

**MAES PAINEIRENSES,  
VERDADEIROS ELOS DESTA  
GRANDE FAMÍLIA!**

# Paineiras

Publicação mensal dirigida aos associados do Clube Paineiras do Morumbi – Maio / 2015





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](http://colegiomaterdei.net)



[colegiomaterdei.net/newblog](http://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

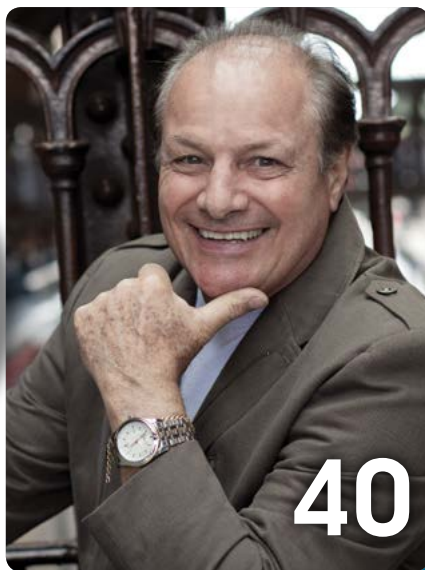


Homenagem ao Dia das Mães – entrevista com a primeira mãe do Clube e uma das mais recentes.

12. Projeto Complexo de Excelência em Esportes Aquáticos: últimas notícias e atualizações sobre essa grande realização.

14. Paineiras recebe a Secretária de Esporte do Estado de São Paulo em evento da ACESC sobre a Lei Paulista de Incentivo.

## Sociocultural



Noite Italiana: delicioso buffet de massas ao som de um dos principais nomes da música Italiana no Brasil, Tony Angeli.

28. 46º Arraiá do Paineiras com João Bosco & Vinícius: Prepare-se, a Festa Junina mais animada da cidade está chegando!

37. Piano Pop: o Paineiras recebe o cantor Tonanni para o lançamento do álbum Piano Pop II. Dia 21 de maio, às 21h, no Cineteatro.

## Esportes



Rendez-Vous à Roland Garros: O importante torneio contou com 3 atletas paineirenses. Sophia Chow conquistou o terceiro lugar.

39. Festa Disco com o DJ Nando Jones: os melhores flashbacks nacionais e internacionais dos anos 70, 80 e 90. Imperdível!

61. Atletas da natação batem 5 recordes internos já no começo do ano. Confira a evolução do esporte em nosso Clube, os atletas e seus recordes.

## Seções

Paineiras	05
Clicks	24
Sociocultural	26
Kids	50
Bem-Estar	56
Esportes	58
Agenda	82
Serviços	84
Classificados	86

Maio é o mês das mães. E não podíamos deixar de prestar nossas homenagens a elas que são o elo e a base de toda grande família. Fomos conversar com a primeira mãe do Paineiras, Yara Oertezen, uma senhora gentil e carinhosa que nos contou um pouco sobre o nascimento de nosso Clube e como eram as relações familiares da época. Também aproveitamos para conversar com outra mãe paineirense que viveu recentemente a emoção de gerar uma nova vida e conferimos a importância do Paineiras na construção de um ambiente familiar saudável. Nesta edição você confere toda a programação que o Paineiras preparou para homenagear as Mães.





## Clube Paineiras do Morumby

Revista Paineiras | Maio 2015

### Diretoria Executiva

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

Presidente.....Sergio Henri Stauffenegger  
 1° Vice-Presidente.....Luiz Fernando de Paiva Monteiro  
 2° 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 Vilarés  
 Futebol.....José Fernando Leite da Silva  
 Geral De Esportes.....Flávio Bulcão Carvalho  
 Judô.....Daniel F. Dell'aquila  
 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)

/clubepaineirasdomorumby



### 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

Nessa edição de maio nós homenageamos as mães paineirenses, que com a sua intuição e sensibilidade conferem um toque de bom gosto a todas as nossas atividades.

Elas ocupam várias diretorias de departamentos com entusiasmo e muita dedicação, sempre visando agradar a todos e incentivar a união da família em torno do Clube.

Em abril o Paineiras sediou o Torneio Qualificatório Juvenil de Roland-Garros, em parceria com a Federação Francesa de Tênis, atraindo toda a mídia nacional e internacional. Três atletas paineirenses participaram deste importante evento e a nossa tenista Sophia Chow conquistou a terceira colocação. A taça oficial de Roland-Garros, três vezes erguida pelo nosso querido Guga, ficou exposta.

Estão sendo um sucesso as apresentações artísticas de nossas associadas com o surpreendente show de dança ocorrido no deck das piscinas sociais; o "Flash Mob". O Centro Cultural está com dois espaços próprios para a apresentação dos trabalhos e performances de seus alunos; o Espaço de Exposições e em fase final de obra o Espaço Musical que é uma sala para apresentações com tratamento acústico.

Os preparativos de nossa grande festa popular, o 46º Arraiá do Paineiras, já está em andamento.

Encerro esse editorial reproduzindo o parecer de nosso Conselho Fiscal sobre as demonstrações financeiras de 2014; "Demonstraram situação econômico-financeira confortável e equilibrada, sem qualquer ressalva dos auditores externos sobre as contas de 2014. Opinamos pela aprovação das demonstrações financeiras avaliadas." Isso é motivo de orgulho para todos os nossos diretores e gestores.

**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

Por que não falar de flores.

Talvez devêssemos falar de flores para que alguns, com a clara intenção de tumultuar, não possam usar as mídias sociais com informações que nada dizem de verdade.

O mês de maio com sua luminosidade de dias claros e temperaturas amenas nos apresenta com a paisagem bucólica que contemplamos contrapondo-se ao fervilhante dia a dia das atividades que acontecem em nossas dependências. A realidade do nosso Clube opõe-se à tese daqueles que buscam o obscurantismo e a mediocridade.

Um Clube cada vez melhor é a opinião da maioria dos nossos associados e que deixa os visitantes estupefatos diante de nossa realidade.

Estar e frequentar o Clube Paineiras do Morumbi é usufruir de um oásis de paz num país turbulento e contraditório. Lá fora a intriga e o mal feito, aqui o esporte e a cultura se entrelaçam num casamento duradouro.

Uns poucos, sob a égide da crítica, não poupam o menor senão num mar de realizações de ondas calmas e tranquilas. Justificam que devem alertar nossos associados para as "incúrias" que acontecem no Clube uma vez que as eleições para o Conselho Deliberativo estão próximas e, assim procedendo tentam angariar votos para aqueles que apoiam. São os apologistas do quanto pior melhor. Acreditam também que a versão deturpada de um fato, depois de repetida por muitas vezes pode tornar-se verdade. Ledo engano.

O Conselho Deliberativo, guardião de nossa instituição leva à Diretoria Executiva, através de seus conselheiros, as ponderações e as reivindicações de nossos associados, fiscaliza seus atos e propõe novas ações, sempre pautado pelo Estatuto Social e pelo seu Regimento Interno. As Comissões de Sindicância e de Julgamento atuam de maneira independente no atendimento dos artigos 90 e 91 de nosso Estatuto Social e o Conselho Fiscal, entre outras tarefas, aprecia o plano de contas, opina sobre a proposta orçamentária e fiscaliza todas as contas apresentadas pela Diretoria Executiva. A importância desse trabalho impacta diretamente a vida do Clube e mede a responsabilidade que o associado assume ao se candidatar e ser eleito conselheiro. Não basta frequentar as reuniões é necessário vivenciar o Clube conhecendo seu Estatuto e Regimentos.

A oportunidade que se apresenta para renovarmos um terço do Conselho é, sem dúvida, um momento ímpar para que outras pessoas com novas ideias e atitudes participem do Conselho, o que contribuirá para tornar o Clube cada vez mais atual e mais presente em nossas vidas.

Ah! Esqueci-me das flores...

Cordialmente

**José Miguel Spina**

Presidente do Conselho Deliberativo



# Atividades do Conselho Deliberativo – Março/Abril de 2015

## Reunião da Comissão de Sindicância

### Dia 23/março

Início: 20h – término 22h – Presentes: Presidente Conselheira Zelita Caldeira Ferreira Guedes, e Conselheiros Adailton Bomfim Brandão e Celso Teixeira Miralla. Foram analisados 42 (quarenta e dois) processos: sendo dois títulos do Clube (aprovados), dois empréstimos de títulos (aprovados), duas renovações de empréstimos de títulos (aprovados), três transferências entre pai e filho (aprovados), uma transferência de titularidade (aprovado), uma exclusão de dependente (aprovado), duas inclusões de dependentes (aprovados), e vinte e nove atletas não associados pré-militantes e militantes (aprovados).

### Dia 13/abril

Início: 20h – término 22h – Presentes: Presidente Conselheira Zelita Caldeira Ferreira Guedes, e Conselheiros Adailton Bomfim Brandão, Celso Teixeira Miralla e Conselheira Jacy Abs Musa. Foram analisados 23 (vinte e três) processos: sendo três empréstimos de títulos (dois aprovados), duas renovações de empréstimo (aprovados), três transferências entre pai e filho (aprovados), duas transferências de títulos (aprovados), uma transferência de titularidade (aprovado), uma inclusão de dependente (aprovado), treze atletas não associados pré-militantes e militantes (aprovados), um processo em diligência.

## Reuniões da Comissão de Julgamento

### Dia 23/março

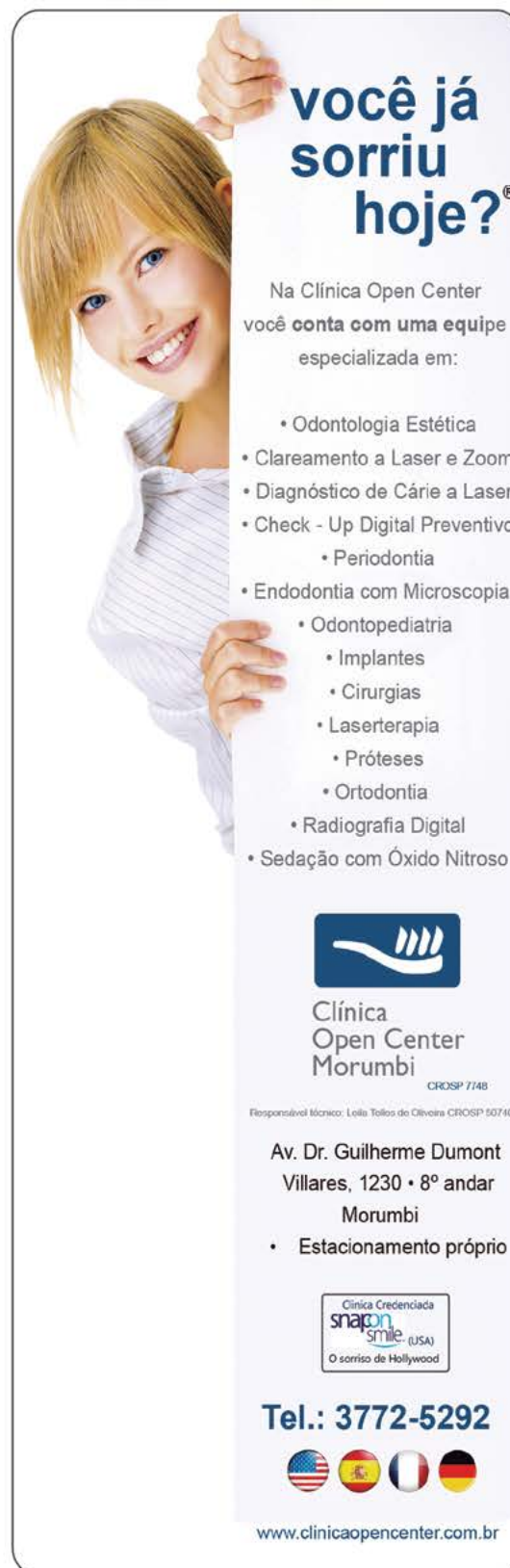
Início: 19h – término 22h10. Participantes: Presidente Conselheiro Luiz Claudio Cardoso de Carvalho, Secretário Conselheiro Carim Cardoso Saad, Conselheiros efetivos Paulo Celso Cagno, Marco Aurélio Scalise e Conselheiros Suplentes Miguel Garde Filho e Paula Virginia Pedro. Pauta: 02 processos – em análise.

### Dia 30/Março

Início: 19h – término 20h50. Participantes: Presidente Conselheiro Luiz Claudio Cardoso de Carvalho, Secretário Conselheiro Carim Cardoso Saad, Conselheiros efetivos Paulo Celso Cagno e Roberval Ramos Mascarenhas, Suplentes Miguel Garde Filho e Paula Virginia Pedro. Pauta: 02 processos – Finalizados.

### Dia 13/abril


Início: 19h – término 20h30. Participantes: Presidente Conselheiro Luiz Claudio Cardoso de Carvalho, Secretário Conselheiro Carim Cardoso Saad, Conselheiros efetivos Marco Aurélio Scalise e Roberval Ramos Mascarenhas, Suplentes Miguel Garde Filho e Paula Virginia Pedro. Pauta: 01 processo – Finalizado.



**você já sorriu hoje?**<sup>®</sup>

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 7148


Responsável Técnico: Leila Tello da Oliveira CROSP 50710

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

- Estacionamento próprio



**Tel.: 3772-5292**



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

Conheça nosso

**Check up Preventivo Digital**

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

# Mães paineirenses, verdadeiros elos desta grande família!

*Nesta edição prestamos uma grande homenagem às mães paineirenses em entrevista especial com a primeira mãe do Clube Paineiras e uma das mais recentes.*



## YARA OERTEZEN

Sócia-fundadora do Clube Paineiras do Morumby, Esposa do Sr. Detlof Von Oertzen (Popof)

A Revista Paineiras teve o prazer de conversar com a Mãe do Clube Paineiras do Morumby. Uma senhora muito gentil, paciente e amorosa como toda avó deve ser. É mãe de Fernando, Mônica, Ira e Roberto, filhos que lhes deram 12 netos. Suas lembranças nos remete as origens familiares e à dedicação de uma vida inteira ao nosso Clube. Obrigada, Yara! É sempre muito bom poder contar com seu carinho materno!





