidade.

Clube de Leitura do Paineiras

O Clube de leitura consiste em uma atividade muito popular na Europa e Estados Unidos, onde um determinado número de participantes lê um livro e se encontra mensalmente para debater seu conteúdo com a participação de um mediador.

Este é um momento especial entre pessoas que gostam de ler e querem trocar ideias e experiências a respeito do que leram, além de ser uma oportunidade para aqueles que querem começar a se aventurar pelo mundo da boa leitura.

Em março formamos o primeiro Clube de Leitura do Paineiras, uma nova atividade de incentivo à leitura promovida pelo Departamento Sociocultural/Biblioteca em parceria com o Sindi-Clube, Academia Paulista de Letras e da editora Companhia das Letras.

Venha! Faça parte do próximo grupo, mais informações na Biblioteca Paineiras.

Próxima reunião do Clube de Leitura

Título do Livro: Dois irmãos – Milton Hatoum

Data: 23 de abril

Horário: 16h

Local: Sala do Carteadado



Sarau Cultural

Apresenta: Quarteto Carandá

28 de abril, terça-feira, às 17h, no Saguão Social

Venha apreciar a boa música instrumental erudita com a apresentação do Quarteto Carandá, integrado por Helena Imasato e Otávio Scoss Nicolai (Violinos), Alexandre Masak (Viola) e Ana Maria Chamorro (Violoncelo). O evento acontecerá na terça-feira, 28 de abril, às 17h, no Saguão Social. O quarteto de cordas é formado por músicos de experiência internacional e desenvolve um trabalho com o repertório tradicional. O grupo vem especializando-se na interpreta-

ção dos principais compositores eruditos e populares, buscando preencher uma das lacunas da nossa atual produção cultural. No programa serão apresentadas obras de Bach, Vivaldi, Mozart, Pachelbel, Handel e Boccherini.

Não perca esta oportunidade de ouvir os grandes clássicos escritos para quarteto de cordas, interpretados pelo Quarteto Carandá.



Biblioteca

Educação Ambiental

São Paulo enfrenta neste momento uma das maiores crises hídricas de sua história. Os principais reservatórios que abastecem a capital atingiram níveis alarmantes, o que fez com que os paulistanos adotassem novos hábitos de consumo consciente em seu dia a dia.

Visando contribuir para a campanha de conscientização e alertar um número maior de pessoas, a Biblioteca Paineiras pro-

jetou um Painel Literário sobre o tema, confeccionado em 3D com material reciclável, "A Água que Nos Conecta".

Você sabia que consome-se de 6 a 10 litros de água ao acionar a válvula de descarga por 6 segundos? Essas e outras curiosidades você vai descobrir aqui, na Biblioteca Paineiras.

Venha conferir!

CONFIRA NO
CADERNO KIDS A
PROGRAMAÇÃO
ESPECIAL QUE A
BIBLIOTECA PAINEIRAS
PREPAROU PARA
CRIANÇA.
IMPERDÍVEL!



Quiz Cultural

No dia 23 de abril acontece o segundo encontro dos inscritos para participarem do Quiz Cultural. Os conhecimentos adquiridos nos encontros proporcionarão aos participantes uma nova reflexão sobre a importância da Arte e da Cultura na vida das pessoas.

As reuniões serão conduzidas pelos professores Edu Oliva e Luccia Maggi, que há oito anos ministram cursos no Clube Paineiras. A cada encontro haverá uma exposição oral referente ao tema do mês, acompanhada de projeção de imagens e projeção de vídeos. As inscrições são gratuitas e podem ser realizadas na Central de Atendimento – CAT.

Encontros

Valor: Gratuito

Data: 23 de abril

Horário: das 17h30 às 19h

Mínimo para abertura de cada encontro: 15 participantes

Inscrições: Central de Atendimento – CAT



Centro Cultural

Um espaço para o associado mostrar seu talento

Desde setembro de 2014, o Centro Cultural se firmou como um espaço onde seus alunos e associados podem se apresentar e mostrar seus talentos. A área foi inicialmente preparada para receber pequenas mostras, exposições e apresentações de música, dança, teatro, entre outras.

O evento de inauguração desse novo espaço foi realizado em 16 de setembro com a belíssima exposição de aquarelas de Alice Lauletta. Foi um sucesso!

Dando prosseguimento às adequações da área, em fevereiro foi efetuada a troca do piso e alguns ajustes. O espaço reabriu em março com a exposição de Claudete Rocha Galhardo Guerra, e a próxima exposição a ser realizada será "Multiplicidade", de Anita Colli que ficará à mostra de 7 de abril a 3 de maio.

Os associados que tiverem interesse de participar cantando ou com outra forma de manifestação artística, poderão obter mais informações no telefone 3779-2051.

O Clube Paineiras do Morumby convida para a Exposição "Multiplicidades" de Anita Colli



Entre os dias 07 de abril e 03 de maio acontecerá, no Centro Cultural Paineiras (atrás da Brinquedoteca), a exposição de Anita Colli com obras realizadas nos últimos quatro anos. Anita é uma pediatra que se iniciou na arte com 57 anos de idade (1998), no Clube Paineiras do Morumby, tendo trabalhado com diferentes técnicas que incluem pintura acrílica, aquarela, encáustica, gravura e colagem. Além do ateliê do Clube frequenta também o Estúdio Contempóarte.

Nos últimos cinco anos, Anita vem trabalhando na construção de objetos tridimensionais usando materiais descartados do cotidiano doméstico e de laboratório de pesquisa. A artista também participou de cinco exposições individuais e várias coletivas.

A mostra é parte de um conjunto maior de objetos, instalações e assemblages, resultantes de associações, aglutina-

ções, agrupamentos e conexões de materiais. As estruturas criadas decorrem da recontextualização de elementos de uso rotineiro para modelos estéticos com novos significados e nos quais sua utilidade original desaparece. Com os métodos utilizados, a artista busca novas simbologias que podem instigar ou provocar o observador – reações de surpresa, curiosidade, lembranças, encanto, humor – desencadeando projeções do seu imaginário.

Local: Centro Cultural Paineiras, 3º subsolo.

Vernissage: 14 de abril.

Horário: 19h30.

Visitação: de segunda a quinta-feira, das 8h às 22h horas e de sexta-feira e sábado, das 8h às 17h.



Vem aí

Outono Cultural

09 de maio, sábado, a partir das 11h, na Plataforma Infantil

O Setor Cultural promoverá no dia 09 de maio, sábado, das 11h às 18h, a terceira edição do aguardado Outono Cultural. Este ano, além dos alunos matriculados nos cursos culturais, o evento contará com a participação de grupos convidados e uma deliciosa surpresa com as comidinhas dos Food Trucks: Kombosashake, La Buena Station, O Cantineiro, Bio Café e Dog New York.

O evento acontecerá na Plataforma Infantil, em frente às salas de dança, aproveitando a mesma infraestrutura utilizada pelo Departamento de Esportes durante o São Paulo Challenger de Tênis, evento internacional que trouxe para nossas quadras, campeões da modalidade.

O projeto Outono Cultural tem como objetivo prestigiar e integrar os alunos dos Cursos do Cultural, por meio de apresentações de diversas atividades desenvolvidas no Clube. O evento contará ainda com a novidade Food Trucks! Os "restaurantes sobre rodas" que invadiram as ruas e conquistaram os brasileiros, estacionarão aqui no Clube trazendo pratos elaborados que vão tornar o evento ainda mais agradável e delicioso.

Venham participar e prestigiar!



Clube Paineiras vai ao Teatro

Mudança de Hábito

A Divina Comédia Musical da Broadway

No dia 11 de abril, sábado, o Clube Paineiras levará 46 associados para assistir à adaptação brasileira do famoso musical da Broadway, Mudança de Hábito, no Teatro Renault. Depois de ser visto por mais de cinco milhões de espectadores no mundo, a montagem original – com letras em português e elenco brasileiro – chega ao Brasil e já é sucesso de crítica e público.

O Musical narra a história de Deloris, uma diva disco que testemunha um assassinato e se refugia no único lugar onde ninguém sonharia encontrá-la... Em um convento! Vestir-se de freira é a mesma coisa que discordar de seu estilo de vida. Porém, agora ela terá que seguir uma disciplina rígida imposta pela Madre Superiora. Usando suas habilidades musicais e sua voz poderosa para inspirar o coro do convento, Deloris acaba por trazer um pouco de ar fresco à igreja da comunidade. Entretanto, ao fazê-lo, tem seu disfarce descoberto.

O Espetáculo é baseado no filme "Mudança de Hábito", sucesso dos anos 90 estrelado por Whoopi Goldberg. A atriz vencedora do Oscar assina o musical como co-produtora. A superprodução, tem sido indicada a diversos prêmios, incluindo cinco Tony Awards, ganhou quatro Audiences, na Alemanha, além da escolha da audiência na premiação do Broadway.com, como Musical Favorito. Em Londres, o musical bateu recorde de vendas como maior bilheteria em uma semana.

A Revista Paineiras conversou com a coreógrafa e diretora residente do musical, a associada Fernanda Chamma, que ressalta a satisfação de trabalhar com o diretor americano do espetáculo, Jerry Zaks, "É uma experiência muito bacana, a gente aprende muito com eles. Mas acrescentamos um toque local, o tempero brasileiro. Trabalhei com o Jerry também na produção do musical A Família Addams, que fez mais sucesso aqui no Brasil do que na temporada deles na Broadway", comenta Fernanda.

Fernanda Chamma ainda ressalta "Muitos dos atores que estão na produção já fizeram aula comigo, a Hellen de Castro, por exemplo, até a própria protagonista, Karin Hils trabalha comigo desde Hairspray". Em julho, Fernanda comandará no Paineiras mais uma edição do Circuito Broadway Férias, um programa de atividades com aulas de artes com ênfase no teatro musical para crianças, adolescentes e adultos.

A adesão foi total e o departamento já considera a possibilidade de uma nova turma para assistir ao espetáculo, acompanhe!



Serviço:

Data: 11 de abril, sábado

Horário: às 21h no Teatro Renault

Saída do Clube: às 19h

Retorno previsto: às 00h30

Programação de Páscoa no Paineiras

Almoço da Sexta-feira Santa

Dia 3 de abril, das 12h às 17h, no Restaurante das Cúpulas

A Sexta-Feira Santa é a data na qual os cristãos relembram a crucificação de Cristo. É tradição que neste dia as pessoas se abstenham de comer carne vermelha e preparem um cardápio à base de carne de peixe, sendo mais comum o bacalhau.

Para que você possa aproveitar esta data especial ao lado de seus familiares sem precisar se preocupar em cozinhar, preparamos um cardápio com deliciosas opções elaboradas especialmente para proporcionar um almoço especial e apetitoso.

Cardápio Couvert servido na mesa

- Ceviche peruano de peixe branco e salmão
- Bolinho de bacalhau
- Azeitonas
- Sardela
- Manteiga
- Pão italiano

Banquete

- Lombo de bacalhau gadus morhua assado no forno a lenha
- Bacalhau gratinado
- Arroz de brócolis
- Batata ao murro
- Truta ao molho de amêndoas
- Ravioli de cream cheese com limão siciliano
- Escalope ao molho de mostarda
- Medalhão de chester
- 16 tipos de saladas



Almoço de Páscoa

Dia 5 de abril, das 12h às 17h, no Salão Nobre

Reunir a família em torno de uma mesa farta faz parte da tradição do almoço de Páscoa, no qual se celebra a ressurreição de Jesus Cristo. Confira o cardápio que elaboramos para este dia, reúna seus amigos e familiares e venha para o Paineiras!

Cardápio

- Cordeiro à caçadora
- Crepe de bacalhau
- Medalhão de filet mignon ao molho roquefort e chips de presunto cru
- Salmão ao forno à moda Rofer
- Risoto de palmito com sálvia
- Tortelli de banana da terra com queijo meia cura
- Arroz de forno do Miguel
- Fusilli artesanal ao molho de linguiça caseira
- Penne à toscana
- Legumes assados na lenha
- Pastel de camarão
- 16 tipos de saladas
- Sushi
- Pratos Kids
- 8 tipos de guarnições

Os convites poderão ser adquiridos no Estande de Vendas a partir do dia 15 de março até dia 2 de abril. Após esta data, os convites poderão ser adquiridos somente pelo Rofer Gastronomia pelo telefone 3779-2124.

Valores por pessoa

Sexta-Feira Santa

- Adultos – R\$ 65,00
- Crianças – R\$ 38,90
- Buffet de Sobremesas – R\$ 10,90

Domingo de Páscoa

- Adultos – R\$ 58,00
- Crianças – R\$ 34,90
- Buffet de Sobremesas – R\$ 10,90

* As bebidas serão cobradas separadamente

Esquenta Sambar Paineiras

Grupo Sabor de Samba

**11 de abril, sábado, a partir das 13h,
na Plataforma das Piscinas**

O Grupo Sabor de Samba volta ao Clube no dia 11 de abril, sábado, a partir das 13h para mais uma apresentação com os grandes sucessos do samba, mostrando toda sua excelente qualidade musical e versatilidade.

O grupo formado por: Jarier (violão), Walter (cavaquinho), Fernando (pandeiro), Beto (percussão) e Fausto (surdo), traz na origem do nome a liberdade descomprometida característica do samba de roda com um repertório variado que inclui, Dorival Caymmi, Paulo Vanzolini, Adoniran Barbosa, Cartola, Assis Valente, Ari Barroso, Geraldo Pereira, Noel Rosa além de sambas atuais.

Não perca! Reúna a galera e venha prestigiar!



ENTRADA FRANCA



Pedro Autz

25 de abril, sábado, às 20h, no Cineteatro

No dia 25 de abril, sábado, às 20h o Clube receberá o cantor e compositor Pedro Autz para uma apresentação super especial! Esta é a segunda vez que Pedro Autz se apresenta no Paineiras, agora com o show oficial do lançamento de "Scarecrow", trazendo inúmeras novidades.