*“Tive 4 filhos, perdão, 5 filhos porque o Paineiras é meu quinto filho. Nasceu do amor que Detlof teve. Iluminação essa que aconteceu sem sabermos como. Amamos a ideia, tivemos que dar-lhe nome, muito amor, paciência e cresceu como uma criança, dando trabalho e nós jovens, aprendendo com ele e os outros filhos a caminhar. E assim foi e aí está, adulto, cheio de vida, de pessoas que casaram, tiveram filhos e hoje somos todos avós. Sou avó não só dos 12 netos que tenho, mas de muitos e muitos netos, que queremos que continuem crescendo e amando o Paineiras. Agradeço e fiquei feliz pela lembrança. Obrigada de coração e que Deus abençoe a todos e ao nosso querido filho Paineiras” – Yara Oertezen.*

**Revista Paineiras:** Como sócia-fundadora do Clube Paineiras do Morumbi, a senhora se considera mãe do Clube?

**Yara Oertezen:** Com muita honra! Sinto saudades de uma vida inteira que se passou no Paineiras! Mas fico muito feliz que ele tenha crescido! Foi uma obra construída com muito carinho. Na época não existia nada naquele local, só o terreno. Tinha o Palácio dos Bandeirantes, onde havia uma faculdade e o Hospital Albert Einstein que era bem mais simples e onde dávamos vacina antitetânica em nossos filhos. Nós fundadores fomos almas que se encontraram para juntarmos forças e construirmos algo maior.

**Revista Paineiras:** Frequentava o Clube com seus filhos?

**Yara Oertezen:** Tive 4 filhos e todos frequentaram desde o nascimento até a adolescência quando foram fazer universidade no exterior. O mais velho jogou tênis e isso abriu muitas oportunidades para ele, inclusive de bolsa em universidade no exterior. Lembro da primeira vez que ele foi competir no Banana Bowl, era época de Natal e fiquei muito aflita.

**Revista Paineiras:** Como eram as relações familiares dentro do Paineiras?

**Yara Oertezen:** O Clube era totalmente familiar. Não havia muitas avós, éramos na maioria mães jovens com filhos pequenos. As crianças até brincavam com trator no terreno do Clube. As famílias da época acabaram se conhecendo e somos todos amigos até hoje. As mães também eram mais presentes.

Enquanto os maridos e filhos faziam esportes, nós jogávamos uma boa partida de baralho.

**Revista Paineiras:** O Paineiras foi importante na formação dos seus filhos?

**Yara Oertezen:** O Clube era uma boa opção para nossos filhos entrarem no mundo esportivo. O esporte contribuiu muito na formação deles. O Paineiras nasceu como um clube esportivo. É muito bom ver que ele cresceu e continua oferecendo muitas oportunidades nos esportes para os jovens. Vejo o Clube com um futuro próspero!

**Revista Paineiras:** A senhora chegou a praticar algum esporte?

**Yara Oertezen:** Fiz yoga por 4 anos. Tinha paixão pela atividade e a professora era maravilhosa. Na época conhecíamos todos os professores de tênis, natação, ballet e até o médico do exame da piscina era nosso amigo. Todo mundo se conhecia!

**Revista Paineiras:** Com a sua experiência de vida, se fosse deixar uma mensagem para as outras mães paineirenses, o que a senhora diria a elas?

**Yara Oertezen:** Feliz Dia das Mães! Dia onde a lembrança nos conduz àquela que nos trouxe à vida e que às vezes por algum motivo, e sem culpa, nos esquecemos. Mães usufruam ao máximo tudo o que o Clube pode oferecer. Encaminhem seus filhos nos esportes. Assim eles deixam as baladas de lado e passam a ter uma vida mais saudável. Ser mãe é maravilhoso. Mãe é mãe, mas ser avó é mais açucarado (risos). Detlof e eu agradecemos a todos que estão dando continuidade ao Paineiras. Parabéns e Obrigada!





## MARIANA RORIZ

Mariana Roriz Furtado é associada do Clube desde 1980

A Revista Paineiras também teve a oportunidade de falar com uma mãe recente, que viveu há pouco tempo a emoção de colocar uma nova vida no mundo. Mariana Roriz Furtado é associada do Clube desde 1980. Casada com Lucas Costa Furtado, é mãe de duas crianças lindas, um casal, o Bruno de 4 anos e a mais nova herdeira Laura, apenas um aninho.

*“Uma vez ouvi uma frase que para mim reflete o que é ser mãe: ser mãe é ter seu coração batendo fora do peito” – Mariana Roriz .*



**Revista Paineiras:** Ser mãe é uma realização?

**Mariana Roriz:** Meus filhos são os melhores presentes que a vida me deu. Desde pequena sempre fui apaixonada por crianças. Pode parecer clichê, mas é realmente o que eu sinto!

**Revista Paineiras:** Costuma frequentar o Paineiras com seus filhos? Praticam alguma modalidade esportiva?

**Mariana Roriz:** Sim, frequentamos quase que diariamente. Eles vêm mais do que eu, pois como trabalho, conto com a minha mãe (Marisa), minha avó (Vera) e a babá para me ajudarem. O lugar preferido das crianças é o Clube. O Bruno já está no judô e na educação do movimento e quando faz sol os dois nadam com o avô. Já praticaram natação também.

**Revista Paineiras:** E você?

**Mariana Roriz:** Eu joguei polo aquático por muitos anos pelo Clube, mas atualmente frequento o fitness sempre que dá tempo. Não consigo mais me comprometer com esporte coletivo, é preciso muita dedicação e disponibilidade.

**Revista Paineiras:** Porque o Clube é importante para a sua família?

**Mariana Roriz:** O Paineiras é praticamente o jardim de casa, frequentamos bastante e gostamos muito de contar com esta estrutura em uma cidade como São Paulo. O Clube colabora muito na formação das crianças, pois no clube eles se exercitam, brincam, convivem com os avós e com a bisá, ficam ao ar livre, divertem-se com outras crianças, brigam, aprendem a dividir e o melhor de tudo, vou trabalhar muito feliz e tranquila de saber que eles estão aproveitando esse espaço. Além disto, muitos finais de semanas eu e meu marido ficamos em São Paulo e passamos o dia todo no Clube com as crianças. Já saímos muitas vezes às 20h depois de dar banho e jantar para todos! Com certeza o Paineiras é muito importante. Minha família é prova disso!



Planeje e construa sua  
casa no empreendimento  
Fazenda Dona Carolina.



**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; 235.000m<sup>2</sup> 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 4.350m<sup>2</sup>, 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](http://fazendadonacarolina.com.br)  
(11) 4534-9122 / 3888-3000

Serviços, gastronomia  
e hotelaria:



Planejamento  
e intermediação:



Realização:





# Notícias sobre as Obras do Complexo

**Nessa edição da Revista atualizaremos os dados e acontecimentos com relação a esta grande realização que coloca o Clube Paineiras do Morumby entre os melhores clubes da América do Sul; a obra do Complexo de Excelência em Esportes Aquáticos.**

## Curiosidade Histórica

Na foto histórica acima, no lado inferior direito, pode-se observar um grande desmoronamento de terra que aconteceu na década de 70. Esse acidente geográfico, que a princípio era um grande problema, acabou se tornando uma solução para o Clube Paineiras. Sobre o ocorrido, o engenheiro Ricardo van Langendonck explica. “Na década de 70, mais precisamente em 1976, quando ocorreu esse deslizamento de duas quadras de tênis, 6 e 8, deu-se origem ao que hoje é o Conjunto Poliesportivo do Vale, com o aproveitamento da ampla vala que se formou nesse espaço. No passado havia um grotão que foi aterrado e devido às chuvas e consequente infiltração de um grande volume de água o aterro cedeu voltando a sua forma original. O custo de recomposição dessas quadras seria muito alto, então a diretoria da época, com aprovação do Conselho desenvolveu com o arquiteto Paulo Bastos o projeto do Conjunto Poliesportivo do Vale com custos próximos das obras de contenção que deveriam de ser realizadas, e ao invés de só refazer apenas as duas quadras o Clube aproveitou para construir duas quadras de tênis, duas quadras poliesportivas, uma piscina olímpica e o complexo fitness.

O aterro que sustenta as atuais quadras de tênis 8 e 10 está em observação e monitoramento, o que preocupou essa diretoria, pois apresenta o mesmo comportamento do talude que ruiu na década de 70. E a partir desse fato histórico ocorrido com a topografia do terreno, o Clube solicitou à Prefeitura o alvará de construção do muro de arrimo, que fará a contenção do aterro gerando o espaço para a construção

do Novo Complexo Aquático. Está em execução a primeira fase desse projeto com o manejo das 58 árvores autorizado pela Secretaria do Verde e Meio Ambiente e a construção do muro de arrimo para futura construção da piscina multiuso, que se integrará à piscina olímpica existente, formando o Complexo Aquático.”

## Contrapartida Ambiental

Serão replantadas 58 árvores nativas para reposição daquelas que foram retiradas. Esse replantio foi estabelecido entre a Secretaria do Verde e do Meio Ambiente e o Clube Paineiras do Morumby, com base no padrão DEPAVE – Departamento de Parques e Áreas Verdes. Além dessa autorização, a subprefeitura estabelece o padrão das mudas para o replantio, inclusive a altura, e exige que sejam de árvores nativas para resgatar a flora original. Essas mudas serão replantadas dentro da área do Paineiras, bem próximas ao local da intervenção da obra. O custo do manejo já foi absorvido, ou seja, tivemos um desconto na execução dos trabalhos por estarmos de acordo com as normas e leis vigentes.

## Cronograma

A empresa que fará a contenção do talude deverá iniciar as obras de contenção em maio com previsão de término em meados de setembro deste ano. Os associados acompanharão de perto o progresso das obras com os detalhes de todo o processo divulgado nas próximas edições da Revista Paineiras. Acompanhe e participe você também dos projetos incentivados do Clube!



Fotos 1 e 2: Desmoronamento das quadras de tênis 6 e 8 visto da atual plataforma infantil

Foto 3: Remoção das árvores do terreno para talude de contenção



# de Excelência em Esportes Aquáticos



Fachada do Complexo Aquático Ampliado



Ampliação da Cobertura do Complexo Aquático (3ª Fase)



Nova Piscina Multiuso (1ª Fase) e Ampliação do Centro de Preparação Física e Fitness (2ª Fase)



## Paineiras recebe a Secretaria de Esporte do Estado de São Paulo em evento da ACESC para esclarecimento aos Clubes sobre a Lei Paulista de Incentivo ao Esporte nº 13.918/09

Em continuidade ao grande esforço para a viabilização de recursos com foco em promover o esporte, não somente dentro do nosso Clube, o Paineiras recebeu novamente a Secretaria de Esporte do Estado de São Paulo, desta vez representada pela Sra. Lívia Galdino da Cruz, Secretária Adjunta, para explanação da Lei Paulista de Incentivo ao Esporte nº 13.918/09 e esclarecimento de dúvidas dos principais clubes do estado, associados da ACESC (Associação de Clubes Esportivos e Sócio-Culturais de São Paulo), entidade responsável pelo evento que aconteceu na manhã do dia 08 de abril, no Piano Bar, com a presença de dirigentes e gestores dos principais clubes associados e o Sindi-Clube.

Durante a reunião, a Sra. Lívia Galdino da Cruz enfatizou a importância da aproximação entre a Secretaria e os Clubes do Estado, trabalho que vem sendo realizado com empenho. Como prova disso, o Paineiras nestes primeiros meses do ano já contou com a presença do Secretário e nesta ocasião com a Secretária Adjunta, ambas visando compartilhar todo o



conhecimento e expertise esportiva que os clubes possuem. "Queremos que o trabalho na área dos clubes seja valorizado, levando todo esse conhecimento para democratizar e massificar o esporte", completa.



A Lei Paulista de Incentivo ao Esporte nº 13.918/09 permite que empresas destinem até 3% do ICMS devido para o Governo, dependendo montante de ICMS a ser pago. No caso dos clubes, direcionados a Projetos de Formação de Atletas. "O objetivo desse encontro foi o de disponibilizar informações para que as entidades esportivas possam recuperar essa fonte de recursos tão importante para os nossos clubes que são formadores de atletas", completa Sergio Henri Stauffenegger, presidente da ACESC e do Paineiras.

Para uma empresa poder usufruir como patrocinador do PIE (Lei Paulista de Incentivo ao Esporte), deve ser feito um credenciamento através do site da SEFAZ (Secretaria da Fazenda do Estado de São Paulo). No início do mês seguinte ao do credenciamento, a SEFAZ verifica se a empresa cumpre os requisitos estabelecidos pela legislação, habilitando-a ao sistema.





# Participe dos Eventos Socioculturais e Esportivos da ACESC que reúne 17 dos mais importantes clubes de São Paulo com 150.000 associados.

Confira os calendários abaixo, procure já os departamentos sociocultural e de esportes do Paineiras e garanta a sua participação. Mais detalhes em [www.acesc.org.br](http://www.acesc.org.br).



## XVII Maratona Cultural ACESC

### Mostra ACESC de Coral:

07 de Junho, às 17h, na A Hebraica

### Mostra ACESC de Literatura:

15 de Junho, às 20h, no Club Athletico Paulistano

### Mostra ACESC de Dança:

30 de Agosto, às 17h, no Esporte Clube Pinheiros

### THE VOICE ACESC:

27 de Setembro, às 18h, no Esporte Clube Sírio

### Mostra ACESC de Artes Plásticas e Fotografia:

19 a 27 Outubro, às 20h no Clube Paineiras do Morumbi

### MASTER CHEF ACESC:

25 de Outubro, às 10h na A Hebraica

### Festival ACESC de Teatro:

1º de Outubro a 15 de Novembro em Diversos Clubes

### Festa de Encerramento ACESC:

23 de Novembro em local a definir

## Torneios Esportivos da ACESC

### 18º Torneio de Tênis Adulto da ACESC:

23 de Março a 20 de Junho, no Esporte Clube Pinheiros

### II Torneio ACESC Charles Miller – Futebol Infanto-Juvenil:

26 de Abril, 10, 17, 24 e 31 de maio, no SPAC

### 76ª Taça Dos Lagos – ACESC/YCSA:

09 de Maio, na Regata na Represa de Guarapiranga

### LUDICAP:

23 de Maio, no Paulistano

### 2º Torneio Tênis de Mesa - Individual:

31 de Maio, no Ipê Clube

### Festival Duplas Masc ACESC – Cat.Ouro:

18 de Junho, na A Hebraica

### 3º Torneio De Beach Tennis da ACESC:

Junho, no Esporte Clube Pinheiros

### Passeio Ciclístico da ACESC:

25 de Julho, no São Paulo

### 9º Torneio de Sinuca da ACESC:

Data a definir, no Clube Paineiras do Morumbi

### 10º Torneio de Mini Tênis da ACESC:

Data a definir

### 15º Torneio Infanto Juvenil de Tênis da ACESC:

2ª quinzena de Agosto

### 10º Torneio Squash Masc/Fem da ACESC:

Agosto e Outubro, local a definir

### 18º Torneio de Xadrez ACESC /CAP:

29 de Agosto, no Club Athletico paulistano

### Copa Sírio / ACESC de Voleibol Masculino:

Data a definir, no Esporte Clube Sírio

### III Torneio ACESC Charles Miller – Futebol I: Juvenil:

20 e 27 de Setembro, 04, 18 e 25 de Outubro, no SPAC

### 7º Torneio de Gamão ACESC :

Data a definir, na A Hebraica

### X Travessia em Aguas Abertas Etapa ACESC:

04 de Outubro, no Guaiuba, Guarujá

### Festival Amizade ACESC 5K Nadando-ABH:

Data a definir, na A Hebraica

### Festival Infantil de Polo Aquático ACESC:

#### Um Sonho Olímpico:

Data a definir, no Clube Paineiras do Morumbi

### Torneio Tênis Fem ACESC:

Data a definir, no local a definir

### 9ª Copa Futsal Fem ACESC:

Data a definir, no Ipê Clube

### Festival Ginástica Artística:

Data a definir, na A Hebraica





## Clube Paineiras sedia "Rendez-Vous à Roland-Garros" em evento que anuncia acordo entre Brasil e França para desenvolver o tênis

Mesmo para os associados que não participam ativamente do tênis paineirenses os dias 16, 17, 18 e 19 de abril, foram marcados por uma movimentação muito especial, o Paineiras foi sede do "Rendez-Vous à Roland Garros", um evento global que reuniu os 32 melhores jogadores brasileiros da nova geração na disputa de uma vaga para o torneio juvenil do Grand Slam francês, elevando o status do nosso Clube ao patamar internacional e de infraestrutura incontestável.

A cerimônia de abertura do "Rendez-Vous à Roland Garros" também aconteceu no Paineiras, no dia 15 de abril. Na ocasião, a Confederação Brasileira e a Federação Francesa assinaram um acordo para desenvolvimento do tênis no Brasil. A segunda atração do evento de abertura foi a apresentação das duas mais cobiçadas taças do circuito internacional de tênis, a Copa dos Mosqueteiros erguida por Gustavo Kuerten três vezes em Roland-Garros e a Copa Suzanne Lenglen para as campeãs de Paris.

"É uma grande honra para o nosso Clube sediar esse evento tão especial para o tênis brasileiro, recebemos em nossas quadras os jovens que hoje representam o futuro da modalidade. É muito gratificante a oportunidade de proporcionar aos tenistas paineirenses, não somente aos que jogaram (Camila Felizzola, Renato Lima e Sofia Chow), es-



sa grande experiência e especialmente aos associados a vivência do torneio internacional", completa Sergio Henri Stauffenegger, presidente do Paineiras.

O diretor executivo da Federação Francesa de Tennis (FFT), Jeremy Botton, abriu o evento dizendo ser um prazer estar no Brasil e dando as boas-vindas a todos que participaram do Rendez-Vous à Roland-Garros. O Consul Francês, Sr. Damien Loras, falou um pouco da História do Campeonato Francês e mencionou a importância do acordo firmado para milhões de jogadores brasileiros. Finalizou seu discurso desejando a todos uma boa sorte nesse importante evento esportivo internacional.





#### Taças Oficiais do Torneio Roland-Garros

A Confederação Brasileira confirmou a participação dos tenistas no Campeonato e agradeceu ao Paineiras, ao presidente Sergio e ao Betinho, presidente do Sindi-Clube, afirmando que a parceria de Clubes, Federações e Confederações abrem portas para que o esporte brasileiro tenha mais participações em eventos internacionais. Também agradeceu à Federação Francesa pela abertura e pela parceria firmada e ainda mencionou a importância do intercâmbio dos atletas e da troca de experiência no treinamento e formação dos jogadores. Ressaltou que a aproximação com o Circuito Europeu com certeza permitirá o desenvolvimento dos atletas e do tênis brasileiro.

Estiveram presentes na cerimônia o diretor executivo da FFT Jeremy Botton, Jorge Lacerda, presidente da CBT, membros da diretoria do Paineiras, o presidente do conselho deliberativo, Dr. José Miguel Spina, presidente Sergio Henri Stauffenegger, presidente do Sindi-Clube, Sr. Cezar Roberto Leão Granieri (Betinho) e autoridades do tênis no cenário nacional. O convidado especial da cerimônia de abertura foi Orlando Luz, o "Orlandinho", número 2 do ranking mundial juvenil que aproveitou para falar sobre sua experiência no Grand Slam francês de 2014, quando foi semifinalista de simples e duplas.

**Parabéns ao Paineiras pela realização e aos atletas pela participação!**



# V Meeting dos Empresários

do Clube Paineiras do Morumby



PATROCÍNIO:

**PUBLIC  
BROKER**  
BENEFÍCIOS E SEGUROS

www.pbks.com.br



No dia 16 de abril, quinta-feira, aconteceu no Piano Bar a quinta edição do Meeting dos Empresários do Clube Paineiras do Morumby. O encontro teve como objetivo fomentar e transformar o networking em um grande gerador de negócios para o público paineirense, durante o café da manhã.

Além de estreitar relacionamentos e oferecer oportunidades de negócios para o grande número de empresários associados, o evento contou com uma reflexiva palestra de Bolívar Lamounier, Bacharel em Sociologia e Política, que abordou um tema bem propício para este momento que vivemos em nosso país e que gerou grande debate entre os presentes: "Histórico e Perspectiva da Política Nacional".

A cada edição, os encontros promovidos pelo Clube se tornam mais interessantes e superam expectativas, destacando a tendência empreendedora e geradora de negócios do Paineiras.

Nessa quinta edição estiveram presentes no Meeting, 50 CEO's, representando conceituadas empresas como ATB Comunicações, ATIKS, Ativa Corretora, Bombril, Centro de Tecnologia Canaveira, Conforto

Engenharia Ambiental, ENCIBRA S.A., Hospital CEMA, Moaraira Comércio de Alimentos, Oregon Blindados, São Paulo Business Center, Toledo & Associados, Try Sports, Unisys Brasil, entre várias outras.

Sergio Henri Stauffenegger, Presidente da Diretoria Executiva, abriu o evento agradecendo a presença de todos os participantes e ressaltando as oportunidades comerciais e de leis de incentivo disponíveis, "Os meetings exploram o fato de termos quase 200 CEO's frequentando o Paineiras. Nosso objetivo é estreitarmos relações entre eles e deixarmos à disposição os espaços e infraestrutura do Clube para eventos corporativos. O Paineiras pode ser uma boa forma dos empresários exporem as suas marcas com ações promocionais, patrocínios ou através de nossos projetos incentivados". O presidente agra-

deceu também a presença do palestrante e deixou os participantes a vontade para debaterem o tema do encontro.

Muitos convidados saíram satisfeitos e até entusiasmados com as oportunidades oferecidas pelo Clube. Novos encontros serão programados ainda este ano e esperamos contar novamente com a grande presença dos empresários paineirenses.







**PUBLIC  
BROKER**  
BENEFÍCIOS E SEGUROS

## Para você e sua família



- Plano de Saúde
- Plano Odontológico
- Seguro de Vida
- Seguro Auto
- Seguro Residencial
- Plano para seu Pet

## Para sua empresa



- Plano de Saúde
- Seguro de Vida
- Medicina Ocupacional – PCMSO/PPRA
- Seguro Patrimonial
- Seguro Auto & Frota
- Responsabilidade Civil
- Riscos Financeiros
- Risco Engenharia
- Plano Odontológico
- PBM
- Seguro Garantia
- Seguro D&O | E & O
- Transportes
- Embarcações
- Aeronaves
- Residencial
- Condomínio

Faça sua cotação: (11) 3122-2050

## Visão

Ser reconhecida pelos clientes como a melhor escolha do mercado de seguros e benefícios no Brasil.

## Missão

Desenvolver e entregar com excelência, seguros e benefícios aos nossos clientes, agregando valor e conhecimento em busca de resultados sustentáveis.

## Valores

Trazer resultados concretos aos nossos clientes e parceiros, através de sete elementos do nosso DNA:

- Ética
- Proteção
- Confiança
- Foco
- Relacionamento
- Conhecimento
- Produtividade

## Matriz

Rua Barão de Itapetininga, nº 125 - 1, 3, 6 e 7 andar  
CEP: 01042-001  
Centro - São Paulo



# Avisos e Novidades

## Manutenção e Revitalização

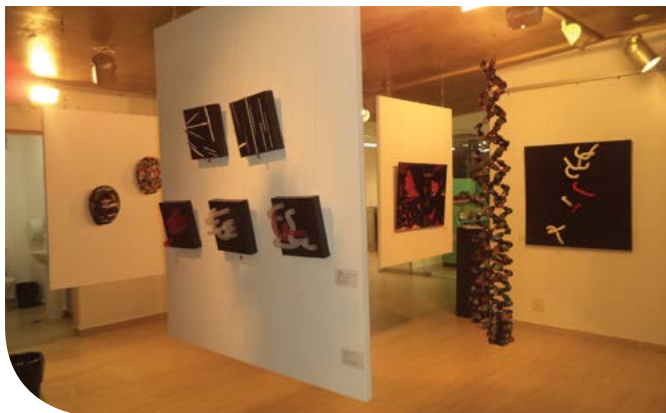
### Salas de Dança

As salas de dança ganharam mais vida e foram embelezadas com a aplicação em gigantografia de ícones da dança. Com as imagens, o ambiente se tornou mais leve e inspirador, incentivando os associados paineirenses a se dedicarem cada dia mais ao prazer da dança.



### Espaço de Exposições

Agora o Centro Cultural tem dois espaços próprios para a apresentação dos trabalhos e performances de seus alunos! O Espaço de Exposições já está disponível e atualmente conta com a mostra das obras de Anita Colli, denominada "Multiplicidades".



### Espaço Musical

Já o Espaço Musical está em sua fase final de construção e consiste em uma sala acusticamente preparada com vidros duplos. O isolamento e tratamento acústico têm como objetivo proporcionar conforto acústico aos usuários e também tem a função de barrar a entrada e a saída de ruídos. Aproveitem!



## Campanha de Vacinação Contra Gripe 2015

O Paineiras realizará nos dias 7, 8 e 9 de maio, das 9h às 16h, a imunização contra o vírus da gripe, a H1N1. A vacina será ministrada no Centro Médico por profissionais habilitados. Os associados já podem efetuar o pagamento no Caixa Central do Clube, somente em cheque ou dinheiro. Valor: R\$ 55,00.



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



Ministério do  
**Esporte**

GOVERNO FEDERAL  
**BRASIL**  
PÁTRIA EDUCADORA



- 1 Piscina Olímpica Atual
- 2 Centro de Preparação Física Atual
- 3 Nova Piscina
- 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.





# #paineirasnamídia

## Equipe de Nado Sincronizado do Paineiras no Jornal da Globo

As atletas da equipe de Nado Sincronizado do Paineiras revelaram em entrevista ao **Jornal da Globo**, as técnicas e produtos que utilizam para alcançar melhores resultados nas competições. Nossa técnica, Andrea Cury também concedeu uma entrevista, a última reportagem da série "Os atletas olímpicos", que o jornal exibiu.



## Coelhos da Páscoa fazem a alegria da criançada Paineirense

No final do mês de março o Clube recebeu a visita especial dos Coelhos da Páscoa que distribuíram deliciosos chocolates e participaram de atividades que encantaram os pequenos. A presença dos coelhos foi destaque no **Jornal da Gazeta**.



## Paineiras sedia exposição das Taças de Roland-Garros

Entre os dias 15 e 19 de abril, o Clube recebeu a exposição de duas das mais cobiçadas taças do circuito internacional de tênis, a Copa dos Mosqueteiros erguida por Gustavo Kuerten três vezes em Roland-Garros e a Copa Suzanne Lenglen para as campeãs de Paris. O Paineiras sediou também os jogos e a cerimônia de abertura do "Rendez-Vous à Roland-Garros", torneio qualificatório para brasileiros que dá chance de entrada na chave juvenil do Grand Slam francês deste ano. **Folha de S.Paulo, O Estado de S.Paulo, Veja São Paulo, Band Sports, ESPN, O Globo, Lance!, UOL, Campo Grande Notícias, Confederação Brasileira de Tênis, Revista Tênis, Esportividade, Tênis Brasil, O Povo Online, MaxPress, Surgiu, Extra, Tênis Brasil, portal Terra e outros** noticiaram o evento.







# Construímos Sorrisos!



**H**á 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](http://www.odontologiacontatore.com.br)

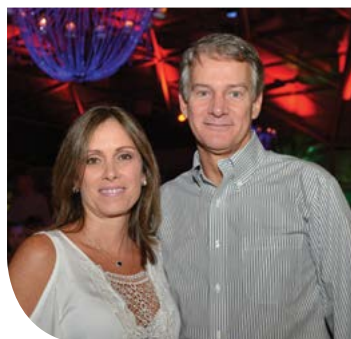




# Clicks

## Noite das Arábias

Os mistérios do oriente ambientaram o Paineiras em uma festa temática com o melhor dessa rica cultura. Músicas e danças típicas, além de delícias da culinária árabe encantaram os convidados que entraram no clima das 1001 noites e se divertiram com as atrações especiais do evento. Confira as fotos da festa!











## Cursos Culturais

Devido ao feriado do Dia do Trabalho não haverá aulas nos dias 1 e 2 de maio.

### Clube oferece diversas opções para todos os gostos

Desde sua fundação, o Paineiras vem realizando ações que o tornaram referência em projetos e eventos culturais. Atualmente, o Clube oferece mais de 30 cursos para todos os gostos e faixas etárias dos associados, em diversas áreas artísticas e culturais.

Os cursos oferecidos pelo Cultural proporcionam aos alunos a vivência nos conteúdos das diversas áreas, com a especial assessoria de profissionais renomados em suas atuações. Há opções para quem deseja aprender a dançar, tocar um instrumento musical, cantar, interpretar, fazer Yoga, Tai Chi Chuan, Artes Plásticas e muito mais.