O cantor iniciou seu trabalho aos 16 anos, ainda na escola e aprendeu a tocar violão e piano por conta própria, enquanto compunha suas primeiras canções. Seu estilo, genuinamente romântico e reflexivo, permeia o pop e o folk americano. Pedro é conhecido pela sua música "Tonight", composta em parceria com a irmã, que integrou a trilha sonora da novela Chiquititas do SBT, expondo seu trabalho a nível nacional.

Em fevereiro desse ano, o selo EF Sony Music lançou mundialmente o primeiro trabalho profissional de Pedro Autz, "Scarecrow" e em março inaugurou seu canal Vevo no Youtube, confira PedroAutzVEVO e o site do cantor: www.pedroautz.com.br e fique por dentro das novidades.

APOIO:



Noite Portuguesa com Roberto Leal

24 de Abril, sexta-feira, a partir das 21h30, no Salão Nobre

Ora, pois! No dia 24 de abril, a sexta dançante será especial e trará o melhor da cultura lusitana com jantar típico, boa música e muita animação. O evento acontecerá no Salão Nobre, a partir das 21h30 e contará com a apresentação do cantor português Roberto Leal.

O cantor vem ao Paineiras com um grande espetáculo no qual leva para o palco uma fusão musical, com toda a beleza, movimento e vibração proporcionados pela mistura de duas das culturas mais ricas do mundo em termos musicais. Brasil e Portugal desfilam pelo palco através da riqueza instrumental, das luzes, de grupos de dança e bailarinas com riquíssimos figurinos.

Com mais de 40 anos de carreira, Roberto Leal já realizou até hoje mais de 5 mil espetáculos no Brasil e por todo o mundo, já vendeu mais de 17 milhões de discos e tem mais de 400 canções gravadas. Em uma experiência única e muito bem sucedida, protagonizou o filme "O Milagre", que conta sua própria história, com recordes de bilheteria.

O cantor foi o primeiro artista popular a se apresentar no Roy Thompson Hall de Toronto que, inaugurado pela Rainha Elizabeth e pela Orquestra Sinfônica de Londres, não havia recebido até então outros artistas que não de música erudita.

Você não pode perder!



Cardápio

Couvert

- Bolinho de bacalhau
- Pão português
- Azeitonas temperadas
- Tremeço
- Azeite extra virgem aromatizado

Jantar

- Lombo de bacalhau gadus morhua no forno a lenha
- Leitão à bairrada
- Arroz de pato de Alentejo
- Alheira
- Arroz de Braga
- Batatas ao murro
- Brócolis ao alho

*Valor – R\$ 65,00

Ingressos

Associados – R\$ 50,00

Convidados de Associados – R\$ 70,00

Serviço:

Traje: Esporte Fino. Não é permitida a entrada de pessoas sem camisa ou trajando camiseta regata, bermuda, shorts, tênis e chinelos. **Idade:** a partir de 16 anos desde que acompanhados por responsável (associado) maior. **Serviço de A&B:** cardápio, sobremesa e bebidas cobrados separadamente.

Para dar sequência ao tema retratado na Noite Portuguesa, o Paineiras oferece outras noites especiais com filmes especiais! Confira a programação:



Memórias Póstumas

Após ter morrido, em pleno ano de 1869, Brás Cubas (Reginaldo Faria) decide por narrar sua história e revisitar os fatos mais importantes de sua vida, a fim de se distrair na eternidade. A partir de então, ele relembra de amigos como Quincas Borba (Marcos Caruso), de sua displicente formação acadêmica em Portugal, dos amores de sua vida e ainda do privilégio que teve de nunca ter precisado trabalhar em sua vida.

Data: 24 de abril
Horário: 20h30
Local: Cineteatro Paineiras
Gênero: Comédia
Duração: 101 min

José e Pilar

A relação entre José Saramago, prêmio Nobel de literatura em 1998, com sua esposa, a jornalista Pilar Del Rio, através do cotidiano do casal.

Data: 25 de abril
Horário: 19h
Local: Cineteatro Paineiras
Gênero: Documentário
Duração: 125 min



Um Filme Falado

Julho de 2001. Rosa Maria (Leonor Silveira), uma professora de História, embarca com a filha, Maria Joana (Filipa de Almeida), em um cruzeiro. O navio sai de Lisboa e atravessa o mar Mediterrâneo com destino a Bombaim, na Índia, onde seu marido a espera. Durante a travessia ela visita pela primeira vez Marselha, as ruínas de Pompéia, Ceuta, Atenas, Cairo e Istambul, sempre falando para a filha sobre a importância destes locais, origens de culturas que marcaram a civilização ocidental.

Data: 26 de abril
Horário: 19h
Local: Cineteatro Paineiras
Gênero: Comédia Dramática
Duração: 96 min

CIRCUITO BROADWAY

Férias



Em julho acontece o esperado Circuito Broadway de Férias. O projeto tem como objetivo, oferecer aos associados um programa de atividades pra lá de especiais, com aulas de canto, dança, sapateado e interpretação para teatro musical, direcionadas a crianças, adolescentes e adultos.

Com direção de Fernanda Chamma, um dos ícones da dança no país, os participantes viverão dias de Broadway em aulas ministradas por atores, diretores e coreógrafos que figuram entre os mais renomados espetáculos de sucesso no eixo Rio/São Paulo. Os inscitos terão ainda a oportunidade de participar de uma série de workshops, oficinas, audições e apresentações onde poderão mostrar todo seu talento.

Em um bate-papo com a Revista Paineiras, Fernanda Chamma fala sobre o Circuito:

Revista Paineiras – Como foi a experiência com o Circuito Broadway de Férias no ano passado?

Fernanda Chamma – Foi maravilhoso! Uma grande festa. Além da criançada talentosa, a turma adulta foi a sensação do Circuito. Superanimadas e determinadas. Sentimos nas salas de aula e no palco que o paineirense tem muita vontade e potencial. Inclusive, crianças que fizeram o Circuito foram indicadas para testes e audições. No momento, estou encaminhando uma



Da esquerda para a direita: Fernanda Chamma, Luiz Antônio Dias Martins de Oliveira e Marcia de Thuin

das alunas do adulto, Sandra Rosa de Souza, para audição do próximo musical do Miguel Falabella que vou coreografar neste semestre. Esse é o meu maior objetivo: proporcionar oportunidades artísticas e entretenimento de qualidade.

Revista Paineiras – Quais as novidades para a edição deste ano?

Fernanda Chamma – As pessoas podem aguardar muitas novidades. Estou embarcando agora em abril para Nova York e pretendo trazer material de todos os lançamentos da Broadway desta temporada, especialmente para o nosso Circuito.

Revista Paineiras – A equipe de professores permanece a mesma?

Fernanda Chamma – Sempre procuro fazer alterações no quadro de professores. Acho super saudável proporcionar para o aluno, a oportunidade de conhecer novas técnicas entre profissionais renomados da área.

Revista Paineiras – As turmas serão divididas como no ano passado: Kids, Teens e Adultos?

Fernanda Chamma – Sim. A divisão por idades precisa ser feita para termos um aproveitamento melhor nas salas de aula e na apresentação que fazemos no último dia de atividade. O desafio de subir ao palco em uma semana é enorme, tanto para os alunos quanto para a equipe de professores coreógrafos. Precisamos “abrir as cortinas” com tudo funcionando “redondinho” e apresentar um bom show!

Revista Paineiras – Quando acontecerá o Circuito 2015?

Fernanda Chamma – No mês de julho, de 13 a 18, com a possibilidade de abrimos uma segunda semana na sequência, ainda não confirmada. Além dos associados, as inscrições serão abertas para todo o país. Escolas de dança de Curitiba e do Rio de Janeiro já estão me procurando para participar. Ano passado tivemos nossas vagas esgotadas e este, devemos repetir o sucesso. Fica o convite.

Prepare-se para mostrar todo seu talento!

Almoço Especial de Dia das Mães

Dia 10 de maio, a partir das 12h, no Salão Nobre



Considerada uma das datas comemorativas mais importantes, no segundo domingo de maio celebra-se o Dia das Mães! Para festejar em grande estilo, o Paineiras preparou um almoço superespecial com um cardápio all inclusive de dar água na boca para que você possa aproveitar ao máximo esta data ao lado de toda a família. O evento acontecerá no dia 10 de maio, domingo, das 12h às 16h, no Salão Nobre.

Cardápio All Inclusive

Buffet

- Abadejo ao molho de mostarda dijon, uva passa e aspargos
- Medalhão de filet mignon ao molho poivre
- Laranja de bacalhau
- Ravioli de queijo brie com damasco na manteiga de sálvia e amêndoas laminadas
- T-bone de cordeiro na brasa ao molho de hortelã
- Galeto à primo canto
- Fettuccine à toscana
- Penne ao molho basilicata
- Risoto de alcachofra com açafrão e radicchio
- Batatas coradas
- 14 tipos de saladas
- Mesa de queijos, embutidos, pães e antepastos
- Sushi
- Comidinhas de criança
- 11 tipos de sobremesas

Bebidas

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

Os convites poderão ser adquiridos a partir do dia 15 de abril até o dia 8 de maio. Após esta data somente pelo Rofer Gastronomia e Eventos pelo telefone 3779-2124.

Valor individual All Inclusive:
Adulto – R\$ 87,00
Criança – R\$ 49,00



SEXTA NOBRE DANÇANTE

Restaurante das Cúpulas
Às 21h30



10 de Abril Banda Fênix

A Banda Fênix possui um repertório eclético, especial e muito dançante, que vai garantir a animação e alegria do paineirense. Mesclando músicas dos anos 60, 70, 80, Pop Rock, MPB, Românticas, Fox, Jazz, Boleros, Forró Universitário, Dance, Trash e Samba, o Grupo promete uma sexta mega especial. Não perca!

Cardápio

- Gratin de bacalhau
- Escalope à pizzaiolo
- Nhoque de mandioquinha com ragout de filet mignon
- Risoto de aspargos
- Batata lionesa
- Fettuccine Alfredo
- Penne à vegetable
- Salgados
- Fritas
- Carpaccio
- Frios
- 6 tipos de salada

Serviço:

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

Idade: a partir de 16 anos desde que acompanhados por responsável (associado) maior. **Ingresso:** R\$ 15,00 por pessoa

Serviço de A&B: alimentos e bebidas cobrados separadamente.

***Reservas pelo telefone 3779-2052:** segunda e sábado – 8h30 às 16h/terça a sexta – 8h30 às 17h30.

Bazar das Mães

Dias 25 e 26 de abril, das 10h às 18h, no Saguão Social e Salão Nobre

O tradicional Bazar das Mães acontecerá nos dias 25 e 26 de abril, das 10h às 18h horas, no Saguão Social e Salão nobre. Esta é a melhor oportunidade para quem quer garantir presentes e lembrancinhas super especiais para o Dia das Mães, com muita qualidade e variedade de produtos.

Neste evento, os associados, que realizaram suas inscrições, poderão expor e vender produtos diversos, tais como: trabalhos artesanais, papelaria, confecção, acessórios, cama, mesa e banho, entre outros. Nada de enfrentar a correria e as enormes filas de shoppings e centros comerciais, o melhor presente para sua mãe você vai encontrar aqui, no Paineiras!



11 de Abril

Banda Mecenaz apresenta o melhor da MPB



Formada pelos músicos: Edu Quintana (voz e violão), Vandi (baixo e voz), Rapha Quintana (bateria e voz), a Banda Mecenaz vem ao Paineiras com um repertório de excelente nível e bom gosto. Venha conferir um tributo voltado totalmente à interpretação da boa MPB Alternativa, como Tom Jobim, Chico Buarque, João Bosco, Ivan Lins, Edu Lobo, entre outros.

Cardápio

Isclas de peixe à dorê com molho tártaro – R\$ 21,90
Salada de batata com salsichão – R\$ 21,90
Creme de palmito – R\$ 12,90

25 de Abril

Clássicos do Rock com a Barbatrío

A Banda Barbatrío foi criada em meados de 2001 e começou sua jornada tocando nos melhores bares e pubs da Grande São Paulo e Interior de SP. Não demorou muito para que a banda acumulasse um repertório diferenciado com versões de clássicos do rock, pop e MPB. Dessa forma, além de tocar nos bares, entrou também no mercado de casamentos, cerimônias, eventos corporativos e aniversários.

O grupo impressiona pelo repertório abrangente, qualidade vocal de seus integrantes e variação de seus arranjos com repertório variado que vai dos anos 50 até os hits atuais, passando pelo pop, diversos clássicos do rock, música brasileira e MPB. Imperdível!



Cardápio

Brochette de camarão com molho tarê – R\$ 20,90
Bruscheta de queijo brie, pesto e mel – R\$ 22,90
Creme de ervilha – R\$ 12,90

Serviços:

PIANO BAR, às 20h | Show a partir das 21h30

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

Idade: A partir de 16 anos desde que acompanhados por responsável (associado) maior. **Ingresso:** R\$ 10,00 por pessoa (associados e convidados de associados). **Serviço de A&B:** Porções e bebidas cobradas separadamente. ***Reservas pelo telefone 3779-2052:** Segunda e sábado – 8h30 às 16h, terça a sexta – 8h30 às 17h30. *As reservas serão mantidas até às 21h30.