Além disso, todos os anos o Paineiras promove exposições e concursos de expressão, contando sempre com a importante participação de seu quadro associativo.

Para consultar os cursos e eventos ligados à Cultura, entre em contato com a Central de Atendimento – CAT.

### Homenagem ao Dia das Mães

Em homenagem ao Dia das Mães, as mamães dos alunos dos cursos de Ballet Clássico, Iniciação à Dança, Jazz Infantil e Infante Juvenil poderão prestigiar seus filhos participando das aulas abertas que acontecerão nos dias 6, 7 e 9 de maio.

No curso de Musicalização Infantil as aulas abertas serão realizadas nos dias 4 e 5 de maio, no Piano Bar. As apresentações acontecerão nos horários de aula e poderão ser filmadas e fotografadas. As mães podem trazer convidados. Venha receber este presente e se emocionar!



### Novo Curso: Workout Ballet

Um curso que oferece um bom condicionamento físico com os princípios do ballet clássico, dando ênfase à alongamentos (elasticidade), coordenação motora e definição muscular (força). Para participar é necessário ter conhecimento anterior na área da dança, fazer teste de habilidade antes da inscrição no curso e apresentar atestado médico indicando estar apto a praticar a atividade física.

As aulas acontecem às sextas-feiras das 15h às 16h e das 16h às 17h. Inscrições na Central de Atendimento – CAT.

### Pesquisa de Satisfação

No período de de 4 a 30 de maio, será realizada uma pesquisa de satisfação dos cursos referente ao 1º semestre de 2015. As avaliações acontecerão em sala de aula.

A pesquisa tem como objetivo avaliar o grau de satisfação dos serviços oferecidos aos alunos, tanto a atividade como o desempenho dos profissionais. O resultado servirá como base para que o Setor Cultural possa realizar ajustes para melhoria contínua dos serviços oferecidos aos associados.

Os formulários de pesquisa serão disponibilizados pelos professores, e após o preenchimento os alunos deverão depositar nas urnas lacradas disponíveis dentro das salas de aula.

Os alunos menores deverão levar as pesquisas para preenchimento pelos pais ou responsáveis, e posteriormente deverão depositá-las nas urnas disponíveis nas salas de aulas.



### Curso sobre Cuidados com a pele e dicas de maquiagem – Mary Kay

Esta é a oportunidade para você que sempre quis descobrir os segredinhos de um look incrível, usando os seus próprios produtos, e o melhor, fazendo você mesma!

Com as aulas de automaquiagem você aprende desde o básico da maquiagem, uma pele perfeita com aspecto natural, a aplicação correta de cada produto à dicas mais elaboradas como quais as cores que combinam com você, os pin-céis e seus efeitos específicos, e muitos outros truques para realçar os pontos fortes do seu rosto.

O curso é gratuito e será realizado no dia 16 de maio, sábado, nas sala de dança nº 1. As inscrições deverão ser realizadas na Central de Atendimento – CAT.

**Total de vagas:** 20 alunos por turma

**Manhã:** das 9h às 10h15 e das 10h30 às 11h45

**Tarde:** das 13h30 às 14h45 e das 15h às 16h15





## Listas de Intenção para abertura de turmas

### Aperfeiçoamento Flamenco Técnica de Sapateado e Corpo

O curso tem como objetivo aperfeiçoar e focar a aula em técnicas de sapateado, corpo e giros. Módulo de 4 meses, com aulas semanais de 1 hora de duração. As matrículas poderão ser realizadas até o dia 26 de junho e será necessário o mínimo de 4 inscritos. As aulas acontecerão às sextas-feiras, das 16h às 17h para associados nascidos em 2002 ou anos anteriores.

### Aperfeiçoamento Flamenco Técnica de Sapateado e Mantón

Estimula o aperfeiçoamento e foca a aula em técnicas de sapateado e técnicas de mantón, com sequências de exercícios e sequências coreográficas. Módulo de 4 meses de duração, com aulas semanais de 1 hora de duração. As matrículas poderão ser realizadas até o dia 26 de junho e será necessário o mínimo de 4 inscritos. As aulas acontecerão às sextas-feiras, das 15h às 16h, para associados nascidos em 2002 ou anos anteriores.

### Dança Flamenca Infantil

Ensina a arte flamenca, dança típica espanhola, englobando todos os ritmos. Esta dança também melhora a postura, coordenação motora e estimula a memória, entre outros benefícios. Módulo de 4 meses de duração, com aulas semanais com 1 hora de duração. As matrículas poderão ser realizadas até o dia 26 de junho e será necessário o mínimo de 4 inscritos. As aulas acontecerão às sextas-feiras, das 14h às 15h para associados nascidos entre 2003 e 2007.



**NOVA  
TURMA**



### Dança Moderna – Iniciantes

A Dança Moderna tem raízes e intenções bem distintas. Os bailarinos dançam descalços, trabalham contrações, torções, desençaixe, e seus movimentos são mais livres, embora ainda respeitem uma técnica organizada. As ma-

trículas poderão ser realizadas até o dia 10 de julho e será necessário o mínimo de 10 inscritos. As aulas acontecerão às terças e quintas-feiras, das 19h às 20h, para associados nascidos em 1999 ou anos anteriores.

\*O Departamento Cultural entrará em contato com os inscritos quando o número de participantes de cada curso for atingido, para informar a data de início.



# Prepare-se! A Festa Junina está chegando...



com show de  
João Bosco & Vinícius







Olha a cobra... É mentira! Olha o 46º Arraiá do Paineiras... É verdade! O mês de junho já está chegando e com ele as famosas festas juninas. Comidas deliciosas, barracas de brincadeiras, danças e músicas típicas fazem desta festa uma das mais animadas e aguardadas.

Este ano o evento acontece nos dias 20 e 21 (sábado e domingo), de junho a partir do meio dia, e conta com uma programação absolutamente imperdível! Que tal vir ao Clube dançar quadrilha, forró e country? Comer milho cozido, arroz doce e pamonha? Participar de brincadeiras como a pescaria e o tiro ao alvo e, além disso tudo, curtir um show da dupla João Bosco & Vinícius? Você com certeza não vai querer perder essa festa!

A dupla sertaneja João Bosco & Vinícius ficou mundialmente conhecida em 2009 com a música "Chora, Me Liga", que se tornou o maior sucesso da carreira e foi a música mais tocada no Brasil naquele ano. O alcance se estendeu para outros países da América Latina, como Colômbia e Argentina. Em 2011 os artistas conquistaram o Grammy Latino na categoria "Melhor Álbum Sertanejo" e no Arraiá

do Paineiras você terá a oportunidade de prestigiar e dançar muito ao som dessa dupla que conquistou o país.

A Festa Junina do Clube é um dos eventos mais badalados da cidade e acontece desde 1969, sendo tradicionalmente realizado no mês de junho. Para proporcionar dois dias de evento com tudo que há de melhor das tradicionais festas juninas, toda a equipe do Paineiras trabalha arduamente e se dedica para que a comemoração seja perfeita do começo ao fim.

**Serviço:**

**Data:** 20 e 21 de junho.

**Local:** Plataforma Infantil/ Plataforma das Piscinas.

**Início:** 12h.

**Término:** 20 de junho (sábado) às 02h e 21 de junho (domingo) às 23h.

**Faixa etária:** Livre.

**Associados e convidados de associados até 05 anos não pagam.**

Patrocínio





# Exposição no Centro Cultural

## Composição, luz e cor! Com Edna Zimbres, Núbia Rossetti e Sonia Silveira

Entre os dias 6 de maio e 5 de junho acontecerá, no Centro Cultural Paineiras, a exposição "Composição, luz e cor!", das associadas Edna Zimbres, Núbia Rossetti e Sonia Silveira. Confira os depoimentos de nossas alunas e venha prestigiar os trabalhos.

"Comecei minha trajetória no Curso de Artes Plásticas, pintando a óleo, em 1990, e logo segui para a tinta acrílica, aquarela, xilogravura e escultura. Fui premiada na Pintura Figurativa, Aquarela, Gravura, Naif e Escultura Figurativa, as quais estão

expostas no Clube. Continuo me dedicando nas mesmas categorias de arte, com as quais participo da Maratona Cultural da ACESC, que acontece todos os anos. Além de pintar nas aulas de Atelier, desenvolvemos estudos e debates sobre Arte – do impressionismo ao contemporâneo pontuados com visitas às exposições que acontecem na cidade", Edna Zimbres.

Nascida em Iguatu, no Ceará, em 19 de abril de 1935, Núbia Rossetti veio com seus pais e seis irmãos em busca de um sonho da família: que todos os filhos pudessem estudar. Formada em medicina em 1960, trabalhou durante toda a sua vida como médica até o ano de 2011 quando iniciou seus estudos na técnica de aquarela no atelier do Paineiras. Experimentou outras técnicas como: colagem, monotipia e xilografia. Expôs de 2011 a 2014 em conjunto com as alunas do Clube e nas exposições da ACESC.

Sua Colagem Luz e Reflexos foi premiada em 2013. Na exposição seus trabalhos serão dispostos tentando mostrar a evolução e o crescimento dentro das técnicas experimentadas.

"Minhas aulas de pintura no curso de Artes Plásticas se iniciaram aqui no Paineiras em 2014. Primeiramente iniciei com tinta acrílica, atualmente estou me dedicando à pintura espatulada e estou me esforçando bastante porque apesar de difícil é muito prazerosa. Espero continuar com espátula por um bom tempo, pois ainda tenho muito que aprender", diz Sonia Silveira.



**Local:** Centro Cultural Paineiras, 3º subsolo.

**Vernissage:** 7 de maio.

**Horário:** 19h30.

**Visitação:** de segunda a quinta-feira, das 8h às 22h / sextas e sábados das 8h às 17h.



# Apresentação do Coral Paineiras



SOCIOCULTURAL

Em uma belíssima homenagem às mães, no dia 9 de maio, sábado, às 19 h, no Cineteatro do Clube.

entrada  
franca!

## “Olha que Bonito!”

Quem abrir o dicionário no vocábulo “olhar”, talvez se surpreenda com os mais de 20 sinônimos e interpretações possíveis para essa palavra tão simples, relacionada ao sentido da visão. “Olha que bonito!” é o tema que o Coral Paineiras escolheu para a apresentação em homenagem às mães, que acontecerá no dia 9 de maio, sábado, às 19 h, no Cineteatro do Paineiras.

Nesse contexto, a palavra “olha” ressalta a importância da música ao vivo, presencial e acústica, aliás, cada vez mais rara na sociedade atual, já adaptada aos novos hábitos de apreciar a música, por meio de equipamentos eletrônicos. Não se trata de afirmar que a música ao vivo é melhor, mas sim de valorizar o contato direto com a arte, como uma experiência significativa e insubstituível, tanto para quem atua, como para quem assiste!

“Olha que bonito!” mostrará um repertório diversificado, incluindo arranjos de canções de Dorival Caymmi, Chico Buarque de Holanda (arranjos inéditos elaborados especialmente para o grupo), a conhecida “Hallelujah” de Leonard Cohen e um trecho do filme musical Sister Act (Mudança de Hábito). No conjunto, são mais de 40 vozes, acompanha-

das ao piano. Nesse recital que abre a temporada de 2015 do Coral Paineiras, cerca de 10 novos cantores estrearão junto ao grupo, constituído exclusivamente de associados.

A regência e direção musical são de Yara Campos. A equipe de assistentes e preparação vocal é formada por Caio Guimarães, Solange Ibri, José Henrique Soares e Andressa Thiemi. Participação especial de José Arantes, ao piano. Venha prestigiar!



# Outono Cultural

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

No dia 9 de maio, sábado, das 11h às 18h você não pode perder a terceira edição do Outono Cultural do Paineiras. Promovido pelo Setor Cultural do Clube, o evento contará com diversas apresentações musicais e corporais realizadas pelos talentosos alunos dos Cursos Culturais e de grupos convidados.

Uma das grandes novidades do evento para este ano é a presença de Food Trucks! As famosas cozinhas gourmet Kombosa Shake, La Buena Station, Dog New York e Bio Café estacionam no Paineiras, trazendo cardápios elaborados e deliciosos que irão tornar o dia ainda mais especial.

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 às nossas quadras, campeões da modalidade. Não perca esta oportunidade de prestigiar e se emocionar com as belíssimas apresentações dos nossos alunos e se deliciar com os Food Trucks!



**Pela primeira vez Food Trucks estacionam no Paineiras!**



# Sarau Cultural

Apresenta: FIC – Friends in Company  
com direção artística de Flávia Libonati

12 de maio, terça-feira, às 17h, no Saguão Social



O grupo de teatro musical Friends in Company (FIC), criado em 2002 por Flavia Libonati e Thaís Friedmann, realizará mais uma apresentação especial no Sarau Cultural, no dia 12 de maio, terça-feira, às 17h. O grupo apresentará alguns solos, duetos e números de renomados musicais da Broadway. O FIC surgiu com o objetivo de reunir amigos, tendo assim mais um espaço para desenvolverem o que mais gostavam de fazer: atuar, cantar e dançar. Buscando o entrosamento, diversão, aprendizado e aperfeiçoamento, foram realizadas variadas montagens com participações em festivais de teatro e apresentações em escolas como União Cultural Brasil-Estados Unidos, Cultura Inglesa e teatros dos colégios São Luís e Maria Imaculada.

Entre as montagens apresentadas encontram-se adaptações de alguns musicais como "The sound of music" e "Footloose" e um roteiro original utilizando canções do musical "Smokey joe's cafe". Além disso, foram realizados inúmeros pocket shows com compilações de canções de diversos musicais tais como "Aida", "West side story", "Grease", "Chicago", "The secret garden", "Wicked", "Jeckyll and Hyde", "Les miserables", "Liza with a Z", "Phanton of the Opera", "Miss Saigon", "Hair", "Rent", entre outros. A concepção e direção é de Flavia Libonati. Atualmente, a maioria das pessoas que integraram o grupo Friends in Company se encontram no circuito de musicais profissionais e escolas vinculadas.

Venha conferir!



Shows e eventos culturais

Feiras e congressos

Eventos esportivos

\*sujeito à viabilidade técnica.

Não deixe que  
seu evento acabe por  
**FALHA NA TRANSMISSÃO**

CONTRATE UM  
**Link Temporário**  
DE  
**INTERNET**

Desenvolvemos projetos para cobertura de SHOWS, EVENTOS ESPORTIVOS, FEIRAS, CONGRESSOS e TRANSMISSÕES AO VIVO.

Transmissão via rádio, IPs fixos, controle de banda por aplicação, gestão web e suporte 24x7x365.

São Paulo, Rio de Janeiro e Porto Alegre



@telium



Telium

4003 5800

TELUM.com.br



**TELUM**  
10 anos construindo a Internet



# Biblioteca

SOCIOCULTURAL



Oficina gratuita.  
Vagas limitadas!

## Oficina de Orientação de Estudos

Como formar o bom estudante? A construção da resposta para esta pergunta se fará a partir das necessidades de cada estudante com base na estrutura desta oficina. Empenhada na elaboração e formas de incentivo à leitura e aos estudos, a Biblioteca Paineiras convida a Psicopedagoga Claudia Cordeiro Pereira Mattos Taveira para ministrar a oficina de Orientação de Estudos com foco principal nos alunos do ensino fundamental 2.

Entre os principais objetivos da oficina estão contribuir para o reconhecimento da importância do hábito de estudo, aplicar as técnicas de estudos baseadas no seu estilo de aprendizagem e utilizar a estratégia de estudo mais adequada a cada atividade proposta pelo professor. A oficina é gratuita e as vagas são limitadas. Aproveite!

**Data:** 11 de maio, segunda-feira  
**Local:** Piano Bar do Clube  
**Horário:** às 15h  
**Carga Horária:** 2 horas

Para inscrições e mais informações entre em contato através dos telefones: 3779-2054 e 3779-2149, ou diretamente na Biblioteca.

## 5º Prêmio Sindi-Clube/APL de Literatura

Atenção escritores! Estão abertas as inscrições para a 5ª edição do Prêmio Sindi-Clube/APL de Literatura – poesia, crônica e conto – para associados de clubes paulistas.

O concurso é realizado em parceria com a Academia Paulista de Letras e premia os grandes talentos literários. Uma comissão julgadora, composta por três jurados especialistas de cada gênero literário, vai escolher os trabalhos classificados do primeiro ao terceiro lugares de cada categoria.

Os melhores colocados receberão prêmios de R\$ 1.200,00, R\$ 600,00 e R\$ 300,00. O concurso permite a inscrição de uma obra inédita por participante e os temas dos trabalhos são de livre escolha.

Para conferir o regulamento com todas as especificações exigidas para participar do concurso acesse o portal do Sindi-Clube: [www.sindiclubesp.com.br](http://www.sindiclubesp.com.br), não perca esta oportunidade de expor seu trabalho. Increva-se!

**Prêmio Sindi-Clube / APL de Literatura**  
Poesia, Crônica e Conto

Inscrições abertas até 30/06/2015

Concurso para associados de clubes paulistas vai premiar talentos literários. Participe, inscreva o seu trabalho!

Podem participar brasileiros ou estrangeiros residentes no Brasil, com no mínimo 16 anos, e que sejam associados de clubes filiados ao Sindi-Clube que, em parceria com a Academia Paulista de Letras, promove o concurso.

Acesse o regulamento no portal [www.sindiclubesp.com.br](http://www.sindiclubesp.com.br)

Realização: SINDI-CLUBE

Parceira: ACADEMIA PAULISTA DE LETRAS

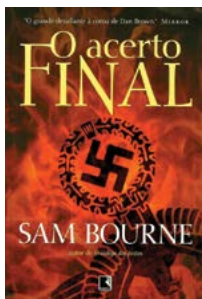


## Sugestões de leitura

### O Acerto Final

Tom Byrne trabalha para qualquer um que pague bem. Recebe da ONU a missão de minimizar as possíveis consequências da morte de um suposto homem-bomba, assassinado precipitadamente por seguranças da organização.

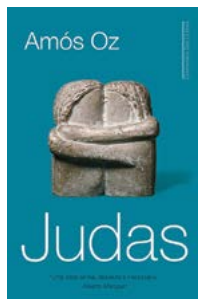
Todos imaginavam que fosse um senhor inofensivo, mas Byrne percebe que ele não era assim tão inocente. Durante suas investigações, Tom descobre uma irmandade secreta unida em uma missão mundial que já provocou centenas de mortes. Sua descoberta trará à tona um segredo oculto por mais de sessenta anos – o último grande segredo da Segunda Guerra Mundial.



### Judas

A partir da história de amor entre um estudante e uma mulher misteriosa, Amós Oz questiona a fundação do estado de Israel e as guerras que abalam o Oriente Médio.

Amós Oz é o mais importante escritor israelense da atualidade. Candidato constante ao prêmio Nobel, fez de sua obra uma reflexão profunda sobre o destino do povo judeu. Quais cicatrizes a história turbulenta do país deixou sobre seus habitantes? Que marcas imprime no indivíduo uma vida marcada pela guerra? Há solução possível para um conflito que remonta a tempos imemoriais?



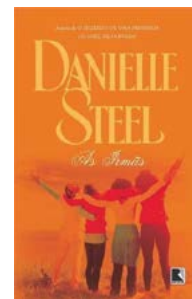
### O Pintassilgo

Theo Decker, um nova-iorquino de treze anos, sobrevive milagrosamente a um acidente que mata sua mãe. Abandonado pelo pai, Theo é levado pela família de um amigo rico. Desnortado em seu novo e estranho apartamento na Park Avenue, perseguido por colegas de escola com quem não consegue se comunicar e, acima de tudo, atormentado pela ausência da mãe, Theo se apegua a uma importante lembrança dela – uma pequena, misteriosa e cativante pintura que acabará por arrastá-lo ao submundo da arte.



### As Irmãs

Durante o feriado de Quatro de Julho, uma tragédia atinge uma família em Connecticut. O que deveria ser um reencontro, com risadas, abraços e pura alegria, torna-se o pior pesadelo dos Adams quando um terrível acidente deixa uma das filhas cega e tira a vida da matriarca, o coração da família. De repente, as quatro irmãs – Sabrina, Tammy, Annie e Candy – precisam deixar de lado suas diferentes personalidades e seus estilos de vida para lidar com novas e inesperadas circunstâncias. Nesta comovente história, Danielle Steel revela que a vida, por mais frágil que seja também pode ser grandiosa.



## Clube de Leitura do Paineiras

O Clube de Leitura é integrado por participantes que se reúnem em encontros mensais para debaterem ideias e opiniões sobre grandes obras literárias. Esta é uma atividade que além de cultivar o saudável hábito da leitura, promove a socialização e a integração dos paineirenses que já tem o costume de ler com frequência ou que tem interesse em iniciar nesse universo.

O projeto é realizado pelo Departamento Sociocultural/Biblioteca do Clube Paineiras em parceria com o Sindi-Clube, Academia Paulista de Letras e editora Companhia das Letras. Compartilhe conhecimento!

### Próximos encontros:

- 1º Grupo – 28 de maio, quinta-feira, às 16h na Sala do Carteadado.
- 2º Grupo – 20 de maio, quarta-feira, às 15h na Sala do Carteadado.

Título do Livro – “Fim”, Autora: Fernanda Torres.

Venha! Faça parte do 3º Clube de leitura nas terças-feiras, às 19h. Lista de espera na Biblioteca Paineiras.





# Almoço Especial de Dia das Mães

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

SOCIOCULTURAL



O Dia das Mães está chegando e para celebrar de uma forma especial o Paineiras preparou um almoço com um cardápio apetitoso que vai tornar a ocasião inesquecível! Reúna a família e venha homenagear aquela que é, com certeza, uma das pessoas mais importantes de nossas vidas. O evento acontecerá no dia 10 de maio, domingo, das 12h às 16h, no Salão Nobre.

Os convites poderão ser adquiridos até o dia 08 de maio. Após esta data somente pelo Rofer Gastronomia e Eventos pelo telefone 3779-2124.

## Cardápio All Inclusive

### Buffet

- Abadejo ao molho de mostarda dijon, uva passa e aspargos
- Medalhão de filet mignon ao molho poivre
- Lasanha 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
- 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

### Valor individual All Inclusive:

Adulto – R\$ 87,00 / Criança – R\$ 49,00





# Piano Pop

Clube Paineiras do Morumbi recebe o cantor Tonanni

**21 de maio, quinta-feira,  
às 21h, no Cineteatro**

O artista fará o lançamento do Álbum Piano Pop II, com releitura em piano e voz do melhor da música pop brasileira. No dia 21 de maio, quinta-feira, às 21h, o cantor Tonanni faz a estreia do seu show "Piano Pop" com releituras de clássicos da música pop nacional e internacional no Paineiras em um show intimista focado no piano e na voz.

O show traz versões acústicas da apresentação com o melhor da música pop. Nomes como Spice Girls, Ariana Grande, Jason Mraz e Britney Spears estão entre as versões acústicas do repertório, além do clássico da Disney "Let it Go" interpretado por Tonanni em 8 idiomas.

O primeiro álbum do projeto figurou em terceiro lugar no iTunes Brasil dentre os mais vendidos, comercializado no mercado pela Sony Music em parceria com a OH Records. O álbum foi lançado em formato audiovisual na VEVO, maior plataforma de música do mundo e agora toma forma com a primeira apresentação do álbum de forma inédita do artista.

Além da estreia do artista nos palcos com o "Piano Pop" o evento também recebe o lançamento do segundo álbum também pela Sony Music/OH Records que conta com releituras de "O Tempo Não Para" de Cazuza, "Se Eu Não Te Amasse Tanto Assim" de Ivete Sangalo e "A Lenda" de Sandy&Junior (gravada no álbum em conjunto com Pedro Lima, participante do The Voice Brasil).

Tonanni, é cantor e compositor e iniciou sua carreira artística aos 15 anos trabalhando no Brasil e Estados Unidos com musicais da Broadway, mas agora foca na carreira solo. Com o CD "Just a Crush", o brasileiro iniciou seu trabalho voltado para o mercado pop eletrônico e foi destaque nacional com seu primeiro single, "Scared of Falling in Love". Desde então, Tonanni já lançou diversos clipes e agora promove a segunda edição do projeto "Piano Pop" em sua trajetória artística.

## Serviço

**Data:** 21 de maio

**Horário:** 21h

**Local:** Cineteatro

## Ingressos:

**Associados** – entrada franca

**Convidados de Associados** – R\$ 40,00

Mais informações e venda pelo site: [www.tonanni.com](http://www.tonanni.com)





# Clube Paineiras vai ao Teatro

## CHACRINHA O Musical

Ingressos à venda  
no Estande de  
Vendas do Clube.



**22 de maio, sexta-feira, saída do Clube às 20h**

Na sexta-feira, 22 de maio, o Clube Paineiras leva os seus associados ao Teatro Alfa para prestigiar mais uma superprodução de sucesso – Chacrinha, O Musical! Com texto de Pedro Bial e Rodrigo Nogueira e direção musical e arranjos de Delia Fischer, o espetáculo é protagonizado por Stepan Nercessian e Leo Bahia, que vivem o apresentador em fases distintas.

Maior comunicador do rádio e da TV brasileira, Abelardo Barbosa costumava dizer que “Na televisão nada se cria, tudo se copia”. Paradoxalmente, não teve ninguém até hoje que conseguiu copiar a espontaneidade do Velho Guerreiro. Comandante de extravagantes concursos de calouros, responsável por revelar grandes nomes da música nacional e inventor de bordões infames, o apresentador agora é homenageado em ‘Chacrinha, o musical’, que estreou dia 27 de março, no Teatro Alfa, após uma temporada de sucesso no Rio.

Com orçamento de R\$ 12 milhões, o espetáculo conta com uma trilha sonora composta mais de 60 canções

(com medleys) consagradas na história da música nacional. Muitos desses sucessos fizeram parte do repertório do Cassino do Chacrinha e dos artistas que o comunicador ajudou a consagrar, como ‘O meu sangue ferve por você’ (Sidney Magal), ‘O amor e o poder’ (eternizada por Rosana), ‘Tente outra vez’ (Raul Seixas), ‘Televisão’ (Titãs) e ‘Fogo e Paixão’ (Wando).

“O espetáculo reúne músicas desde o fim dos anos 30 até meados dos 80, apresentadas nos últimos programas. Entre os musicais em que trabalhei, este é o que reúne canções com comunicação mais imediata da plateia. São obras bem populares, mas que os espectadores terão oportunidade de escutar de uma outra forma. Muitas são consideradas bregas, mas são belíssimas”, conta a diretora musical Delia Fischer. Os atores são acompanhados por uma banda de nove músicos.

Garanta seu ingresso e prestigie!



### Serviço:

**Data:** 22 de maio, sexta-feira

**Horário:** às 21h30, no Teatro Alfa

**Saída do Clube:** às 20h

**Ingressos:** Inteira R\$ 160,00 / Meia R\$ 90,00  
(valor do ônibus incluso).





# FESTA DISCO

com Dj Nando Jones

**23 de maio, sábado, às 22h30, no Salão Nobre**

O DJ e VJ Nando Jones traz para a Festa Disco do Paineiras no sábado, 23 de maio, os hits das famosas boates Hippopotamus, Papagaios, Galery, Leopoldo, Nich Beach – St. Barth, que embalaram as décadas de 70, 80 e 90.

Um playlist repleto de sucessos com os melhores flashbacks nacionais e internacionais, além de músicas mais atuais para garantir que todos se divirtam e aproveitem ao máximo esta que é uma das festas mais prestigiadas pelos paineirenses que curtem uma boa balada. O som é escolhido conforme a reação da plateia presente e não deixa ninguém ficar parado.

Não percam, uma noite para dançar muito! Divirta-se sem moderação!

**Valores:**  
**Associados**  
 Mulher – R\$ 35,00 / Homem – R\$ 45,00

**Convidados de associados**  
 Mulher – R\$ 55,00 / Homem – R\$ 75,00



Classificação Etária: maiores de 18 anos  
 Ingressos à venda até o dia 23 de maio ou até se esgotarem  
 Cardápio e Serviço de A&B cobrados separadamente



# Uma Noite Italiana com Tony Angeli

29 de Maio, sexta-feira, a partir das 21h30, no Restaurante das Cúpulas

No dia 29 de maio, sexta-feira, a partir das 21h30 o Clube Paineiras traz aos associados e convidados "Uma Noite Italiana", com um delicioso festival de massas ao som de um dos principais nomes da música Italiana no Brasil, Tony Angeli.