Programação

Abril 2015 – Filmes Para Jovens e Adultos



Birdman
04/04 – sábado – 19h
 Direção: Alejandro González Iñárritu
 Elenco: Michael Keaton, Zach Galifianakis e Edward Norton
 Gênero: Comédia / Drama
 Origem: EUA
 Classificação: 16 anos
 Duração: 120 min
 Ano: 2015



Boyhood: Da Infância À Juventude
05/04 – domingo – 19h
 Direção: Richard Linklater
 Elenco: Ellar Coltrane, Patricia Arquette e Ethan Hawke
 Gênero: Drama
 Origem: EUA
 Classificação: 12 anos
 Duração: 205 min
 Ano: 2014



Walt nos Bastidores de Mary Poppins
10/04 – sexta-feira – 18h
 Direção: John Lee Hancock
 Elenco: Tom Hanks, Emma Thompson e Paul Giamatti
 Gênero: Biografia / Drama / Comédia
 Origem: EUA / Reino Unido / Austrália
 Classificação: 16 anos
 Duração: 125 min
 Ano: 2014



O Espião que Sabia Demais
10/04 – sexta-feira – 20h30
 Direção: Tomas Alfredson
 Elenco: Gary Oldman, Mark Strong e John Hurt
 Gênero: Espionagem / Suspense
 Origem: França / Reino Unido / Alemanha
 Classificação: 12 anos
 Duração: 127 min
 Ano: 2012



Whiplash
11/04 – sábado – 19h
 Direção: Damien Chazelle
 Elenco: Miles Teller, J.K. Simmons e Paul Reiser
 Gênero: Drama / Musical
 Origem: EUA
 Classificação: 12 anos
 Duração: 107 min
 Ano: 2012



A Teoria de Tudo
12/04 – domingo – 19h
 Direção: James Marsh
 Elenco: Eddie Redmayne, Felicity Jones e Tom Prior
 Gênero: Biografia / Drama
 Origem: Reino Unido
 Classificação: 10 anos
 Duração: 123 min
 Ano: 2015



12 Homens e Uma Sentença
14/04 – terça-feira – 20h30
 Direção: Sidney Lumet
 Elenco: Henry Fonda, Martin Balsam e John Fiedler
 Gênero: Drama
 Origem: EUA
 Classificação: 14 anos
 Duração: 95 min
 Ano: 1957



O Nosso Segredo
17/04 – sexta-feira – 18h
 Direção: Ralph Fiennes
 Elenco: Ralph Fiennes, Felicity Jones e Kristin Scott Thomas
 Gênero: Biografia / Romance
 Origem: Reino Unido
 Classificação: 14 anos
 Duração: 111 min
 Ano: 2013

GRANDES
 FILMES –
 GRANDES
 DIRETORES



November Man: Um Espião Que Nunca Morre

17/04 – sexta-feira – 20h30

Direção: Roger Donaldson
Elenco: Pierce Brosnan, Olga Kurylenko e Luke Bracey

Gênero: Espionagem / Ação / Suspense
Origem: EUA

Classificação: 16 anos

Duração: 108 min

Ano: 2014



Corações de Ferro

18/04 – sábado – 19h

Direção: David Ayer
Elenco: Brad Pitt, Shia LaBeouf, Logan Lerman

Gênero: Guerra / Drama / Ação
Origem: EUA, Reino Unido, China

Classificação: 16 anos

Duração: 134 min

Ano: 2015



Êxodo - Deuses e Reis

19/04 – domingo – 19h

Direção: Ridley Scott
Elenco: Christian Bale, Joel Edgerton e John Turturro

Gênero: Espionagem / Ação / Suspense
Origem: EUA / Reino Unido / Espanha

Classificação: 14 anos

Duração: 151 min

Ano: 2014



Sweeney Todd

24/04 – sexta-feira – 18h

Direção: Tim Burton
Elenco: Johnny Depp, Helena Bonham Carter e Alan Rickman

Gênero: Comédia Musical / Suspense / Terror / Drama

Origem: EUA

Classificação: 12 anos

Duração: 115 min

Ano: 2008



Memórias Póstumas

24/04 – sexta-feira – 20h30

Direção: André Klotzel,
Elenco: Sonia Braga, Reginaldo Faria e Stepan Nercessian

Gênero: Comédia / Drama

Origem: Portugal / Brasil

Classificação: 12 anos

Duração: 101 min

Ano: 2001



José e Pilar

25/04 – sábado – 19h

Direção: Miguel Gonçalves Mendes
Elenco: José Saramago, Gael García Bernal e Fernando Meirelles

Gênero: Documentário

Origem: Espanha / Portugal / Brasil

Classificação: 14 anos

Duração: 125 min



Um Filme Falado

26/04 – domingo – 19h

Direção: Manoel de Oliveira

Elenco: Leonor Silveira, John Malkovich e Catherine Deneuve

Gênero: Drama

Origem: França / Itália / Portugal

Classificação: 12 anos

Duração: 96 min



Capote

28/04 – terça-feira – 20h30

Direção: Bennett Miller
Elenco: Philip Seymour Hoffman, Catherine Keener, Clifton Collins Jr.

Gênero: Biografia / Drama

Origem: EUA / Canadá

Classificação: 12 anos

Duração: 110 min

Ano: 2005



KIDS

SEARTI

Horário de funcionamento:

Segunda a sexta-feira:

Das 8h30 às 17h50

Sábados:

Das 8h30 às 16h50

Domingos e feriados:

Fechado

Um espaço onde a garotada aprende brincando! Sob a orientação de profissionais qualificados, eles confeccionam os próprios brinquedos utilizando materiais recicláveis e desenvolvem habilidades manuais, além de aprenderem a importância de cuidar do nosso meio ambiente. Traga seu filho para participar!

Abaixo a programação para o mês de abril:

Data	Atividades
01 e 02	Máscara de coelho
04	Confecção de cenoura
06 e 07	Protetor de interruptor
08 e 09	Porta treco de peixe
10 e 11	Chocalho
13 e 14	Confecção de boneco
15 e 16	Viseira
17 e 18	Índio
20	Blocos de anotações
22 e 23	Confecção de quadro
24 e 25	Cofre
27 e 28	Binóculo
29 e 30	Jacaré

Brinquedoteca

Horário de funcionamento:

Segunda a sexta-feira:

Das 9h às 19h50

Sábados:

Das 9h às 17h50

Domingos e feriados:

Das 9h às 16h50

Toda criança tem o direito de brincar e aqui no Paineiras elas encontram um local super especial onde participam de diversas brincadeiras e atividades que estimulam o crescimento saudável dos pequenos. A Brinquedoteca é um espaço lúdico, onde a molecada interage entre si e desenvolve os aspectos afetivos, de cognitivos e psicomotores.

Circuito de Brincadeiras

Todas as quartas-feiras, às 16h

A criançada é dividida de acordo com a faixa etária e participa de vários jogos que proporcionam momentos de muita diversão e aprendizado. Confira a programação especial para o mês de abril:

Programação Circuito de Brincadeiras:

Data	Atividades
01	Cabra-cega, Pilha de sapatos e Bola ao túnel
08	Fazer o contrário do que digo, Barra-manteiga e Futebol de sopro
15	Depressa garçom, Sinal vermelho, sinal verde e Elefante voa
22	Pega e segura, O correio e Atravessar o regato
25	Gato e rato, Jogo da cadeira vazia e Morto-vivo



Hora do Conto

A atividade acontece nas quintas-feiras, dias 09, 16, 23 e 30 de abril, às 11h e às 16h, na Brinquedoteca.

Um jeito descontraído e divertido de despertar nas crianças o gosto e o hábito da leitura a partir da magia do faz de conta. Este é o momento no qual elas deixam fluir a fantasia e a criatividade e entram em contato com as figuras e personagens de livros e histórias em quadrinhos. Incentive seu filho a ler, traga ele para o Paineiras!

Hora do Conto Especial na Biblioteca

No dia 16 de abril, quinta-feira, às 16h, a Biblioteca Paineiras preparou uma programação especial, a Hora do Conto. O objetivo é aguçar o gosto pela leitura, proporcionar cultura, conhecimento, valores e divertimento, em uma tarde literária com nossos jovens leitores. Os participantes irão desfrutar de uma contação de histórias em homenagem ao Dia Nacional da Literatura Infantil e aniversário do saudoso Monteiro Lobato, um dos mais influentes escritores brasileiros de todos os tempos.

Atualmente, vivemos em uma sociedade digital na qual as crianças e jovens estão cada vez mais focados na tecnologia, o que traz como consequência o afastamento das relações humanas. Embora essa evolução seja importante e necessária, é preciso manter os vínculos com os livros, pois segundo a escritora Cléo Busatto, "A história é uma arte de suma importância nas nossas vidas, através delas conhecemos fatos, adquirimos experiências e nos deparamos com hábitos de leitura".

Data: 16 de abril, quinta-feira
Horário: 16h
Local: Biblioteca Paineiras



KIDS



TEATRO INFANTIL

Entrada franca



Pinocchio

11 de abril, sábado, às 14h, no Cineteatro

Inspirado no romance "As aventuras de Pinóquio", escrito por Carlo Collodi em 1883, o espetáculo é garantia de entretenimento da melhor qualidade para a garotada paineirense e acontecerá no dia 11 de abril, sábado, às 14h, no Cineteatro do Paineiras.



Com um visual criado para dar ênfase à magia e ao realismo fantástico da obra original, o espetáculo narra a história de um boneco de madeira chamado Pinocchio, feito por Geppetto. A madeira, porém, é mágica e depois de pronto o boneco começa a agir como um menino de carne e osso e um de seus traços típicos é que sempre que mente seu nariz cresce.

Assim como muitas outras crianças, Pinocchio não escuta os conselhos de seu "pai" Geppetto, e um dia, quando se desvia de seu caminho para a escola, acaba se envolvendo em diversas confusões e aventuras.

A produção é do grupo A Peste – Cia. Urbana de Teatro, que celebra 10 anos de estrada e já apresentou os espetáculos: "A Menina que Descobriu a Noite", "Sonhei com Charles Chaplin", "Família Monstro", entre outros.



Traga a criançada para conferir. Imperdível!

Ficha Técnica

Concepção, direção e produção: Pamela Duncan
Assistente de direção e produção: Luiz Fernando Albertoni
Dramaturgia: Pamela Duncan e Rogerio Favoretto
Elenco: Luiz Fernando Albertoni, Jonathan Well, Mauricyo Madruga, Anna Carolina Longano e Ricardo Aires
Ator-Contrarregra: Vitor Freire
Narração: Lui Strasburger
Sonoplastia: Aline Meyer
Iluminação: Juarez Adriano
Operador de som e assistente de mídias: Jonas Ribeiro
Figurinos: Pamela Duncan

Adereços: Lucas Luciano e Ivaldo de Mello
Cenário: Heron Medeiros e Pamela Duncan
Design Gráfico e textos: Aida Cassiano
Vídeo cenário: Giuliano Scanduzzi
Coreografia: Luciana Mayumi
Preparação vocal: Jocelyn Marocolo
Produção: A peste, Cia Urbana de Teatro
Administração e apoio na produção: Mauricyo Inafre
Administração do projeto: Sonia Odila. Projetos Culturais
Fotografia: Jefferson Pancieri
Realização: A Peste, Cia Urbana de Teatro – Pamela Duncan

O Google Learning Space

Primeira sala de aula temática Google do mundo.

Espaço desenhado para proporcionar uma nova experiência de aprendizagem.

Em parceria com o Google este espaço foi desenvolvido com a finalidade de estimular professores e alunos a utilizarem de forma correta, produtiva e intensa recursos tecnológicos.



Google Learning Space na mídia

"Queríamos criar um ambiente colorido, despojado e informal, onde os alunos tivessem vontade de ficar e que favorecesse as trocas", explica Marcelo de Freitas Lopes, coordenador de Tecnologia Educacional da escola e representante da Foreducation, empresa responsável pela capacitação dos professores e pela parceria com a multinacional.

"Essa coisa de juntar todo mundo e compartilhar a informação é o mais legal. A sala proporciona bem essa experiência de a gente ser o responsável pela busca de novos conteúdos e compartilhamento com os nossos colegas", acredita Thiago Pinheiro, estudante do Ensino Médio.

"O Colégio Mater Dei enxergou o potencial de aprendizagem nesse ambiente, que é uma parte muito importante da escola, e procurou a empresa. A empresa viu que a ideia era sensacional e depois formatou como um programa mundial. Não é uma marca, mas um conceito", explica o diretor de educação da Google no Brasil, Milton Burgesse.