O artista nasceu em Rosa, província Vicenza (norte da Itália), onde também deu seus primeiros passos na arte de cantar e representar. Em seus shows, além de seus sucessos, o cantor também interpreta grandes hits como: Roberta, All Di La, Dio Come Ti Amo, O Mio Signore, Vollare, Sole Mio, Caruso e tantos outros que marcaram a época de ouro da música italiana.

Reúna seus amigos e familiares e venha curtir uma noite super agradável e divertida que com certeza será inesquecível! Ingressos à venda no Estande, até o dia 29 de maio ou até se esgotarem.

## Ingressos

Associados: R\$ 35,00

Convidados de Associados: R\$ 50,00

## Festival de Massas

- Lasanha de berinjela
- Conchiglione de tomate com mussarela de búfala
- Nhoque de mandioquinha com ragout de filet
- Ilha de massas feito na hora (penne, espaguete, fetutine e farfalle com 3 tipos de molhos e 12 ingredientes à escolha do cliente
- Risoto de aspargos
- Peito de frango grelhado ao alecrim
- Batata rosti
- Polentinha com parmesão
- 06 tipos de saladas
- Carpaccio
- Tábua de frios

R\$ 42,80 por pessoa

## 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 Italiana, o Paineiras oferece outras noites especiais com o melhor do seu cinema:



### Sob o Sol da Toscana

Frances Mayes (Diane Lane) é uma escritora que leva uma vida feliz em San Francisco, até que se divorcia de seu marido. Triste e deprimida, ela decide mudar radicalmente de vida e compra uma chácara na Toscana, para descansar e poder terminar em paz seu novo texto. Porém, enquanto ela cuida da reforma de sua nova casa acaba conhecendo um novo homem, que reacende sua paixão.

**Data:** 29 de maio  
**Horário:** 18h  
**Gênero:** Comédia Dramática  
**Duração:** 113 min  
**Classificação:** 12 anos



### A Doce Vida

A Doce Vida retrata as aventuras e desventuras de um jornalista de escândalos, Marcello Rubini (Marcello Mastroianni), que se confronta com a podridão da alta sociedade e da manipulação religiosa (representada na cena do Milagre de Nossa Senhora). Não foi só o fato da crítica religiosa estar presente no filme que desagradou a comunidade cristã, mas também a descrição de um vasto conjunto de imoralidades e pecados que são cometidos com uma leveza impressionante, a verdade é que na jornada decadente de Rubini, somos submetidos a um enorme conjunto de personagens todos eles compostos por mentiras, luxúria e alguns atos bem brutais, porém são vistos nos olhos dos outros ou nas lentes das câmeras dos paparazzis como um espetáculo lucrativo ou encarados com toda a normalidade.

**Data:** 30 de maio  
**Horário:** 19h  
**Gênero:** Comédia Dramática  
**Duração:** 160 min  
**Classificação:** 14 anos



### O Quarto do Filho

Giovanni (Nanni Moretti) é um psicanalista que reside e trabalha na cidade de Ancona, na Itália. Ele é casado com Paola (Laura Morante) e tem dois filhos: a menina Irene (Jasmine Trinca) e o jovem Andrea (Giuseppe Sanfelice). Sua vida transcorre tranquila, dividida entre a família e o consultório, até que uma tragédia a transtorna completamente. Para atender ao chamado urgente de um paciente, Giovanni deixa de acompanhar o filho à praia e nesse passeio o rapaz morre afogado. A família, é claro, ressentese profundamente com a morte e Giovanni sofre uma forte sensação de remorso, apesar do apoio da esposa.

**Data:** 31 de maio  
**Horário:** 19h  
**Gênero:** Drama  
**Duração:** 99 min  
**Classificação:** 14 anos



## XVII Maratona Cultural ACESC 2015

Este ano a ACESC está inovando nas Mostras e Concursos da Maratona Cultural 2015. Foram criados novos concursos e, a pedido dos participantes, foram feitas adequações nos regulamentos dos concursos já existentes.

As novidades ficam por conta da criação do concurso Master Chef, concurso The Voice ACESC e alterações no Concurso de Artes Plásticas e Fotografias. O Master Chef deverá ser realizado em duplas e premiará nas categorias doces e salgados e os participantes podem se inscrever nas duas categorias. O MPB Vocal passará a ser chamado de The Voice ACESC e os associados poderão concorrer nas categorias Feminino, Masculino e Banda com Vocal. Atenção para não perder os prazos de inscrição. Os regulamentos estão disponíveis no site do Clube.



### Confira o calendário da Maratona Cultural ACESC 2015!

#### Mostra de Artes Plásticas e Fotografia

Neste ano, a pedido dos participantes, foram realizadas algumas alterações na categoria da Mostra de Artes Plásticas, que passa a ser realizada junto com a Mostra de Fotografia. O evento acontecerá entre os dias 19 e 27 de outubro, no Clube Paineiras do Morumbi. Nas artes plásticas serão premiadas obras de: Pintura, Escultura, Aquarela e cada associado poderá inscrever uma obra por modalidade, podendo concorrer em todas as modalidades. No total, cada clube poderá inscrever 20 obras. Em fotografia, poderão ser inscritas Fotografias Preto e Branco (PB) e Fotografia Colorida. No caso das fotografias, o tamanho das fotos deve ser: 20cm X 30cm. O tema do concurso será "Reflexos" e cada clube poderá inscrever no máximo 20 fotografias entre as categorias citadas.

No Paineiras, a seleção interna para escolha dos representantes no evento da ACESC será realizada de 23 a 29 de junho, no Saguão Social, das 9h às 22h.

#### Mostra de Literatura

As inscrições dos paineirenses deverão ser realizadas no Departamento Sociocultural, entre os dias 15 e 20 de maio. Os associados poderão se inscrever nas categorias: Infanto-Juvenil e Adulto. Na categoria Infanto-juvenil serão considerados autores de até 18 anos e na Categoria Adulto autores acima de 18 anos. Os associados poderão se inscrever nas modalidades, Conto e/ou Crônica e/ou Poesia, seguindo os seguintes critérios:

- Conto: Máximo de 6 laudas. Limite de uma inscrição por associado(a);
- Crônica: Máximo de 1 lauda. Limite de uma inscrição por associado(a);
- Poesia: Máximo de 40 versos. Limite de uma inscrição por associado(a).

O Coquetel de Indicação dos Finalistas da Mostra ACESC de Literatura será realizado no Club Athletico Paulistano, no dia 15 de Junho, segunda-feira, a partir das 20h. Serão indicados 3 finalistas por modalidade, que serão premiados na Festa de Encerramento da XVII Maratona Cultural ACESC.

#### Master Chef ACESC

Cada clube participante deverá realizar uma seleção interna para escolha de seus representantes no concurso da ACESC, caso o número de inscritos de seu clube seja maior do que o permitido. No Paineiras as inscrições deverão ser feitas até 15 de julho, no Departamento Sociocultural.

Serão premiados os ganhadores nas categorias: Doce e Salgado. Cada clube poderá inscrever no máximo uma dupla na categoria Doce e uma dupla na categoria Salgado. Todos os associados poderão concorrer em todas as modalidades. As inscrições serão aceitas somente com duas pessoas e só poderão se inscrever chefs amadores. O evento acontecerá no clube A Hebraica de São Paulo, no dia 25 de outubro às 10h.

#### The Voice ACESC

As inscrições dos paineirenses deverão ser realizadas até dia 15 de julho, no Departamento Sociocultural, e em agosto o Paineiras realizará uma seleção interna para escolha de seus representantes, caso o número de inscritos seja maior do que o permitido, conforme regulamento.

Poderão inscrever-se associados nas categorias: Feminino, Masculino e Banda com Vocal. Não será permitida apresentação de pot-pourri. Todos os clubes terão direito à inscrição limitada a 3 inscritos por categoria. A final do concurso será realizada no Esporte Clube Sírio, dia 27 de setembro, a partir das 18h.

#### Mostra de Dança

A Mostra de Dança será realizada no Esporte Clube Pinheiros, dia 30 de agosto, a partir das 17h. Os clubes participantes poderão se inscrever nas categorias individual ou em grupo, nas modalidades de Ballet, Sapateado, Dança Moderna, e Dança típica.

As inscrições serão realizadas através do Departamento Sociocultural e os grupos que tiverem interesse em participar deverão falar diretamente com os professores em sala de aula. As vagas são limitadas ao tempo das coreografias.

#### Concurso de Teatro

O concurso será realizado de 1º de outubro a 15 de novembro e os clubes apresentarão suas peças em suas próprias sedes. A programação da exibição das peças será divulgada a partir do segundo semestre.

#### Mostra de Coral

Os associados poderão se apresentar nas categorias Solista e/ou Madrigal (de 02 a 16 componentes) e/ou Coral (acima de 16 componentes), à capela ou com acompanhamento ao vivo. A apresentação será realizada no Teatro Anne Frank, no clube A Hebraica de São Paulo, no dia 27 de junho, sábado, às 17h.



# Vem aí

## Workshop de Ballet Clássico com Toshie Kobayashi



No dia 13 de junho, sábado, na Sala de Dança, o Clube Paineiras irá receber um Workshop com Toshie Kobayashi, reconhecida como um dos maiores e mais respeitados nomes da dança clássica brasileira. Dona de um extenso currículo dedicado ao ballet, ela vem ao Clube compartilhar suas experiências e o vasto conhecimento que possui na área.

A ex-bailarina iniciou seus estudos ainda criança pelo método da escola italiana Cecchetti com Madame Carmen Bonn. É formada pela Escola Municipal de Bailados de São Paulo, onde também atuou como professora. Kobayashi é admirada por sua seriedade, competência e dedicação à dança e ministra aulas nas grandes companhias do Brasil, do exterior e em escolas por todo o país.

Toshie recebeu diversos prêmios Internacionais: 1994 – 16º International Danse Competition in Varna – Medalha de Bronze com Enéas Brandão, 1995 – 7º Masako Ohya Ballet Competition in Osaka – Medalha de Bronze com Enéas Brandão e Andréa Thomioka, 1996 – 17º International Danse Competition in Varna – Medalha de Ouro com Andréa Thomioka e em 2003 – Youth America Grand Prix in NY – Medalha de Ouro com Isabella Gasparini.

Não perca esta oportunidade única! Faça sua inscrição, as vagas são limitadas!

### **Turmas:**

**Infantil** – 8h30 às 10h

**Adulto** – 10h15 às 11h45

### **Valor:**

**Participante** – R\$ 50,00

**Ouvinte** – R\$ 30,00

\*Inscrições e informações na Central de Atendimento – CAT.



Vem aí

# CIRCUITO BROADWAY Férias

Vagas  
Limitadas!

SOCIOCULTURAL



Sucesso nos palcos de todo mundo, os musicais da Broadway conquistam cada vez mais adeptos e admiradores. E é com a proposta de desvendar a magia, aprender as coreografias, cantar e descobrir como se tornar uma estrela dos palcos que vai acontecer, de 13 de julho a 18 de julho, o 2º CIRCUITO BROADWAY Férias no Clube Paineiras Morumbi. Nesse encontro, voltado para crianças, adolescentes, adultos e profissionais da área, grandes nomes do teatro musical brasileiro estarão reunidos para uma série de workshops e aulas especiais de canto, dança, sapateado, estilo e interpretação.

Quem assina a direção artística do CIRCUITO BROADWAY é FERNANDA CHAMMA, renomada coreógrafa, diretora de musicais internacionais, jurada do Dança dos Famosos e um dos ícones da dança no país. A partir das aulas, permitindo a troca de experiências entre alunos e profissionais, será preparado um pocket show com trechos de musicais para apresentação de encerramento. Inscrições abertas a partir de 18 de maio. Maiores informações na Central de Atendimento – CAT.

Não perca esta oportunidade e reserve já o seu lugar no palco!



# FINALMENTE RAZÃO E EMOÇÃO SE ENCONTRAM.



ABOVE & BEYOND



WUNDERMAN



Na cidade somos todos pedestres.

## RANGE ROVER SPORT 2015. LÍDER NA CATEGORIA SUV PREMIUM\*.

Quando você está a bordo do Range Rover Sport 2015, você tem tudo o que precisa para vencer os desafios com total conforto. Por fora, com a carroceria toda em alumínio, são 420 kg a menos, o que deixa a sua performance como a de nenhum outro. Por dentro, os bancos em couro são costurados à mão, os acabamentos internos possuem detalhes especiais, o sistema de áudio Meridian tem até 23 alto-falantes\*\*, a Tela Dual View é de 8\*\*\* e o sistema Terrain Response de segunda geração adapta o veículo ao terreno automaticamente.



### DYNAMIC RESPONSE

Barra de rolagem ativa que garante maior estabilidade nas curvas e conforto aos passageiros.



### SISTEMA ADAPTIVE DYNAMICS\*\*

Monitoramento contínuo do carro com mais de 500 medições por segundo.



### MOTORIZAÇÃO

- 5.0 V8 Supercharged a gasolina com 510cv.
- 3.0 V6 Supercharged a gasolina com 340cv.
- 3.0 Biturbo Diesel V6 com 306cv.

VENHA FAZER UM TEST DRIVE NO CONCESSIONÁRIO MAIS PRÓXIMO.

**TAXA DE 0,49%**

\* Líder em vendas no segmento de Large SUV Premium desde 2007. \*\* Itens disponíveis apenas na versão Supercharged V8 Autobiography. Condição de financiamento com taxa de 0,49% a.m., 60% de entrada e saldo em até 18 meses, válida para todas as versões a gasolina do Range Rover Sport 0km, ano 2015. IOF e TC inclusos no CET. Financiamento na modalidade CDC (Crédito Direto ao Consumidor), através da Financeira Alfa S/A - CFI. Sujeito a análise e aprovação de crédito. Os serviços financeiros da Jaguar Land Rover são operacionalizados pela Financeira Alfa S/A - CFI. Condições válidas de 02/04/2015 a 01/05/2015 ou enquanto durar o estoque de 3 unidades de cada modelo. SAC 0800 345-2532 (Financeira Alfa especialmente para clientes Land Rover). Ouvidoria: 0800 722-0140 - e-mail: ouvidoria@alfanet.com.br. Exclusivo para deficientes auditivos: SAC 0800 770-5244. Ouvidoria: 0800 770-5140. Para mais informações, consulte a rede de concessionárias.



# SEXTA NOBRE DANÇANTE

Restaurante das Cúpulas  
Às 21h30

15 de Maio

## Banda Feelings

Formada em 1995, a Banda Feelings foi criada por Freddy Candia (músico formado na Argentina) que fixou residência em São Paulo, responsável pela elaboração dos arranjos e seleção do repertório e Lia como coordenadora da banda. Em 1998, Nelson passou a atuar mais efetivamente na Banda, seguido por Jaqueline e Wagner. Surgiu assim uma parceria que dura há vários anos onde todos participam da elaboração do repertório.

O repertório do grupo inclui músicas internacionais, Tango, Salsa, Clássicos do Rock, Pop e MPB, Samba, Forró e muito mais! A banda conta também com a participação de vários músicos eventuais que os acompanham. Venha curtir uma apresentação pensada especialmente para proporcionar momentos de entretenimento da melhor qualidade. Imperdível!



### Cardápio

- \* Strogonoff de filet
  - \* Frango grelhado ao molho hotel
  - \* Filet de namorado a la belle meunière
  - \* Penne ao molho de funghi
  - \* Espaguete à moda do Chef
  - \* Batata palha
  - \* Fritas
  - \* Salgados
  - \* Frios
  - \* 06 tipos de salada
- Valor:** R\$ 42,80 por pessoa.

### 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.

## SÁBADO MUSICAL

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

9 de Maio

## Rock Collection – Diversos Hits

Fundada pelo líder e vocalista Marcos Vox em Outubro de 2011, a banda Rock Collection conquistou seu espaço no cenário noturno de São Paulo e cada vez mais vem conquistando seu público com muita energia, alto astral e Rock 'n' Roll de qualidade!

Nas vozes e instrumentos de Marcos Vox, Claudio Noronha, Vitor Giovannitti, Rene Sanches e Ale Batera o som acontece. A Rock Collection traz ao seu público execuções fieis dos grandes clássicos dos anos 60, 70, 80, 90 e atuais com uma seleção incrível e músicos de primeira linha.

O repertório conta com hits das bandas Metallica, Iron Maiden, Depeche Mode, Erasure, Queen, Oingo Boingo, A-Ha, Beatles, Roy Orbison, ZZ Top, Duran Duran entre muitas outras. Venha conferir hits como "Notorious", "Your Love", "Separate Ways", "Take On Me", "Wasted Years" e muito mais em uma noite que vai te levar em uma viagem no tempo.



### Cardápio

- Brochette de camarão com molho tarê – R\$ 22,00
- Bruscheta de queijo brie, pesto e mel – R\$ 25,00
- Creme de ervilha – R\$ 14,00





16 de Maio

## Paulah Gauss apresenta: Tributo a Frank Sinatra

A cantora Paulah Gauss, que esse ano comemora 15 anos de carreira, sobe ao palco do Clube Paineiras acompanhada por seu Quarteto composto por: Juliana Silveira (piano), Alex Barbosa (contrabaixo), Zico Oliveira (sax) e Joel Bertolini (bateria).

Com um repertório em homenagem ao cantor e ator norte-americano Frank Sinatra, Paula interpretará versões americanas de canções brasileiras que este grande mito da música gravou com Tom Jobim, como Garota de Ipanema e Sabiá. Não perca esta noite que promete ser emocionante e inesquecível. Você é nosso convidado especial!

### Cardápio

Bolinho de bacalhau – R\$ 20,80

Rosbife artesanal com salada verde – R\$ 24,00

Sopa de legumes – R\$ 14,00

30 de Maio

## Banda Carro Tanque com tributo a Marvin Gaye



A banda Carro Tanque foi criada em 2010 por Cesar Stone e Cabelo com a intenção de manter acesa a chama de Black Music e suas vertentes como o Groove, Funk & Soul e R&B. Em mais uma apresentação no Paineiras, o grupo desta vez homenageia o cantor popular de soul e R&B, Marvin Gaye. Levando simpatia por onde passa, fazendo de cada show um grande baile com a essência da música Black anos 70, que não deixa ninguém parado, a banda Carro Tanque promete um sábado musical dos mais especiais. Não fique de fora!

### Cardápio

Bolinho de mandioca com carne seca – R\$ 24,90

Escondidinho de bacalhau – R\$ 29,90

Creme de palmito com croutons – R\$ 14,00

### Serviços:

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

**Traje:** Esporte fino. Não é permitida a entrada de pessoas sem camisa ou trajando camisa 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

Maio 2015 – Filmes para Jovens e Adultos



**Senna**  
**01/05 – sexta-feira – 18h**  
Direção: Asif Kapadia  
Elenco: Ayrton Senna, Jackie Stewart e Nelson Piquet  
Gênero: Documentário / Biografia  
Origem: França / EUA / Reino Unido  
Classificação: 10 anos  
Duração: 90 min  
Ano: 2010



**Tim Maia**  
**01/05 – sexta-feira – 20h30**  
Direção: Mauro Lima  
Elenco: Babu Santana, Robson Nunes e Alinne Moraes  
Gênero: Drama / Biografia  
Origem: Brasil  
Classificação: 16 anos  
Duração: 140 min  
Ano: 2014



**Sex Tape**  
**02/05 – sábado – 19h**  
Direção: Jake Kasdan  
Elenco: Cameron Diaz, Jason Segel e Rob Corddry  
Gênero: Comédia  
Origem: EUA  
Classificação: 18 anos  
Duração: 95 min  
Ano: 2014



**Mato Sem Cachorro**  
**03/05 – domingo – 19h**  
Direção: Pedro Amorim  
Elenco: Bruno Gagliasso, Leandra Leal e Danilo Gentili  
Gênero: Comédia / Romance  
Origem: Brasil  
Classificação: 16 anos  
Duração: 113 min  
Ano: 2013



**Fuga de Alcatraz**  
**08/05 – sexta-feira – 19h**  
Direção: Don Siegel  
Elenco: Clint Eastwood, Patrick McGouhan e Roberts Blossom  
Gênero: Ação / Policial / Drama  
Origem: EUA  
Classificação: 14 anos  
Duração: 112 min  
Ano: 1979



**Busca Implacável 3**  
**08/05 – sexta-feira – 20h30**  
Direção: Olivier Megaton  
Elenco: Liam Neeson, Forest Whitaker e Famke Janssen  
Gênero: Ação  
Origem: França  
Classificação: 12 anos  
Duração: 109 min  
Ano: 2015



**Meu Passado Me Condena**  
**10/05 – domingo – 19h**  
Direção: Julia Rezende  
Elenco: Fábio Porchat, Miá Mello e Marcelo Valle  
Gênero: Comédia  
Origem: Brasil  
Classificação: 16 anos  
Duração: 102 min  
Ano: 2013



**A Pele Que Habito**  
**15/05 – sexta-feira – 18h**  
Direção: Pedro Almodóvar  
Elenco: Antonio Banderas, Elena Anaya e Marisa Paredes  
Gênero: Suspense / Drama  
Origem: Espanha  
Classificação: 18 anos  
Duração: 117 min  
Ano: 2011

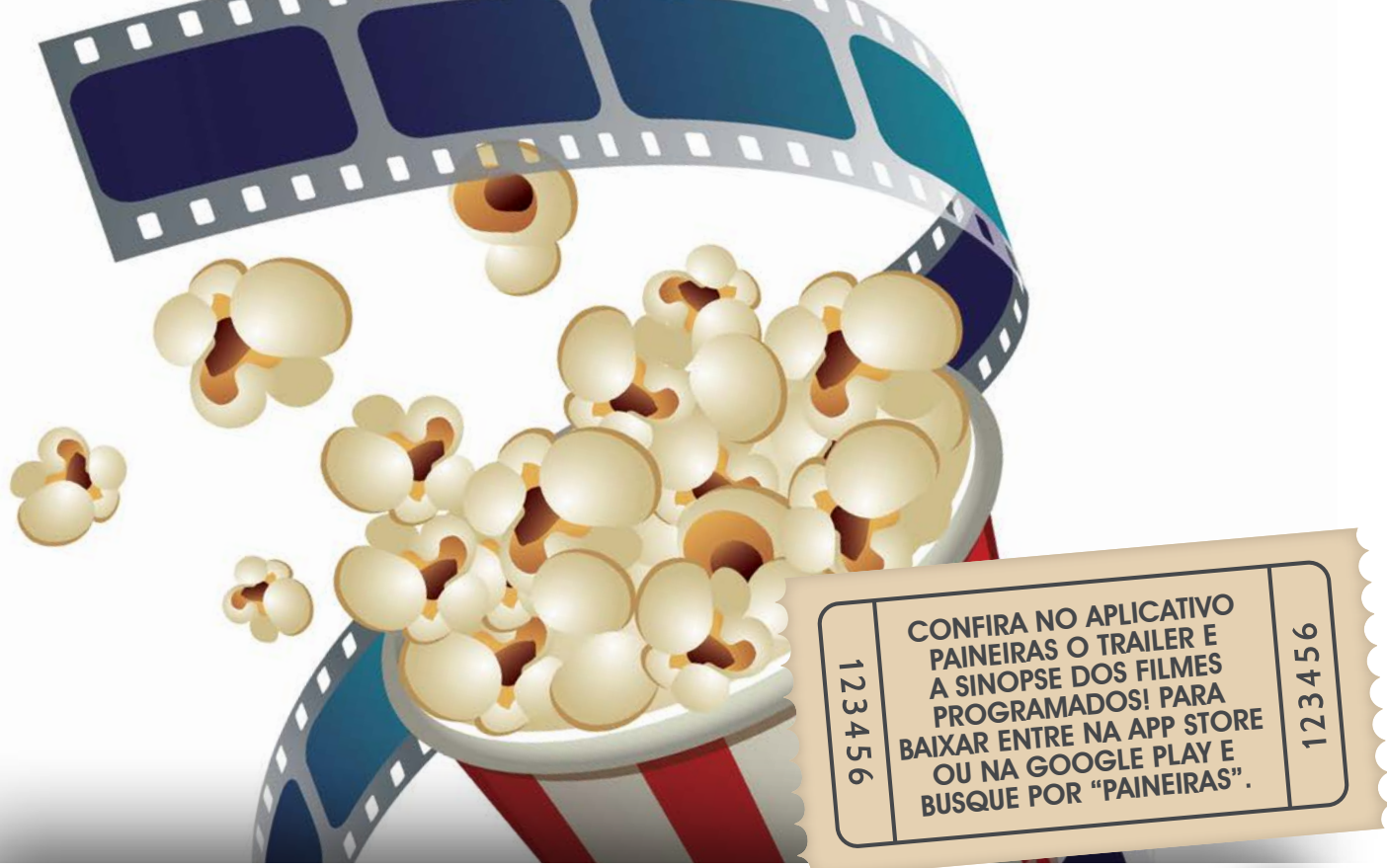


**Relatos Selvagens**  
**15/05 – sexta-feira – 20h30**  
Direção: Damián Szifron  
Elenco: Ricardo Darín, Oscar Martínez e Leonardo Sbaraglia  
Gênero: Suspense / Comédia / Drama  
Origem: Argentina / Espanha  
Classificação: 16 anos  
Duração: 122 min  
Ano: 2014



**A Menina que Roubava Livros**  
**16/05 – sábado – 19h**  
Direção: Brian Percival  
Elenco: Geoffrey Rush, Emily Watson e Sophie Nélisse  
Gênero: Drama  
Origem: EUA / Alemanha  
Classificação: 12 anos  
Duração: 131 min  
Ano: 2014





**De Pernas pro Ar 2**  
**17/05 – domingo – 19h**  
 Direção: Roberto Santucci  
 Elenco: Ingrid Guimarães, Maria Paula e Bruno Garcia  
 Gênero: Comédia  
 Origem: Brasil  
 Classificação: 16 anos  
 Duração: 98 min  
 Ano: 2012



**Segredos de Sangue**  
**22/05 – sexta-feira – 18h**  
 Direção: Chan-wook Park  
 Elenco: Mia Wasikowska, Nicole Kidman e Matthew Goode  
 Gênero: Suspense  
 Origem: EUA / Reino Unido  
 Classificação: 16 anos  
 Duração: 100 min  
 Ano: 2013



**Chocolate**  
**22/05 – sexta-feira – 20h30**  
 Direção: Lasse Hallström  
 Elenco: Lena Olin, Juliette Binoche e Johnny Depp  
 Gênero: Comédia / Romance  
 Origem: EUA / Reino Unido  
 Classificação: 14 anos  
 Duração: 121 min  
 Ano: 2001



**Saneamento Básico, o Filme**  
**24/05 – domingo – 19h**  
 Direção: Jorge Furtado  
 Elenco: Fernanda Torres, Wagner Moura e Camila Pitanga  
 Gênero: Comédia  
 Origem: Brasil  
 Classificação: 16 anos  
 Duração: 112 min  
 Ano: 2007



**Sob o Sol da Toscana**  
**29/05 – sexta-feira – 18h**  
 Direção: Audrey Wells  
 Elenco: Diane Lane, Sandra Oh e Lindsay Duncan  
 Gênero: Comédia Dramática / Romance  
 Origem: Itália / EUA  
 Classificação: 12 anos  
 Duração: 113 min  
 Ano: 2004



**Por Uns Dólares a Mais**  
**29/05 – sexta-feira – 20h30**  
 Direção: Sergio Leone  
 Elenco: Clint Eastwood, Lee Van Cleef e Gian Maria Volonte  
 Gênero: Faroeste / Ação  
 Origem: Espanha / Alemanha / Itália  
 Classificação: 14 anos  
 Duração: 130 min  
 Ano: 1965



**A Doce Vida**  
**30/05 – sábado – 19h**  
 Direção: Federico Fellini  
 Elenco: Marcello Mastroianni, Anita Ekberg e Anouk Aimée  
 Gênero: Comédia dramática  
 Origem: Itália / França  
 Classificação: 14 anos  
 Duração: 160 min  
 Ano: 1960



**O Quarto do Filho**  
**31/05 – domingo – 19h**  
 Direção: Nanni Moretti  
 Elenco: Nanni Moretti, Laura Morante e Jasmine Trinca  
 Gênero: Drama  
 Origem: Itália / França  
 Classificação: 14 anos  
 Duração: 99 min  
 Ano: 2001





# KIDS

## SEARTI

Horário de funcionamento:

**Segunda a sexta-feira:**

**Das 8h30 às 17h50**

**Sábados:**

**Das 8h30 às 16h50**

**Domingos e feriados:**

**Fechado**

O Setor de Educação Artística – SEARTI é o lugar onde a garotada vem para soltar a imaginação e criar os seus brinquedos a partir de materiais recicláveis, aprendendo a importância de preservar nosso meio ambiente. Além de participarem de atividades divertidas e educativas, os pequenos aprendem a importância de preservar o nosso planeta.