"De uma maneira geral, a escola está transformando seus ambientes de aprendizagem", afirma Sylvio Gomide, diretor do colégio. "Hoje você tem que entregar ao mercado de trabalho um aluno que tenha maior capacidade de colaboração. Buscamos ferramentas que permitissem uma interação maior entre estudantes e professores. E dentro de todas essas avaliações, o Google foi a empresa que tinha todos recursos para trilharmos esse caminho", completa.



colegiomaterdei.net



colegiomaterdei.net/newblog



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



[@materdeisp](https://www.instagram.com/materdeisp)

Programação

Abril 2015 – Filmes Infantis



KIDS



**Team Hot Wheels:
Mandando Bem**
04/04 – sábado – 13h

Direção: Matt Danner
Gênero: Animação
Origem: EUA
Classificação: Livre
Duração: 80 min
Ano: 2014



Meu Malvado Favorito
04/04 – sábado – 15h

Direção: Chris Renaud e Pierre Coffin
Gênero: Animação
Origem: EUA
Classificação: Livre
Duração: 95 min
Ano: 2010



Justin e a Espada da Coragem
05/04 – domingo – 13h

Direção: Manuel Sicília
Gênero: Animação
Origem: Espanha
Classificação: Livre
Duração: 92 min
Ano: 2014



Valente
05/04 – domingo – 15h

Direção: Mark Andrews e Brenda Chapman
Gênero: Animação / Aventura / Comédia
Origem: EUA
Classificação: Livre
Duração: 95 min
Ano: 2012



Os Smurfs
12/04 – domingo – 13h

Direção: Raja Gosnell
Gênero: Animação / Comédia / Família
Origem: EUA
Classificação: Livre
Duração: 86 min
Ano: 2011



Operação Big Hero
12/04 – domingo – 15h

Direção: Don Hall
Gênero: Aventura / Animação / Família
Origem: EUA
Classificação: Livre
Duração: 102 min
Ano: 2014



O Mar Não Está Pra Peixe
18/04 – sábado – 13h

Direção: Howard E. Baker e John Foxx
Gênero: Aventura / Animação / Família
Origem: EUA / Coréia do Sul
Classificação: Livre
Duração: 77 min
Ano: 2017



Aladdin
18/04 – sábado – 15h

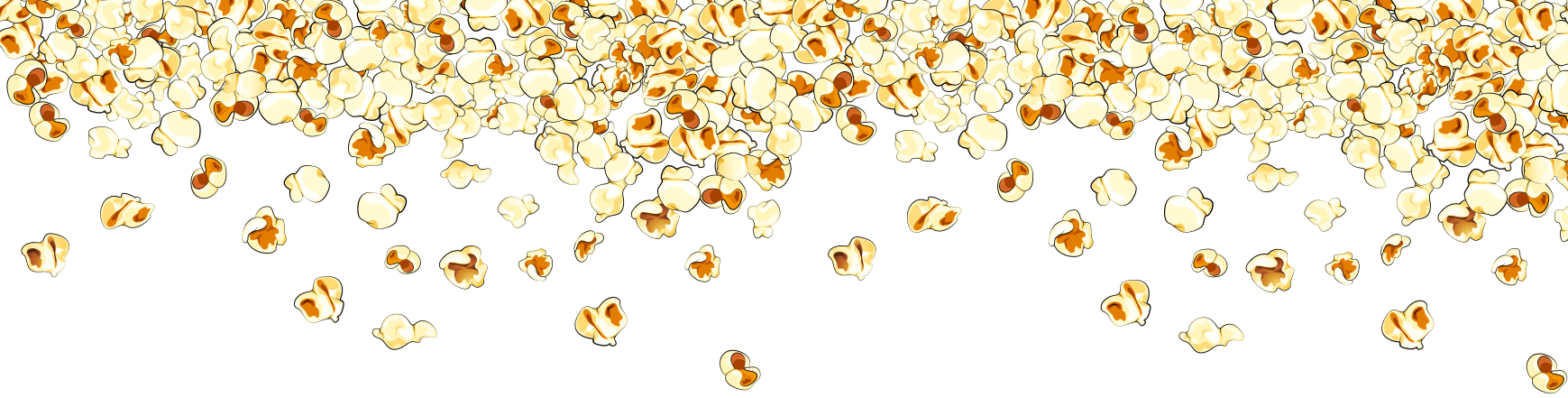
Direção: John Musker e Ron Clements
Gênero: Animação / Comédia Musical / Romance
Origem: EUA
Classificação: Livre
Duração: 90 min
Ano: 1993



Peter Pan
19/04 – domingo – 13h

Direção: Hamilton Luske, Clyde Geronimi e Wilfred Jackson
Gênero: Animação
Origem: EUA
Classificação: Livre
Duração: 76 min
Ano: 1953





Mulan
19/04 – domingo – 15h
 Direção: Tony Bancroft e Barry Cook
 Gênero: Animação / Aventura
 Origem: EUA
 Classificação: Livre
 Duração: 88 min
 Ano: 1998



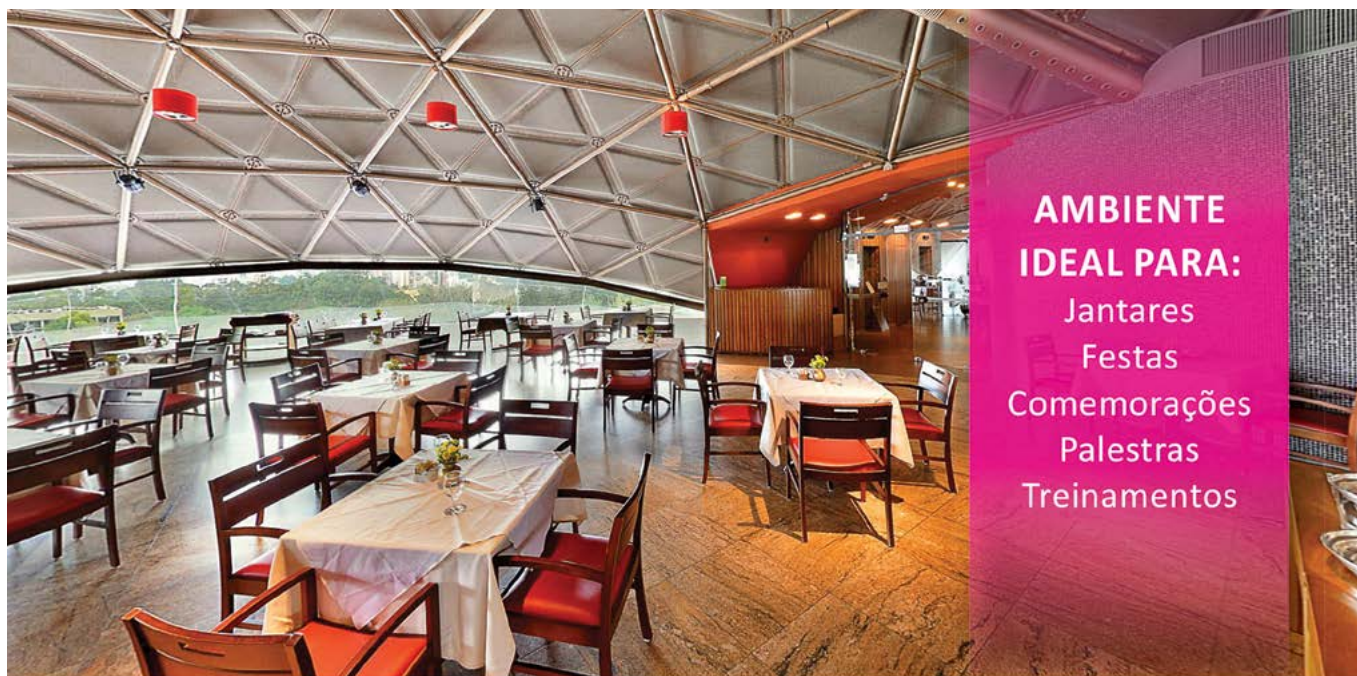
As Aventuras de Tintim
26/04 – domingo – 13h
 Direção: Steven Spielberg
 Gênero: Animação / Família / Ação
 Origem: EUA / Nova Zelândia
 Classificação: Livre
 Duração: 107 min
 Ano: 2012



Os Smurfs 2
25/04 – sábado – 13h
 Direção: Raja Gosnell
 Gênero: Animação / Família / Comédia
 Origem: EUA
 Classificação: Livre
 Duração: 76 min
 Ano: 2013



Uma História de Amor e Fúria
26/04 – domingo – 15h
 Direção: Luiz Bolognesi
 Gênero: Animação / Drama
 Origem: Brasil
 Classificação: Livre
 Duração: 75 min
 Ano: 2013



AMBIENTE IDEAL PARA:
 Jantares
 Festas
 Comemorações
 Palestras
 Treinamentos

ESPAÇO DAS CÚPULAS

Seu evento corporativo se torna ainda mais surpreendente com esse espaço.



Prevenir é melhor do que remediar!

**A vacina contra gripe é a maneira mais eficaz.
Proteja a sua família!**

O Clube Paineiras realizará nos dias 7, 8 e 9 de maio, das 9h às 16h, a vacinação contra a H1N1. A vacina será ministrada no Centro Médico por profissionais habilitados e supervisionada por um médico que também dará orientações aos associados e esclarecerá eventuais dúvidas.

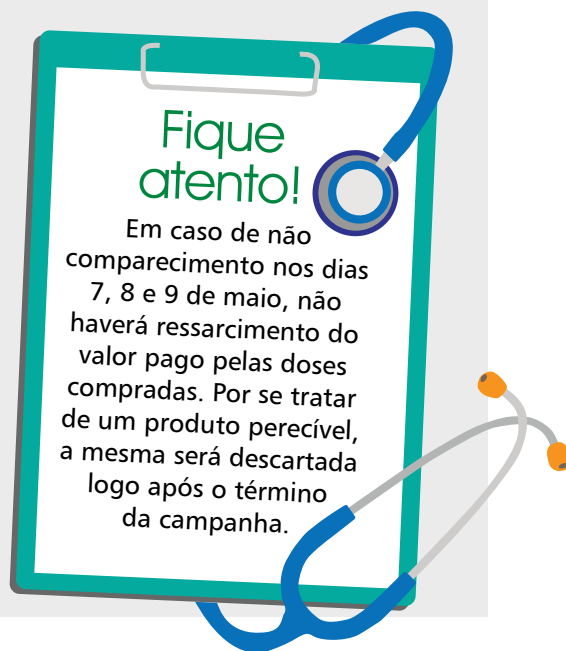
O Ministério da Saúde garante que a vacina é segura e incapaz de desencadear uma gripe. A imunização de pessoas de alto risco evita muitas mortes pela gripe e complicações.

O foco para imunização está definido por grupos de riscos, ou seja, pessoas mais suscetíveis aos efeitos da doença. Fazem parte do grupo prioritário crianças de seis meses a menores de cinco anos, idosos com 60 anos ou mais, trabalhadores de saúde, povos indígenas, gestantes, mulheres até 45 dias após o parto e doentes crônicos (como obesos, diabéticos e pessoas com insuficiência cardíaca).

A ação imunitária da vacina é de 12 meses e ela demora cerca de quinze dias para fazer efeito. No período de frio aumentam as chances de contágio da doença. Por isso não perca tempo. Zele pela saúde de quem você ama!

A dose ministrada terá o valor de R\$ 55,00 e os associados poderão efetuar o pagamento a partir do dia 6 de abril.

O pagamento deverá ser feito no Estande de Vendas do Clube, somente em dinheiro ou cheque, não sendo aceitos cartões; ou na fatura mensal do titular. A vacina só será aplicada mediante a apresentação do comprovante de pagamento.



Está chegando o 3º Qualivida Paineiras!

3º QUALIVIDA
PAINÉIRAS
CIRCUITO INTERNO DE SAÚDE

PROGRAME-SE! DIA 30 DE MAIO!

O evento promovido pelo Departamento de Higiene e Saúde tem o objetivo de mostrar a importância da avaliação dos parâmetros médicos para a prevenção de doenças e para a prática de atividades físicas. Os exames realizados serão apenas uma triagem. Em caso de alguma alteração o associado será aconselhado a procurar um médico especialista.

Local: Saguão Social • Data: 30 de maio • Horário: das 10h às 15h • Gratuito

Colaboradores reciclam treinamentos emergenciais

Nos dias 27 de fevereiro e 3 de março, os colaboradores do Clube Paineiras reciclaram seus conhecimentos em um treinamento sobre "Noções básicas: atendimento em urgência e emergência". O treinamento teve duração de três horas e foi aplicado para um grupo de 40 colaboradores.

O Clube promove constantemente esse tipo de aperfeiçoamento visando o melhor atendimento dos associados, maior segurança e tranquilidade de todos, assim como a eficácia dos atendimentos emergenciais necessários.



Alerta: Nova epidemia de Dengue assola as cidades!

Mais uma vez estamos sofrendo com o Mosquito. E por mais que o assunto seja conhecido, não podemos relaxar no combate da doença. A dengue mata! Até março foram confirmadas 67 mortes no Estado de São Paulo em decorrência do Mosquito. Siga algumas regras básicas de prevenção:

- Mantenha a tampa da caixa d'água sempre fechada. A dica também vale para quem mora em prédio.
- Remova folhas das calhas, bem como tudo que possa impedir a água de correr.
- Não deixe água acumular em lajes e varandas. Passe um rodo.
- Trate com cloro a água das piscinas. As que estiverem fora de uso devem ser cobertas.
- Jogue fora os pratinhos sob os vasos de planta. Não é para colocar areia, o ideal é remover o pratinho.
- Acondicione bem o lixo de casa, especialmente garrafas e latinhas, e mantenha a lixeira fechada.

Proteja a sua família. Use repelente e não faça da sua casa um criadouro da Dengue!



Nado Sincronizado

Lara Teixeira é ouro no German Open



O Brasil terminou sua participação no German Open de Nado Sincronizado, no sábado, 7 de março, com a medalha de ouro na Rotina Livre Combinada, o Combo. O time brasileiro marcou 84,3417 pontos. O pódio foi completado por Suíça (80,1500) e Argentina (77,8917). Entre os países participantes estavam: França, Itália, Suíça, Colômbia, Alemanha, Cingapura, China Macau, Indonésia e Argentina.

O Brasil competiu com a presença da atleta paineirense Lara Teixeira. O tema foi "Saloon" (Faroeste). Sobre a conquista Lara comentou, "Competimos a rotina técnica que ficamos em 3º lugar, mas sem medalha porque não competimos a final que era a rotina livre. Na Rotina Combinada ficamos com a medalha de ouro. Nadamos bem e confiantes para a primeira competição do ano, pois tivemos apenas um mês de preparação. Agora, o próximo desafio será na semana que vem na França, o French Open".

Na semana seguinte, a delegação brasileira se apresentou no Aberto da França, em Paris, onde conquistou o 3º lugar na rotina Combinada e o 5º lugar na rotina Técnica.



5^o OPEN MAKE UP FOR EVER

	FR	DE	GB	US	CA	CH	ES
ARG ARGENTINA	5	3	2	1	1	1	1
AUS AUSTRALIA	5	3	2	1	1	1	1
BEL BELGIQUE (Belgium)	5	3	2	1	1	1	1
BRA BRASIL	5	3	2	1	1	1	1
CAN CANADA	5	3	2	1	1	1	1
CHN CHINA	5	3	2	1	1	1	1
COL COLOMBIA	5	3	2	1	1	1	1
ESP ESPANHA	5	3	2	1	1	1	1
FRA FRANCE	5	3	2	1	1	1	1
GER GERMANY	5	3	2	1	1	1	1
HUN HUNGARY	5	3	2	1	1	1	1
IND INDONÉSIA	5	3	2	1	1	1	1
JAP JAPAN	5	3	2	1	1	1	1
KOR SOUTH KOREA	5	3	2	1	1	1	1
MACAU CHINA MACAU	5	3	2	1	1	1	1
PER PERU	5	3	2	1	1	1	1
USA U.S.A.	5	3	2	1	1	1	1
VEN VENEZUELA	5	3	2	1	1	1	1

Lara Teixeira

Sabrine Lowy treina na Seleção Olímpica

A atleta paineirense Sabine Lowy está treinando na Seleção Olímpica permanente, e neste mês teve a oportunidade de praticar uma aula de saltos ornamentais com a professora Fabiana Izumi, do Esporte Clube Pinheiros, com o objetivo de aperfeiçoar as técnicas acrobáticas.

Hoje em dia e cada vez mais, o Nado Sincronizado precisa de atletas que saltem bem, para realizar as 'alçadas' da coreografia. Segundo Sabine, as dicas foram muito preciosas, pois o impulso pode ser ajudado pelo movimento correto dos bra-

ços, ou posição exata da cabeça. A professora Izumi trabalhou vários movimentos educativos e deu exercícios que Sabine, agora, praticará todos os dias.

Sabrine continua participando dos treinos específicos de Nado Sincronizado no Paineiras. São necessárias muitas horas de treino por dia para atingir a excelência em alto nível competitivo.

Boa sorte, Sabine!



Sabrine Lowy



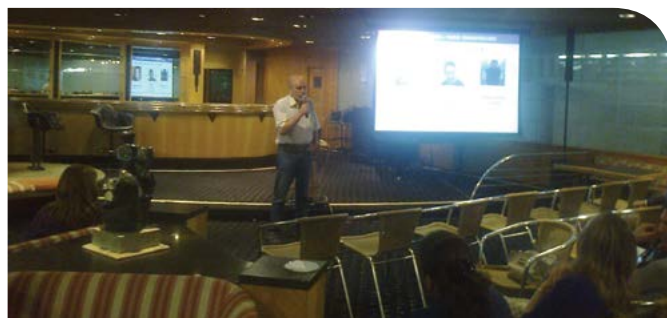
Sabrine Lowy e a professora Fabiana Izumi



Seleções Juvenil A e Junior treinam no Paineiras

Na semana de 16 a 21 de março, as seleções brasileiras Juvenil A e Junior, que disputarão os Jogos Sul-Americanos, em abril, na cidade de Lima, Peru, realizaram o treinamento no Clube Paineiras do Morumbi. Foi uma semana agitada e preciosa para o Nado Sincronizado paineirense, onde as atletas mais jovens puderam observar bem de perto o treinamento das seleções de base, e ver que esse sonho é palpável, pois muitas atletas eram do próprio Clube, companheiras de treino no dia a dia. No Juvenil A temos a presença das paineirenses: **Vitoria Serafini, Isadora Serafini, Vitoria Casale, Clara Noriega e Caterina Trofa**. Já na categoria Junior temos as atletas **Sofia Costa** (solista e duetista), **Mariana Giorgi** (duetista), **Victoria Mussa, Rafaela Costa e Rebeca Nogueira**.

Esperamos que a rica experiência volte a se repetir no futuro! E que as técnicas Priscila Pedron e Marcela Takami agradeçam ao Clube pela estrutura e apoio!



Reunião de Pais

O encontro proporcionou uma gostosa aproximação de todas as técnicas, dos profissionais que atuam na preparação física, nutrição e psicologia esportiva das equipes, da diretoria e dos pais dos atletas. O objetivo da reunião que aconteceu no dia 4 de março, foi demonstrar as metas do ano para a modalidade, o calendário de competições e discutir alguns assuntos do nado sincronizado, de forma organizada e descontraída, mas com a seriedade e profissionalismo características do Clube Paineiras.

Polo Aquático

Retorno dos atletas aos treinamentos

Mesmo com o Carnaval no meio do mês, nossos atletas em todas as categorias compareceram em massa. Isso foi muito bom para dar continuidade à nossa forte preparação física em água e terra, e assim nossos jogadores obtiveram um bom rendimento nos jogos do primeiro semestre.

Em fevereiro foi priorizada a parte física em água e terra dos atletas, visando uma boa performance nos jogos do primeiro semestre. Os técnicos paineirenses elogiaram o comprometimento e o desempenho dos atletas nos treinos. Parabéns a todos!

Reunião de pais

No dia 27 de fevereiro, foi realizada no Restaurante das Cúpulas do Clube, a reunião de pais dos esportistas do Polo Aquático.

O objetivo da reunião foi apresentar a estes pais, os objetivos do polo aquático para 2015, o calendário anual de competições nacionais e estaduais, os técnicos responsáveis por categoria, assim como os profissionais do Centro de Apoio ao Esporte, os horários e espaço de treino de cada categoria.

A reunião teve uma massiva presença dos responsáveis pelos atletas. Compareceram ao encontro o diretor da modalidade, Carlos Longo, o supervisor de esporte do Clube, Sergio Picasso, o coordenador e treinador, Frank Diaz, os técnicos Leonardo Vergara Real e Juan Dominguez, além dos profissionais que prestam apoio ao esporte do Clube: a nutricionista Kerolyn Valente, o preparador físico Vinicius Cavani e o psicólogo Arthur Ferraz.



Jogos treinos contra outros clubes



Fazendo parte da preparação física das equipes, foram combinados jogos amistosos contra os outros clubes como parte dos treinamentos dos atletas. As partidas realizadas foram muito produtivas. Apesar do intenso treino físico, os jogadores tiveram fôlego e unidos conseguiram atingir os objetivos estabelecidos pelo treinador e apresentaram um bom desempenho durante os jogos.

Na categoria adulta, o time paineirense jogou contra o Clube Athletico Paulistano e o SESI. Já as categorias sub 13 e sub 15 disputaram partidas contra a Hebraica e o SESI.

Treinos da seleção brasileira

O Paineiras, mostrando sua aproximação com esporte olímpico, abriu mais uma vez as portas do Clube para a seleção brasileira masculina de Polo Aquático realizar seus treinamentos.

A equipe comandada pelo técnico 4 vezes campeão olímpico, Ratko Rudic, está se preparando para competir na primeira fase da Liga Mundial, que vai ser realizada em Corona del Mar, na Califórnia. Esta primeira fase é muito importante para a equipe brasileira já que ela é classificatória para a superfinal. Vamos torcer para que a seleção possa estar entre os finalistas! Os treinos além de serem importantes para os atletas e técnicos do Clube, foram mais importantes ainda para três de nossos jogadores paineirenses, que fazem parte da seleção brasileira.

Parabéns Pedro Vergara, Rafael Vergara e Eduardo Wainberg!

Natação

Reunião de Pais das Categorias Mirim e Petiz

Foi realizada, no Piano Bar, a reunião de pais das categorias Mirim e Petiz, onde a Comissão Técnica da Natação forneceu todas as informações sobre o primeiro semestre dos atletas. Esta reunião é importante para os pais das categorias de base da Natação paineirense, que representam o futuro da Natação do Clube.

Neste encontro, tanto os pais dos Mirims que estão chegando agora, quanto os pais dos Petizes 1, que acompanharam as novidades, quanto os pais dos Petizes 2, que já estão mais acostumados com o que acontece com seus filhos, puderam tirar suas dúvidas em relação às aulas, atividades, datas de competições, critérios de participação, entre outros assuntos.

O Supervisor de Esportes Competitivos, Professor Sergio Picasso falou aos pais sobre o grande aporte financeiro que o Clube obteve pela Confederação Brasileira de Clubes – CBC e apresentou a grande contratação para a natação, Prof. Alberto Silva, o Albertinho – chefe da natação masculina brasileira, treinador da seleção brasileira e treinador medalhista olímpico. Agora, é treinar e buscar nossos objetivos. Vai Paineiras!



Termo de Adesão

O Paineiras é um dos poucos Clubes que financiam 100% da participação dos seus atletas em competições. Esta verdade, vale até os Campeonatos Paulistas das categorias. Para os Campeonatos Brasileiros, o Paineiras financia os atletas que atingirem o índice interno de cada categoria e os atletas que conseguirem medalhas individuais no evento.

Para os atletas que não estão nessas condições, o Clube facilita a participação através do **Termo de Adesão**.

Este termo é um documento em que os pais asseguram o pagamento das despesas de seus filhos que, mesmo fora dos critérios de participação paga, gostariam e têm interesse em participar da competição.

Para que o Departamento de Esportes, tenha tempo hábil de montar a viagem da delegação com alto padrão de qualidade e segurança, este ano foi estipulada uma data para a entrega do documento pelos pais ao departamento, ou seja, 30 dias antes da data de inscrição no campeonato.

A seguir as datas de entrega do documento para cada categoria:

- **09 de Março** – Campeonato Brasileiro Junior e Senior – Brasília (DF)
- **07 de Abril** – Torneio Sudeste Petiz – Belo Horizonte (MG)
- **14 de Abril** – Campeonato Brasileiro Juvenil – Recife (PE)
- **24 de Maio** – Campeonato Brasileiro Infantil – Belem (PA)

Fiquem atentos aos prazos, pois os **Termos de Adesão** não serão aceitos após a data estipulada.

Palestra Técnica com Professor Dr. Augusto



O professor Dr. Augusto ministrou uma palestra aos nadadores paineirenses com o intuito de melhoria técnica desses atletas. Biomecânico membro da Comissão Técnica do Clube Paineiras do Morumbi, o Prof. Augusto, a pedido dos treinadores da Natação abordou pontos importantes de cada nado para aumentar a velocidade de deslocamento na água. Estes pontos, a partir desta palestra, serão intensificados nos treinamentos de todas as categorias, visando fortalecer uma marca importante da natação paineirense – a grande qualidade técnica da equipe.



Judô

Torneio Yokichi Kimura

No último sábado o Ginásio Municipal Professor Hugo Ramos, em Mogi das Cruzes, recebeu a 27ª edição do Tradicional Troféu Yokichi Kimura. O nome do primeiro campeonato do calendário oficial da Federação Paulista de Judô, que recebeu 1,4 mil atletas, é uma homenagem a um dos precursores da modalidade, que morreu há exatamente quatro anos, com 90 anos de idade. O torneio recebeu 72 academias vindas de todo o estado de São Paulo e do Paraná, fato que comprova que este é um dos maiores torneios do Brasil. Foram realizadas lutas nas categorias mirim, infantil, infanto-juvenil, pré-juvenil, juvenil, adulto e master, todas no masculino e no feminino.



Beatriz Garofalo, campeã sub11



Clube Paineiras do Morumby: 5º lugar no quadro geral



Judocas paineirenses e o Troféu de 5º Lugar



Amanda Drezza, 2ª à esquerda, campeã na categoria sênior, e Alana Uraguti, bronze na categoria sênior

Nossos judocas paineirenses conquistaram excelentes resultados, totalizando seis medalhas de ouro conquistadas pelos atletas **Lucas Dell'Aquila, Felipe Calil, Beatriz Garofalo, Gabriel Vitorino Lopes, Amanda Drezza, Amanda Culato**, duas medalhas de prata pelas vitórias de **Maria Emília de Cillo e Francisco Gorgulho**, e quatro medalhas de bronze de **João Pedro de Mira, Bárbara Vitorino Lopes, Felipe Loverdos e Alana Uraguti**. No quadro geral de medalhas conseguimos o 5º lugar dentre as 72 agremiações participantes, um resultado inédito para o Clube Paineiras que inseriu o judô competitivo em 2010, isso ressalta a unidade do grupo que treina intensamente com a colaboração dos pais, comprometimento dos técnicos e professores, além do apoio incondicional do departamento de esportes e do nosso diretor Dr. Daniel Dell'Aquila. "No Judô o sucesso de um é o sucesso do grupo, pois sozinho ninguém fica forte e todos precisam de apoio dos colegas para evoluirmos", comenta Dell'Aquila. Esse excelente resultado e Troféu deve ser compartilhado por todos e simboliza uma evolução notória do Clube Paineiras no cenário nacional do Judô, "Sinto-me orgulhoso de fazer parte dessa evolução", finaliza o diretor da modalidade.



Troféu de 5º lugar

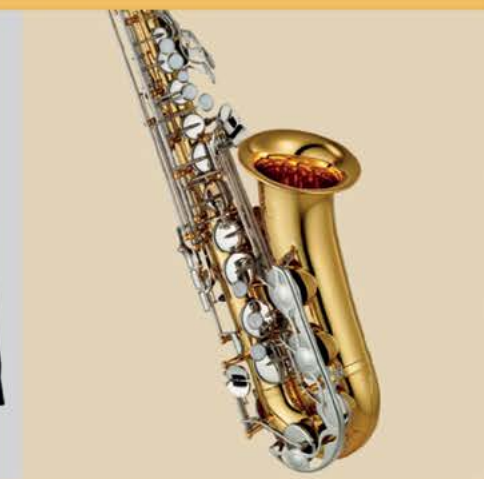


YAMAHA MUSIC SCHOOL



Os cursos de instrumentos da Yamaha Music School proporcionam um contato imediato com a prática musical. A metodologia é gradual, a qualidade do material já foi testada em mais de 40 países e os professores são de reconhecida competência, dinâmicos, e atentos às demandas dos alunos. Cursos de bateria, canto, piano, violão, guitarra e flauta, nas modalidades individual e grupo.

Conheça também o curso de musicalização dedicado à crianças entre 4 e 5 anos de idade.



Novos Cursos 2015: baixo, teclado e saxofone

Nas modalidades individual ou grupo, os cursos de baixo, teclado e saxofone terão início em 2015.

A Yamaha Music School oferece todos os instrumentos utilizados nas aulas e toda a condição que você precisa para desenvolver sua musicalidade.

Para mais informações:
Rua Justina, 434 - Vila Olímpia - S.P.
(11)3078-1605
www.musicschool.yamaha.com.br

INSCRIÇÕES
ABERTAS!

Tênis

Tenistas Paineirenses conquistaram grandes vitórias em 2014

Alguns de nossos atletas conquistaram títulos inéditos! Trouxeram os troféus para casa e elevaram o nome do Clube Paineiras na modalidade esportiva. Ricor, por exemplo, segundo a ITF Sênior, foi o melhor jogador brasileiro em sua categoria 55, em simples e duplas. Esse tenista paineirense merece destaque pelas conquistas e títulos ganhos em 2014 com muito suor e trabalho. Confira:

- **Ricor F. da Silveira**

Medalha de Bronze no Campeonato ITF Mundial de Seniors – USA – duplas Cat. 55 anos;
Vice-campeão Sul-americano – simples Cat. 55 anos;
Campeão Sul-americano – duplas Cat. 55 anos;
ITF Ranking Mundial – simples – 6 posição;
ITF Ranking Mundial – duplas – 5 posição.



Ricor da Silveira, ITF Senior Peru

Estamos orgulhosos desse paineirense! Parabéns, Ricor!

São Paulo Challenger acontece em abril no Paineiras



O Clube Paineiras do Morumby tem o prazer de sediar o São Paulo Challenger de Tênis, torneio internacional de tênis profissional masculino. O Challenger é composto por cerca de 160 torneios em diversos países. Os tenistas iniciantes usam esses torneios para se adaptarem ao nível do tênis profissional. Esses torneios também contabilizam pontos para o ranking da ATP. Ao receber um evento desse porte, o Paineiras reforça a sua missão de ser um Clube provedor de qualidade de vida e formador de atletas. O evento acontecerá entre os dias 25 de abril a 3 de maio de 2015. Os dois primeiros dias de evento são dedicados aos jogos do qualifying, as partidas da

chave principal têm início na segunda-feira e a grande decisão acontece no domingo seguinte.

Otaviano Santos, Coordenador Técnico de Tênis, fala sobre a importância do torneio "Evento de suma importância, que só vem a acrescentar a todos os tenistas do Clube, sejam da Área Competitiva, Formativa ou Recreativa. Oportunidade única de vermos grandes 'azes' do Tênis Internacional, que em médio e longo prazo estarão em evidência no circuito internacional".

Venham acompanhar de perto essas partidas!

Paineiras recebe a 1ª edição do Roland Garros – Junior Wild Card Tournament



A CBT-Confederação Brasileira de Tênis firmou parceria com Federação Francesa de Tênis - FFT, sendo essa última a detentora dos direitos e organizadora do evento de tênis denominado RENDEZ-VOUS ROLAND GARROS e permitirá a realização de sua primeira edição na cidade de São Paulo/SP.

O torneio será realizado nas quadras do Clube Paineiras no período de 15 a 19 de abril de 2015. A cerimônia de abertura do evento será realizada no dia 15. O jogos acontecerão a partir do dia 16 de abril. O Troféu de Roland Garros ficará exposto por uma hora antes do início das finais no dia 19 de abril e mais uma hora após o encerramento do último jogo do torneio. Os associados

poderão tirar fotos ao lado do troféu. O treinamentos dos atletas participantes se iniciam a partir do dia 15 de abril.

Somente tenistas com Ranking ITF Juniors (até 18 anos) poderão participar deste torneio. A competição contará com chaves masculina e feminina formada por 16 jogadores. Os vencedores destas duas chaves se classificarão para um triangular com os vencedores de China e Índia, que será disputado em Roland Garros. O campeão deste triangular terá Wild Card para a chave principal de Roland Garros Junior, enquanto os outros dois participantes receberão Wild Card para o qualifying do Grand Slam juvenil francês.

Everton Marcel é o novo diretor esportivo do tênis

Carinhosamente conhecido pelos associados como Marcel, o empresário assume pela segunda vez a diretoria da modalidade. Associado do Paineiras desde 1996, ele também foi diretor na época em que o Dr. José Miguel Spina era presidente. Atleta, ele atualmente está participando do Campeonato Interclubes de Tênis defendendo as cores do Paineiras. Quando questionado sobre seus objetivos como diretor, ele lembra que é preciso dar apoio para a base do tênis profissional, conseguindo bolsas universitárias, por exemplo.



Marcel considera o Paineiras um grande Clube formador de atletas, "O Paineiras é respeitado e conhecido como celeiro de atletas do tênis. Temos uma ótima infraestrutura desde os professores do SEFFE até o competitivo com o Otaviano. Temos muitos atletas ranqueados!". Marcel é um grande entusiasta da modalidade, " Faço e trabalho por amor ao Tênis, ao Clube e aos profissionais envolvidos na modalidade", finaliza o diretor.

PATROCÍNIO  **Wilson**

APOIO AO
ESPORTE
COMPETITIVO

 **Mater Dei**

 **OBJETIVO**
Sistema de Ensino

BEBIDA
ESPORTIVA

 **GATORADE**

Vôlei Sentado

Seleção Brasileira é Campeã do 1º International Sitting Volley Rotary Cup

Paineirenses participaram do torneio que aconteceu entre os dias 20 e 22 de fevereiro, em Cagliari, Itália. Quatro de nossos atletas integraram a seleção brasileira nessa competição: Rogério Camargo, Renato Leite, Deivisson Ladeira e Wellington Anunciação.



O Brasil ficou com a 1ª colocação, seguido por Croácia, Itália e Sardenha.

No comando da seleção estava o presidente da Confederação Brasileira de Voleibol para Deficientes, Amauri Ribeiro.

Parabéns aos atletas!



Vôlei Sentado do Paineiras fecha parceria com o Centro Marian Weiss

O Centro Marian Weiss é uma clínica de reabilitação para amputados, especializada na fabricação de órteses e próteses de alta tecnologia.

Os fisioterapeutas e protéticos do Centro irão avaliar todos os nossos atletas e ver qual a necessidade de cada um deles para no futuro poder produzir uma prótese de qualidade para cada um.

Dr. Marco Guedes, fundador do Centro, é amputado de Membro Inferior devido a um acidente de moto ocorrido em 1974. Formado em Ortopedia e Traumatologia pela Universidade de São Paulo (USP), o médico aproveitou sua história de vida para especializar-se nessa área e dedicar-se ao tratamento e reabilitação de amputados.

Essa parceria tem tudo para dar certo!

Vôlei de Areia

1º Festival Interno de Vôlei de Areia

O Clube Paineiras promoveu no dia 7 de março seu primeiro torneio interno de Vôlei de Areia. As partidas, que aconteceram na quadra de areia, tiveram início às 10h e o campeonato se estendeu por toda a manhã de sábado, quando o último jogo foi disputado às 13h.

O torneio envolveu as categorias femininas a partir dos 18 anos. Entraram em quadra 4 times, cada um com 3 atletas:

Daniela/Paula/Rosana
Fabiana/Fernanda/Inayê
Luciana/Melissa/Zilda
Patrícia/Alessandra/Rita

As campeãs Fabiana, Fernanda e Inayê foram premiadas. E as vices Luciana, Melissa e Zilda também ganharam troféus.

Parabéns!



Voleibol

Voleibol nas noites de terças e quintas no Paineiras

Organize-se e venha jogar também!

Todas as noites de 3ª e 5ª feiras tem voleibol no Clube.

Para os interessados em treinar e participar de campeonatos, há o horário das 20h às 22h, na Quadra do Vale (masculino a partir de 18 anos) e no Ginásio Velho (feminino a partir de 30 anos). Consulte o técnico no Ginásio de esportes para obter mais informações.

Para participar de um bate-bola descontraído, há o grupo das 18h às 20h, no Ginásio Novo (misto a partir de 16 anos). Venha, converse com o técnico e entre em quadra.

E aí, se animou?



Basquete

Venha participar dos rachões!



Já pensou em jogar basquete? Se você é associado, acima de 18 anos, do sexo masculino, você está convidado a integrar a turma do "rachão de basquete". Eles se reúnem há mais de 35 anos, todas as quartas-feiras, às 19h30, no Ginásio Velho. Nos sábados, domingos e feriados os jogos acontecem às 10h.

E fique atento para as inscrições para o torneio interno de basquete! O Campeonato acontecerá nos dias 23 e 24 de maio. Será uma ótima oportunidade de fazer novos amigos e algumas cestas!

Apareça, você será bem-vindo!

Boliche: pura diversão e um ótimo exercício físico!

Além de ser muito divertido, jogar boliche pode queimar até 200 calorias em uma hora. Essa modalidade traz muitos benefícios para o corpo como a melhora da coordenação motora e o equilíbrio, além de tonificar braços e ombros. O ideal é que o praticante alterne os braços e as mãos, trabalhando os dois lados. Mas não quer dizer que você só trabalhará a musculatura dos membros superiores, pois esse esporte também ajuda a malhar as pernas. Toda vez que você lança a bola, faz movimentos de acelerar e frear, trabalhando especialmente o quadríceps, um dos músculos das pernas. O boliche é um esporte que pode ser praticado por pessoas de todas as idades, claro que respeitando o limite de cada um.

Venha praticar! No Paineiras, as pistas de Boliche ficam no Pavilhão de Jogos, localizado na Sede Social, piso 15, próximo à piscina social.

De segunda a sexta das 13h30 às 22h

Sábados das 11h às 22h

Domingos e feriados das 11h às 20h



Fitness

Pilates: ferramenta de auxílio para várias atividades



Por Professor Carlos Eduardo Nantes de Almeida

O Pilates, hoje em dia, tem sido muito procurado como forma de reabilitação e muitos resultados positivos têm sido alcançado através da técnica. Porém devemos pensar também no Pilates como uma forma de prevenção de lesões e melhora no desempenho de diversas modalidades esportivas. Pois um dos principais objetivos é trabalhar o fortalecimento global, dando ênfase no fortalecimento do nosso centro de força (os músculos abdominais), o que previne muitas lesões na região da lombar. Um centro de força bem fortalecido

auxilia muito em diversos movimentos na maioria das atividades esportivas, em qualquer pessoa e atleta.

Além do fortalecimento, o Pilates também traz um grande auxílio no desenvolvimento de diversas habilidades como: equilíbrio, coordenação motora, consciência corporal, flexibilidade e estabilização articular, o que é de grande importância para esportes de alto impacto como a corrida.

Através desses exemplos que foram citados de benefícios alcançados, podemos dizer que outras atividades esportivas se beneficiam dessa técnica, tais como: tênis, natação, futebol, vôlei, basquete, handebol, surf, boxe, entre muitas outras.

Se você está à procura de um melhor desempenho em suas atividades esportivas, o método Pilates irá te auxiliar em muito! Hoje, o Paineiras conta com 4 estúdios que funcionam no período das 7h às 22h, e há diversas opções de horários para inscrição.

O dia com mais vagas é a sexta-feira, com disponibilidade em praticamente todos os horários. Quanto aos demais dias da semana (segunda a quinta), os melhores horários são: 7h, 13h às 16h, 18h e 21h. No sábado também temos dois bons horários: 8h e 9h.

Caso esteja interessado, as inscrições para o curso são realizadas na Central de Atendimento – CAT.

Bons treinos!

Dicas para praticar o Supino com total segurança

Um dos exercícios mais executados dentro das academias é certamente o supino. Ele é uma das atividades mais completas para o fortalecimento e desenvolvimento de membros superiores. Seguem abaixo algumas dicas importantes do professor Lucas Machado:

Apoios: a planta dos pés devem permanecer bem apoiadas no solo ou na plataforma de apoio, proporcionando uma maior estabilidade durante a execução do movimento.

Obs: se o praticante tiver algum tipo de dor lombar, ele poderá apoiar os pés no banco, a fim de diminuir a compressão na coluna lombar. Além dos pés, a cabeça, a coluna torácica e quadril também devem estar bem apoiados no banco.

Punhos estendidos: o uso de faixa de punho pode ser um bom aliado para manter os punhos estendidos durante a execução.

Escolha da carga: é muito comum observar o uso exagerado de peso neste exercício. Conseqüentemente o aluno acaba realizando um número elevado de repetições forçadas, comprometendo assim sua técnica e segurança, o que pode levar o praticante ao quadro de overtraining. Portanto, a escolha da carga deve ser orientada por profissionais.

Auxílio de segurança: para as séries com repetições máximas, peça sempre a supervisão dos instrutores, pois poderá ocorrer falha concêntrica durante a série, podendo ocasionar algum acidente sério. Portanto, a presença de supervisão constante durante a execução do supino é extremamente importante, pois além de tornar o exercício mais seguro, seus benefícios serão otimizados.

Bons treinos!



SEFFE/SAT



2015 é um ano de mudanças na Natação do Paineiras

A Natação do SEFFE (Setor de Educação Física e Formação Esportiva), juntamente com o setor competitivo, elaborou uma grande mudança do Planejamento de Curso para atualizar o trabalho com nossas crianças de 5 a 14 anos.

Pensando em ações direcionadas ao aprendizado mais eficiente dos 4 estilos de nadados, o conteúdo pedagógico foi aprimorado para um resultado mais rápido. Nossos professores passam por um treinamento com cursos na Federação Aquática Paulista e orientações de nossos técnicos especializados. Em breve, todos poderemos colher os resultados das mudanças.

Crianças da Natação Kids se divertem nas aulas de carnaval

Os alunos das turmas de Natação Kids e Iniciação tiveram aulas especiais durante a semana de 11 a 14 de fevereiro. Crianças de 3 a 6 anos brincaram e realizaram atividades na piscina kids ao som das marchinhas de Carnaval. Foram dias animados e divertidos que os alunos adoraram.



Novidades para o Nado Sincronizado e Polo Aquático

Novas turmas e novos horários! Essas são as grandes novidades para quem deseja iniciar nas modalidades esportivas. A Área Formativa ampliou a grade de aulas, atendendo ao pedido de associados. Confira e aproveite a oportunidade de fazer parte dessa equipe!

Aulas Matutinas, todas as sextas.

Horários:

- 8h30 às 9h30, Nado Sincronizado, faixa etária de 06 a 09 anos
- 9h30 às 10h30, Nado Sincronizado, faixa etária de 10 a 15 anos
- 10h30 às 11h30, Polo Aquático, faixa etária 08 a 12 anos.



Matrículas na Central de Atendimento – CAT.

Mais esclarecimentos com a professora Lucimar, na piscina social, na sexta de manhã ou demais dias da semana à tarde.



Paineiras realiza Jogos Amistosos de Futsal com o Clube Campo Belo

Jogadores paineirenses de Futsal das categorias sub 9, 11, 13 e 15 tiveram a oportunidade de jogar contra o Clube Campo Belo. Os jogos aconteceram dia 28 de fevereiro, com a participação de 36 paineirenses que competiram em clima de amizade e descontração. Esses jogos são importantes para que todos os participantes possam trocar experiência e aprender com o time de outro clube, além de incentivar novas amizades.

Confira o placar dos jogos por categorias:

Sub 09 – Paineiras 4 x 3 Clube Campo Belo

Sub 11 – Paineiras 6 x 1 Clube Campo Belo

Sub 13 – Paineiras 3 x 0 Clube Campo Belo

Sub 15 – Paineiras 3 x 2 Clube Campo Belo

Parabéns, jogadores!



Handebol: Um esporte coletivo que exige força e velocidade



Se você gosta de praticar uma atividade que te faça bem, que melhore seu condicionamento físico, te ajude a conquistar novas amizades, te desafie e ainda provoque sensações indescritíveis, participe das turmas de handebol do Clube Paineiras.

São aulas planejadas para cada idade e nível, com vasto conteúdo voltado para a prática da modalidade, desenvolvidas de forma dinâmica, estimulante e ministradas por professor qualificado e experiente.

Venha você ou traga seu filho para vivenciar esse jogo emocionante. Consulte a Central de Atendimento – CAT e escolha um dos diversos horários para fazer uma aula experimental.

Venha fazer parte dessa turma!

A Área de Formação Esportiva do Departamento de Esportes é responsável por todos os cursos de iniciação e aperfeiçoamento esportivo do Clube Paineiras do Morumbi, atendendo associados de 1 a 12 anos, despertando o interesse pela prática esportiva. Já o SAT (Setor de Aperfeiçoamento Técnico) visa dar continuidade da prática esportiva, dando oportunidades através de atividades constantes, para que crianças e jovens acima de 13 anos não percam o interesse por falta de atividades coordenadas e também encaminhando alunos para equipes competitivas do Paineiras.

Traga seu filho para fazer parte dessa equipe e desperte o interesse da criança por uma vida social e esportiva mais saudável!

Dia	Atividades
11, quarta-feira	Campeonato Interno – Interfut – (AF) Início
11, quarta-feira	Torneio Interno de Handebol – (AF)

Para mais informações, entre em contato com o Departamento de Esportes – Área Formativa, pelo telefone (11) 3779-2115.

Monitoria Infantil

Correndo além das corridas de rua



A proposta da monitoria infantil é satisfazer a necessidade dos pais em vir ao Clube e ter a segurança de deixar seu filho em boas mãos.

A recreação é uma atividade lúdica que ajuda a passar o tempo, promovendo a interação social das crianças por meio de muita diversão. Seu objetivo é distrair, promover o relaxamento mental ou físico do corpo, promover o lazer, oferecer um conjunto de ocupações onde as crianças possam se entregar de livre vontade, seja para repousar, divertir-se, recrear-se e entreter-se, ou ainda, para desenvolver sua informação ou formação desinteressada, sua participação social voluntária ou sua livre capacidade criadora.



Os jogos de recreação visam apenas o divertimento das crianças, não sendo assim um jogo desportivo, no qual o objetivo é a competição.

Traga seu filho! Deixe ele brincar e se divertir!

ESPORTES



Peteca

1ª Etapa do Campeonato Paulista de Peteca 2015

Atletas paineirenses participaram da primeira Etapa do Campeonato que aconteceu nos dias 28 e 29 de março, na cidade de São José do Rio Preto.

Entre os participantes estavam: Antonio Carlos Fonseca Bezerra, Augusto Games Perovano, Candido Jose Rodrigues P. da Silva, Emilio Geraissati, Mauricio Valerio Silveira, Caio Luccas e Paulo Isola Junior.

Confira na próxima edição a classificação dos atletas.

A segunda etapa do Campeonato acontecerá em maio, em São João da Boa Vista e a terceira ocorrerá nas quadras do nosso Clube, em julho próximo.

Acompanhe!



SCORP – SETOR DE CORREDORES DE RUA DO PAINEIRAS

Correndo além das corridas de rua



Nesta edição vamos falar do Triathlon. Nosso convidado para a abordagem do tema é Marcelo Piazza. Marcelo é triatleta há 22 anos e associado do Clube Paineiras do Morumbi há 42 anos. Marcelo participou de diversas provas, entre elas os Ironmans de Roth na Alemanha, Japão e Brasil, maratonas do Rio de Janeiro e São Paulo.

SOBRE O TRIATHLON

O Triathlon teve uma origem curiosa. Em uma conversa entre amigos se discutia qual seria o melhor atleta entre eles – o nadador, o ciclista ou o corredor. Para tirar a dúvida, eles resolveram organizar uma prova para ver quem seria o vencedor e foi aí que surgiu o famoso Ironman de Kona no Havaí.

As distâncias variam desde a curta com 750 metros de natação, 20 km de ciclismo e 5 km de corrida, até o Ironman com 3.800 metros de natação, 180 km de ciclismo e 42.195 metros de corrida. A modalidade vem crescendo no mundo inteiro e hoje conta com praticantes de todas as idades, muitos acima dos 70 anos completando provas de Ironman, dando um verdadeiro exemplo de dedicação e força de vontade. Com o aumento da criminalidade, atropelamentos, assaltos e trânsito caótico nas grandes cidades, a insegurança vem aumentando e muitos tem optado por praticar o triathlon dentro dos clubes e academias.

O Paineiras conta hoje com uma estrutura de primeira linha para a prática do triathlon e é uma ótima opção para programar e realizar seu treino com segurança.

O associado pode optar por praticar esse esporte apenas para preservar a saúde, se sentir bem e confiante, aliviar o stress, aumentar a autoestima, perder peso e entrar em forma com apenas uma hora de treino por dia, cinco vezes por semana, podendo completar uma prova na distância short e competir normalmente em provas de triathlon.

Basta ter vontade e uma boa orientação, é muito mais fácil do que se imagina!

Marcelo Piazza



Oral B Corpore



No dia 1º de fevereiro aconteceu a primeira prova do ano com realização Enjoy It e organização Corpore. Realizada na região do Campo de Marte, Zona Norte de São Paulo, a 10ª Corrida e Caminhada Oral-B Prevenção do Câncer Bucal, teve um percurso de 7km e a largada foi dada às 7h no Campo de Marte, passando na Av. Santos Dumont e Brás Leme. Todos os participantes ganharam camiseta e os concluintes, medalha. A prova também ofereceu o percurso de 3km para caminhada, sem cronometragem, largando logo após a corrida, abrindo oportunidade para iniciantes e também para aqueles que estão em recuperação de lesões.

O paineirense João Branco Miranda participou da corrida, conquistando o 1º lugar em sua faixa etária e concluindo a prova no tempo de 47:45:97.

Parabéns, João!

A Rainha da Montanha

A corrida A Rainha da Montanha foi disputada no dia 01 de março, domingo, com largada às 9h em distâncias de 3km, 7km, 14km e 21km, exclusivamente para mulheres. A prova aconteceu na cidade de Guararema. A concentração e a largada foram no Parque Hotel Resort da cidade.

A paineirense Renata Azanha participou dessa prova feminina e finalizou o percurso de 7km no tempo de 37:54. Ela conquistou o 2º lugar em sua faixa etária e ficou em 10º lugar na classificação geral.



Valeu, Renata!

1ª Etapa do Campeonato Paulista de corrida de Montanha

Essa primeira etapa da Copa Paulista aconteceu em Santo André e contou com subidas e descidas de serra e passagens por trilhas. A prova incluiu percursos de 6,2km (Curto), 12,9km (Longo), 21km (Meia) e 50km (Endurance). A largada foi dada às 8h, no Clube dos Químicos ABC.

Os paineirenses Rogério Augusto e Renata Azanha participaram do evento. Rogério finalizou o percurso curto em 39:02, ficando em 1º lugar em sua faixa etária e em 8º na classificação geral. No feminino, Renata finalizou a prova em 45:21, conquistando o 2º lugar na classificação geral.



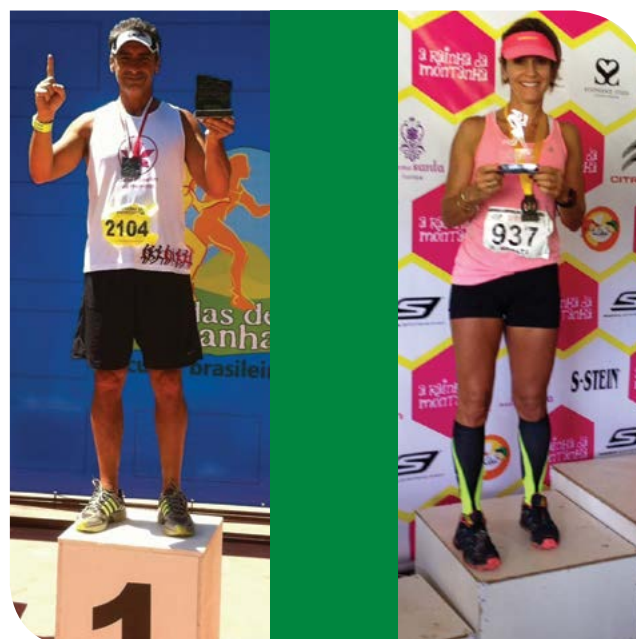
2ª Etapa do Campeonato Paulista de Corrida de Montanha

Nessa etapa, mais uma vez estes dois paineirenses subiram ao pódio. Renata Azanha conquistou o 1º lugar na categoria feminina da 2ª Etapa do Campeonato Paulista de Corrida de Montanha. A atleta finalizou o percurso curto de 9 km no tempo de 57:35.

Já o corredor Rogério Augusto da Siva conquistou o 1º lugar em sua faixa etária e o 12º lugar na classificação geral. Ele finalizou os 9km em 52:24.

A prova aconteceu no dia 22 de fevereiro, domingo, em Mariporã com percursos de 50km, 21km, 13km e 9km.

Parabéns aos paineirenses!



Serviços que você encontra no Paineiras:

Beleza

Barbearia Elal

(Sede Social, piso 2S) – 3779.2128

Horário de atendimento:

Terça a sexta: 8h45 às 19h45

Sábado: 7h45 às 16h45

Domingo e feriado: 7h45 às 12h45

Segunda: fechado

Freshy Spa (Piso intermediário) – 3779.2129

Horário de atendimento:

* **Massagens e tratamentos**

Segunda a sábado: 8h às 22h

Domingo: 9h às 14h

Feriado: 10h às 19h

* **Sauna Masculina**

Segunda: 16h às 22h

Terça, Quarta e Sexta: 14h às 22h

Quinta: 14h às 23h

Sábado: 10h às 22h

Domingo: 9h às 15h

Feriado: 10h às 19h

* **Sauna Feminina**

Segunda: sauna fechada para manutenção

Terça a sábado: 8h às 22h

Domingo: 9h às 15h

Feriado: 9h às 19h

Salão de Beleza Luna

(Sede Social, piso 3S) – 3779.2127

Horário de atendimento:

Terça a sábado: 8h30 às 19h10

Central de Atendimento – CAT

Central de Atendimento – CAT

(Sede Social, piso térreo – Portaria Social)

3779.2010 / 3779.2012

Horário de atendimento:

Segunda a sexta: 8h às 20h

Sábado, domingo e feriado: 8h às 17h

Conveniência

Banca de Revistas e Jornais

(Sede Social, piso 3S – 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

(Sede Social, 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 (Complexo Esportivo, piso 2

Ao lado do Bistrô do Tênis) – 3779.1737

Horário de atendimento:

Terça e quinta: 14h às 20h

Quarta e sexta: 10h às 20h

Sábado, domingo e feriado: 9h às 14h

Hobby Vídeo

(Rampa de acesso à Portaria Social – Ao

lado do Cineteatro) – 3779.2036

Horário de atendimento:

Segunda a sábado: 10h às 20h30

Domingo e feriado: 10h às 20h

Lava-rápido Girassol

(Estacionamento – Terceiro subsolo Piso Paineira

das Pedras -3) – 3779-1731

Horário de atendimento:

Segunda a sexta: 8h às 18h

Sábado: 8h às 18h

Domingo: Fechado | Feriado: 8h às 17h

Reprografia

(Sede Social, piso 1S – Próximo

ao Memorial Paineiras) – 3779.2019

Horário de atendimento:

Segunda a sexta: 8h30 às 17h

Sábado: 8h às 16h

*Fechada para almoço das 12h às 13h

Domingo e feriado: fechado

Diversos (Infraestrutura e Serviços)

Academia

(Complexo Esportivo, piso 2S) - 3779.2107

Horário de atendimento:

Segunda a sexta: 6h às 22h

Sábados: 7h às 19h | Domingo: 8h às 18h

Feriado: 8h às 18h

Achados e Perdidos (Sede Social, piso 3S

Ao lado do Vestiário Feminino) – 3779.2131

Horário de atendimento: Segunda a sexta: 8h às

20h | Sábado, *Domingo e *feriado: 8h às 17h

*Fechado para almoço das 13h às 14h

Biblioteca Paineiras

(Sede Social, piso 3S – 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

Bolicho e Pavilhão de Jogos (Sede Social, piso 1S

Próximo à Piscina Social) – 3779.1700

Horário de atendimento: Segunda a sexta: 13h30

às 22h | Sábado: 11h às 22h

Domingo e feriado: 11h às 20h

Bradesco – Agência e Caixa Eletrônica

(Sede Social, piso 3S – Ao lado da Biblioteca)

3779.2074

Horário de atendimento: Segunda a sexta: 10h30 às

16h10. A agência fecha para o almoço das 13h às 14h

Centro Cultural

(Sede Social, piso 3S – Na Plataforma Infantil)

3779.2053 / 3779.2058

Horário de atendimento: Segunda a quinta: 8h às 22h

Sexta: 8h às 18h

Centro Médico

(Sede Social, piso 3S – Ao lado

da Biblioteca) – 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

(Complexo Esportivo, piso 2S – Próximo ao

Fitness) – 3779.2110

Horário de atendimento: Segunda: 8h às 17h

Terça a sexta: 8h às 19h | Sábado: 8h às 17h

Departamento de Esportes Formativos

(Complexo Esportivo, piso 2S – Próximo ao

Fitness) – 3779.2103 / 3779.2115

Horário de atendimento:

Segunda: 8h às 18h

Terça, quarta, quinta e sexta: 8h às 19h

Sábado: 8h às 17h

Departamento de Esportes Recreativos

(Complexo Esportivo, piso 2S – Próximo ao

Fitness) – 3779.2102

Horário de atendimento: Segunda: 7h30 às 21h | Terça

a sexta: 7h às 22h | Sábado e domingo: 8h às 17h

Escola de Idiomas

(Sede Social, piso 2S – Ao lado da Sala de

Carteado) – 3779.2144

Horário de atendimento: Segunda a quinta: 7h às

20h | Sexta: 7h às 18h | Sábado: 9h às 13h

Espaços para Eventos

* **Associados (Pessoa Física)**

(Sede Social, piso Térreo – Portaria Social)

(Central de Atendimento – CAT) – 3779.1709

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

Sábado: 8h às 17h

E-mail: espacopaineiras@clubepaineiras.com.br

* **Empresas**

São Paulo Center – 2142.3600

E-mail: eventos@saopaulocenter.com.br

Estande de Vendas

(Sede Social, piso Térreo – Ao lado da Central de

Atendimento – CAT) – 3779.2146

Horário de atendimento: Segunda a sexta: 8h às

20h | Sábado, domingo e feriado: 8h às 17h

Memorial Paineiras

(Sede Social, piso 1S – Ao lado da sala de TV)

Horário de atendimento: Segunda a sábado: 10h às

20h | Domingo e feriado: 10h às 18h

Ouvidoria (Sede Social, piso 1S – Corredor da

Diretoria) – 3779.1716

Horário de atendimento: Segunda a quinta: 7h30

às 17h30 | Sexta: 7h30 às 16h30

*Fechada para almoço das 13h30 às 14h30

E-mail: ouvidoria@clubepaineiras.com.br

Segurança (Central de Segurança)

(Sede Social, piso 1S) – 3779.2022

Atendimento 24 horas

Infantil

Berçário e Fraldário

(Sede Social, piso 1S – Playground) – 3779.2048

Horário de atendimento:

Segunda a sexta: 8h às 20h

Sábado, domingo e feriado: 7h às 19h

Brinquedoteca

(Sede Social, Piso 3S – No Centro Cultural)

3779.2056

Horário de atendimento:

Segunda a sexta: 9h às 19h50

Sábado: 9h às 17h50

Domingo e feriado: 9h às 16h50

SEARTI (Setor de Educação Artística)

(Sede Social, piso 3S – No Centro Cultural)

3779.2056

Horário de atendimento:

Segunda a sexta: 8h30 às 17h50

Sábado: 8h30 às 16h50

Domingo e feriado: fechado

Restaurantes e Lanchonetes

Bar do Carvalho

(Complexo Esportivo, piso 2 – Ao lado do

Ginásio Gilberto Lapoian)

3779.2133

Horário atendimento:

Terça a sexta: 14h às 22h

Sábado, domingo e feriado: 9h às 19h

Segunda: fechado

Bistrô

(Complexo Esportivo, piso 2 – 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

(Sede Social, piso térreo – No

Saguão Social) – 3779.2138

Horário de atendimento:

Segunda a sábado: 9h às 21h

Domingo e feriado: 9h às 20h

Café Paineiras

(Sede Social, piso 3S – Próximo às

Quadras de Tênis) – 3779.2136

Horário de atendimento:

Segunda a sexta: 7h às 21h

Sábado: 7h às 20h

Domingo e feriado: 7h às 19h

Deck Paineiras

(Sede Social, piso 1S – Próximo à

Piscina Social) – 3779.2130

Horário de atendimento:

Segunda a sábado: 6h30 às 22h

Domingo e Feriado: 6h30 às 20h

Restaurante das Cúpulas

(Sede Social – Cobertura) – 3779.2124

Horário de atendimento:

Almoço: Segunda a sexta: 11h30 às 15h

Sábado, domingo e feriado: 12h às 16h

Jantar: Somente pizzeria

Segunda: Restaurante fechado no período noturno

Terça, quarta, quinta e sábado: 19h às 00h

Sexta dançante (vide programação Sociocultural):

21h às 02h

Domingo e feriado: 19h às 23h

Rede Wireless:

Você já utiliza a nossa rede Wireless?

Basta cadastrar a sua senha na Biblioteca ou

Central de Atendimento – CAT.

Conheça os pontos para acesso:

Biblioteca, Centro Cultural, Diretoria Executiva, Esportes,

Lanchonete Café Paineiras, Lanchonete Deck Paineiras

(Rofer), Restaurante Social e Boate Parcial, Saguão Social,

Sala de Musculação e Esteiras, no complexo Fitness,

Salão Nobre, Snooker e Squash.

Não encontrou o que você

procura? Entre em contato

com a nossa Central

de Atendimento – CAT

3779.2010/2012

Agenda Paineiras – Abril/Maio

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

Todas as quartas, sábados e domingos

Rachões de Futebol Society

Quartas das 19h às 21h | Sábados e domingos das 7h às 11h | Quadra de Futebol Society

Rachões de Peteca

Quartas das 19h às 22h | Sábados e domingos das 8h às 12h | Quadras de Peteca e Ginásio Novo

Rachões de Futebol de Campo

Quartas das 19h às 23h | Sábados e domingos das 8h30 às 12h | Campo de Futebol

Todas as quintas-feiras

Noite do Videokê

Das 20h à 1h
Piano Bar.

Todos os sábados

Treino de Corrida na USP (SCORP)

Das 7h às 10h30
Estrutura: Raia Olímpica da USP, ao lado do CRUSP.

Todos os finais de semana

Monitoria Infantil

Sábados e domingos das 9h às 15h.
Encontro na Plataforma Infantil.

Cine Paineiras – Sessões Infantis

Sábados e domingos – às 13h e às 15h
Programação completa nas páginas 46 e 47.

Todos os finais de semana

Cine Paineiras Sessões Para Jovens e Adultos

Sextas, sábados e domingos – 18h, 19h e 20h30
Programação Completa nas páginas 40 e 41.

3 e 5 de abril

Almoços de Páscoa

Sexta-feira Santa, dia 3, das 12h às 17h,
Restaurante das Cúpulas.

Domingo de Páscoa, dia 5, das 12h às 17h,
Salão Nobre.



7 a 19 de março

Feira do Livro

Das 9h às 22h, Saguão Social.

7 de abril a 3 de maio

Exposição "Multiplicidade" de Anita Colli

Segunda a quinta-feira, das 8h às 22h
Sexta-feira e sábado, das 8h às 17h
Centro Cultural – Espaço de Exposições.

10 de abril

Sexta Nobre Dançante com Banda Fênix

Às 21h30, Restaurante das Cúpulas.

11 de abril

Esquenta Sambar Paineiras com o Grupo Sabor de Samba

A partir das 13h, Plataforma das Piscinas.

Sábado Musical

O Melhor da MPB com a Banda Mecenaz
Às 20h, Piano Bar.

11 de abril

Teatro Infantil – Pinocchio
Às 14h, Cineteatro.



24 de abril

Noite Portuguesa com Roberto Leal
A partir das 21h30, Salão Nobre.



15 a 19 de abril

**1ª Edição do Roland Garros-Junior
Wild Card Tournament**
Quadras de Tênis.



25 de abril

**Show com Pedro Autz com o
lançamento de "Scarecrow"**
Às 20h, Cineteatro.

**Sábado Musical – Clássicos do Rock
com a Barbatrío**
Às 20h, Piano Bar.

25 e 26 de abril

Bazar das Mães
Das 10h às 18h, Saguão Social e Salão Nobre.

16 de abril

**V Meeting dos Empresários do
Clube Paineiras do Morumbi**
Às 8h, Piano Bar.

16 de abril

Hora do Conto Especial
Às 16h, Biblioteca do Paineiras.

23 de abril

Clube da Leitura: Dois irmãos
Às 16h, Sala de Carteados.

Quiz Cultural
Das 17h30 às 19h – Informações na Central de
Atendimento – CAT.

25 de abril a 3 de maio

São Paulo Challenger de Tênis
Quadras de Tênis.



28 de abril

Sarau Cultural – Quarteto Carandá
Às 17h, Saguão Social.

VILA NOVA CONCEIÇÃO
151M² DE ÁREA ÚTIL
3 VAGAS – 2 SUÍTES
JUNTO AO PARQUE DO IBIRAPUERA
8 Anos/Habite-se
Sala com Pé Direito Duplo
Lindo Terraço/Espaço Gourmet
Integrado com a Sala
Veja fotos ref. 72082 em
www.cheznousimoveis.com.br
contato@cheznousimoveis.com.br

Tony – CRECI 75133
(11) 9.8174-5675

EXCELENTE CASA
SEMINOVA
PRÓXIMA AO CLUBE
VENHA A PÉ ATÉ O
CLUBE PAINEIRAS!
4 Suítes + Escritório
600M² de Área Útil
Garagem para 6 Carros

Direto com
Cristina Magalhães
(11) 9.9131-1791

ANUNCIE NOS
CLASSIFICADOS DA
REVISTA PAINEIRAS

ANUNCIE NOS
CLASSIFICADOS DA
REVISTA PAINEIRAS

JARDIM PAULISTANO
181M² DE ÁREA ÚTIL
RUA SUZANO, ENTRE O PARQUE
DO IBIRAPUERA E O ITAIM
3 Suítes/3 Vagas
Lindo Terraço/Muito Verde/Reformado
Decorado e Pronto para Morar
12 Anos/Habite-se
Veja fotos ref.72078 em
www.cheznousimoveis.com.br
contato@cheznousimoveis.com.br

Tony – CRECI 75133
(11) 9.8174-5675

Classificados

Comemoramos um ano da Seção Classificados em nossa Revista Paineiras e cada vez mais, novos e habituais anunciantes estão acreditando no seu potencial de divulgação. Agradecemos a confiança destes parceiros em nosso trabalho e fazemos votos que o retorno esperado por eles se concretize muito satisfatoriamente. Assim como eles fizeram, os associados e demais interessados poderão fazer os seus anúncios ao preço de R\$ 200,00, a ser pago via depósito bancário na data da solicitação.

Os anúncios são no formato de texto em até 300 caracteres e os pedidos devem ser feitos pessoalmente no departamento de Comunicação & Marketing ou através do telefone 11 3779-2099 e e-mail veronica.marketing@clubepaineiras.com.br, até o dia 10 do mês anterior ao da edição. A sequência da publicação dos anúncios será de acordo com a ordem de recebimento das solicitações. PORTANTO, RESERVE JÁ O SEU ESPAÇO!

EXPONHA A MARCA DA
SUA EMPRESA E DE
SEUS PRODUTOS NA
VITRINE DO PAINEIRAS

Um importante polo de atração de investimentos e geração de negócios

- 120.000 metros quadrados de área de puro lazer
- Completa infraestrutura de segurança e serviços
- 24.000 associados de alto poder aquisitivo

Anuncie na Revista Paineiras

Exponha e Divulgue suas Marcas e seus Produtos

Execute as suas Ações Promocionais

Apoie e Incentive nossos Eventos Esportivos e Socioculturais

Aplique em nossos Projetos Incentivados

Entre em contato com o departamento de comunicação e marketing e planeje a sua ação promocional e de divulgação.

Nós montamos o plano ideal para dar o maior retorno possível ao seu investimento.

Contatos pelo telefone 11 3779-2099 ou marketing@clubepaineiras.com.br



Clube Paineiras
do Morumbi

Diretoria Executiva 2013 – 2015



Expand your
child's horizons



**The British College
of Brazil**

World Class Education

- Providing a top education for children aged 2-17 years old.
- Part of the British Schools Foundation, a leading educational network with 10 schools in South America, USA, Europe and Asia.
- A warm, child-centred environment that aims to instill the confidence to succeed.



Acesse e
saiba mais.

www.portoseguoodonto.com.br

**Faça seus
colaboradores sorrirem.
Começando pelo
diretor financeiro.**



CASO DESIGN COMUNICAÇÃO

CNPJ: 04.540.010/0001-70 | Ouvidoria: 0800 727 1184

ANS - nº 00058-2

O sucesso de uma empresa se faz com colaboradores saudáveis e motivados. É por isso que o Porto Seguro Odontológico cuida da saúde bucal de seus colaboradores e ajuda a garantir de forma completa a saúde de seu time de profissionais. Completo, sem burocracia e com um custo acessível, o Porto Seguro Odontológico oferece vantagens e benefícios tanto para a sua empresa como para os seus colaboradores:

- Abrangência nacional;
- Central própria de atendimento 24 horas;
- Coberturas abrangentes;
- Gestão 100% on-line;
- Reembolso em todos os planos;
- Excelente custo-benefício.



Para mais informações, consulte-nos:
(11) 3262-1776
www.adavos.com.br
www.brinsurance.com.br

Odontológico



**PORTO
SEGURO**
SEGUROS