Confira a programação do mês de maio!

Data	Atividades
02	Boi com caixa de leite
04 – 05	Porta-joia
06 – 07	Chaveiro com miçanga
08	Confecção de cartão
09	Oficina Dia das Mães
11 – 12	Marcador de página
13 – 14	Palhaço com caixa de leite
15 – 16	Porta treco de bailarina
18 – 19	Fantoches
20 – 21	Castelo
22 – 23	Porta guardanapo
25 – 26	Zebra de fantoches
27 – 28	Enfeite de porta
29 – 30	Ponteira de lápis

### Oficina especial de Dia das Mães

Não tem jeito, no mês de maio só dá elas! E para tornar o Dia das Mães ainda mais especial, no dia 9 de maio, sábado, das 10h às 15h, na Plataforma Infantil a criançada vai confeccionar um lindo presente e surpreender a mamãe mostrando todo o seu talento! Não fique de fora, retribua um pouco de todo o amor que você recebe o ano inteiro. Esperamos por você.



## Brinquedoteca

Horário de funcionamento:

**Segunda a sexta-feira:**

**Das 9h às 19h50**

**Sábados:**

**Das 9h às 17h50**

**Domingos e feriados:**

**Das 9h às 16h50**

Um dos objetivos da Brinquedoteca é contribuir para o desenvolvimento sociocultural dos pequenos que neste espaço desenvolvem os aspectos afetivos, cognitivos e psicomotores. Traga seu filho!

### Gincana Especial: Dia das Mães

No dia 9 de maio, sábado, às 14h, não é só a criançada que vai se divertir na Brinquedoteca, as mamães também vão entrar na brincadeira e se esbaldar ao lado de seus filhos. Na gincana especial, mães e filhos irão disputar a prova da frase, dança das cadeiras, corrida do varal, corrida de uma perna só, estouro do balão, canguru, rabo do macaco, corrida com jornais e corrida do saco. Imperdível!

### Circuito de Brincadeiras

**Todas as quartas-feiras, às 16h**

O Circuito de Brincadeiras desenvolve atividades que divertem a garotada de forma educativa e saudável, contribuindo com essa importante fase de formação dos pequenos. Confira a programação:

**Programação Circuito de Brincadeiras:**

Data	Atividades
06	Corrida da minhoca, O tato misterioso e A sopa está pronta
13	Jogo dos marujos, Caça-cartas e Pisar o rabo
20	Mamãe, posso ir?, Laranja no pé e O melhor observador
27	Pique-troca, Corrida dos animais e Serpente

### Hora do Conto:

A atividade acontece nas quintas-feiras, dias 07, 14, 21 e 28 de abril, às 11h e às 16h, na Brinquedoteca.

Uma forma bem descontraída de incentivar a leitura desde a infância, a Hora do Conto é o momento no qual a garotada entra no mundo de faz de conta e solta a imaginação, além de aproveitar todos os benefícios que o hábito de ler proporciona. Incentive seu filho a ler, traga ele para o Paineiras!



# Páscoa no Paineiras

Coelhinhos da Páscoa fizeram a alegria da criançada

No dia 28 de março, a garotada paineirenses se esbaldou em uma encantada atividade de páscoa. Os pequenos participaram de uma divertida caça aos ovos, que estavam escondidos pelo Clube e logo após a brincadeira os pequenos se deliciaram com os ovos de chocolate que foram entregues pelos coelhos da Páscoa. Tudo sob os atentos olhares e cuidados de nossos qualificados monitores. Confira as fotos desse dia especial!



KIDS



# TEATRO INFANTIL

Agora em novo horário, às 15h!

## O Jardineiro da Lua

16 de maio, sábado, às 15h, no Cineteatro

Entrada franca

No dia 16 de maio, sábado, no Cineteatro, às 15h, a criançada vai se encantar com o espetáculo "O Jardineiro da Lua", que conta ao público a história do Sr. Antonio, um velhinho muito divertido que narrará a todos como se tornou o Jardineiro da Lua quando tinha 6 anos.

A produção é da 'Cia. O Que de Que' e mistura muito humor e aventura prendendo a atenção da molecada do começo ao fim. O público viaja pela história do personagem principal, Sr. Antonio que conta uma parte de sua vida, sobre quando ainda menino lhe foi confiada uma importante tarefa: proteger e cuidar da Lua. Somos chamados para embarcar nessa empreitada, acompanhar os passos de Antonio e descobrir, junto com ele, um novo mundo de possibilidades. Trata-se de um convite à aventura. Descobriremos como manter a Lua vívida e iluminada.

O espetáculo é uma continuidade da pesquisa de linguagem desenvolvida pela 'Cia. O Que de Que', fundada por Rodrigo Andrade, que traz o teatro de animação em um mix com atores que contracenam entre si e também com os bonecos. Outro ponto chave na linha de pesquisa da Cia. é a forma como o manipulador é encarado. Ele não é omitido da cena, está presente a todo o momento e leva ao público as intenções do boneco/personagem que está manipulando.

Traga seus filhos, eles com certeza irão adorar!!

### Sobre a "Cia. O Que de Que"

Em 2008, Rodrigo Andrade fundou a O que De que, para um desenvolvimento de um trabalho de pesquisa sobre o teatro de animação e a relação com o ator. No universo circense a Cia. encontrou grande espaço para aprofundar a utilização dos bonecos em diferentes situações e reviver grandes esqueletos de circo, com bonecos e atores.

Na pesquisa de linguagem da Cia., o manipulador não é somente um manipulador. Ele é um ator que usa o boneco para se relacionar com os outros atores, mas que a plateia enxerga nele as intenções dos personagens. O manipulador é mais encarado como uma criança que brinca com um boneco, com toda sua presença interpretativa, do que alguém que precisa se tornar invisível atrás dele. O ator/manipulador está vivo e atuante a todo momento.

Essa pesquisa culminou no primeiro espetáculo do repertório: "Cadê meu nariz?", que em 2012, foi considerado um dos 5 melhores espetáculos em cartaz pela Revista Veja SP, participou e foi destaque no Festival Internacional de Londrina – Filo, o que levou-o a ser convidado para o Festival Internacional de Teatro de Rua e Espaços não Convencionais, de Aípe/Colômbia, realizado em dezembro.

Em 2013, a Cia. continuou se apresentando com o espetáculo "Cadê meu nariz?", que bateu a marca de mais de 170 apresentações e, junto ao Coletivo de Ventiladores, foi uma das idealizadoras do Festival ROTAS I – Festival Internacional Contemporâneo de Formas Animadas.

Em 2014 estreou seu segundo espetáculo, O Jardineiro da Lua, na Virada Cultural Paulista em Junho, na cidade de Ilha Solteira. A estreia em São Paulo aconteceu no dia 11 de Outubro no Itaú Cultural e seguiu em temporada no teatro Cacilda Becker. Hoje a Cia. é composta pelos atores Rodrigo Andrade, Márcia de Oliveira, Kayê Conforto, Fabio Galvão e Heidi Monezzi, pelos bailarinos Henrique Lima, Rossana Boccia e Joel de Oliveira e os técnicos Julio Mendez e Gustavo Andersen.

### Ficha Técnica

**Dramaturgia:** Rodrigo Andrade

**Direção:** Rodrigo Andrade e Marcia de Oliveira

**Consultoria:** Fábio Superbi

**Elenco:** Rodrigo Andrade, Fábio Galvão e Rossana Boccia

**Direção Artística:** Rodrigo Andrade

**Cenários e Bonecos:** Rodrigo Andrade, Ivaldo Melo e Juciê Batista

**Figurinos:** O Que de Que

**Iluminação:** Rossana Boccia

**Trilha Sonora:** Ricardo Pesce

**Fotografia:** Paulo Vinícius

**Produção:** Um Oito Produções Artísticas

**Duração:** 50 min





NO REPLAGO, O  
SONHO  
COMEÇA  
QUANDO VOCÊ  
ACORDA.

Existem muitas razões para você passar uma, duas ou mais semanas de férias divertidas, saudáveis e cheias de natureza e descobertas no Replago. um espaço no interior de São Paulo que respeita as férias como elas devem ser: um momento sem preocupações, com o acolhimento adequado à idade e à maneira de ser de cada um. Lá, praticar atividades saudáveis acontece naturalmente - faz parte da brincadeira.

**Quer saber mais?**

A autonomia que nossos hóspedes adquirem é transformadora: sem os pais, percebem-se capazes de se cuidar, o que traz maturidade e segurança. Graças às opções que oferecemos passam a se conhecer melhor já que podem escolher as atividades que preferem praticar. Além disso, saem da rotina, relaxam de verdade e reúnem energia para o próximo semestre.

O Replago é conhecido pela sua programação de lazer, esportes, atividades náuticas, Trilha do Barroso, exploração da natureza com biólogos, estúdios de arte e música, jogos com superprodução diurnos e noturnos e festas, como a de Parintins e a Julina.

**NOVIDADES**

**BOOMWHACKERS®**

**Boom Whackers**  
Vamos nos divertir produzindo um som incrível com o Vinny, o único brasileiro integrante do Blue Man Group. Boom Whackers é uma técnica de percussão, em que a música acontece brincando com grandes tubos coloridos.

**Bubble Ball**  
Um futebol com o triplo de diversão: dentro de gigantes esferas infláveis, os jogadores podem sair rolando à vontade pelo campo. Esta novidade é sensação no mundo e agora chega no Replago com exclusividade para as temporadas de julho!

**BUBBLE BALLS**

**TEMPORADAS  
JULHO 2015**

**DATAS**

5 a 12 | 12 a 18 | 19 a 25  
6 a 17 anos

11 3818 6600 | 11 4063 0030  
atendimento@replago.com.br  
facebook.com/replago  
replago.com.br



É divertido ser você



# Programação

Maio 2015 – Filmes Infantis



KIDS



**Toy Story**  
**02/05 – sábado – 13h**  
Direção: John Lasseter  
Gênero: Animação / Comédia / Família  
Origem: EUA  
Classificação: Livre  
Duração: 77 min  
Ano: 1995



**Os Croods**  
**02/05 – sábado – 15h**  
Direção: Chris Sanders e Kirk De Micco  
Gênero: Animação / Aventura / Família  
Origem: EUA  
Classificação: Livre  
Duração: 98 min  
Ano: 2013



**Reino Escondido**  
**03/05 – domingo – 13h**  
Direção: Chris Wedge  
Gênero: Animação / Aventura / Família  
Origem: EUA  
Classificação: Livre  
Duração: 102 min  
Ano: 2013



**Festa no Céu**  
**03/05 – domingo – 15h**  
Direção: Jorge R. Gutierrez  
Gênero: Animação / Comédia / Família  
Origem: EUA  
Classificação: Livre  
Duração: 97 min  
Ano: 2014



**Tinker Bell - Fadas e Piratas**  
**10/05 – domingo – 13h**  
Direção: Peggy Holmes  
Gênero: Animação / Família / Aventura  
Origem: EUA  
Classificação: Livre  
Duração: 78 min  
Ano: 2014



**O Castelo Animado**  
**10/05 – domingo – 15h**  
Direção: Hayao Miyazaki  
Gênero: Animação / Fantasia / Família  
Origem: Japão  
Classificação: Livre  
Duração: 119 min  
Ano: 2005



**Tá Chovendo Hamburger**  
**17/05 – domingo – 13h**  
Direção: Phil Lord e Christopher Miller  
Gênero: Animação / Comédia  
Origem: EUA  
Classificação: Livre  
Duração: 90 min  
Ano: 2009



**Megamente**  
**17/05 – domingo – 15h**  
Direção: Tom McGrath  
Gênero: Animação / Comédia  
Origem: EUA  
Classificação: Livre  
Duração: 95 min  
Ano: 2010



**Irmão Urso**  
**24/05 – domingo – 13h**  
Direção: Bob Walker e Aaron Blaise  
Gênero: Animação  
Origem: EUA  
Classificação: Livre  
Duração: 95 min  
Ano: 2010



**Branca de Neve e os Sete Anões**  
**24/05 – domingo – 15h**  
Direção: David Hand  
Gênero: Animação  
Origem: EUA  
Classificação: Livre  
Duração: 83 min  
Ano: 1938





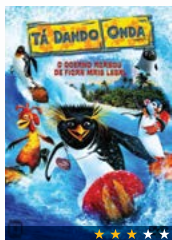
**Rango**  
**30/05 – sábado – 13h**  
Direção: Gore Verbinski  
Gênero: Animação / Aventura  
Origem: EUA  
Classificação: Livre  
Duração: 100 min  
Ano: 2011



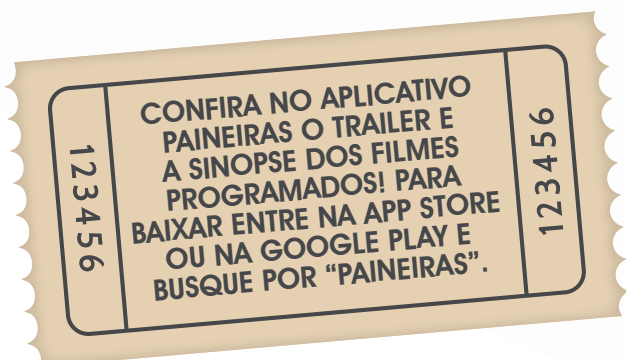
**Vida de Inseto**  
**30/05 – sábado – 15h**  
Direção: John Lasseter e Andrew Stanton  
Gênero: Animação / Aventura / Família  
Origem: EUA  
Classificação: Livre  
Duração: 95 min  
Ano: 1998



**O Príncipe do Egito**  
**31/05 – domingo – 13h**  
Direção: Steve Hickner, Simon Wells e Brenda Chapman  
Gênero: Animação / Aventura / Drama  
Origem: EUA  
Classificação: Livre  
Duração: 99 min  
Ano: 1998



**Tá Dando Onda**  
**31/05 – domingo – 15h**  
Direção: Ash Brannon e Chris Buck  
Gênero: Animação / Comédia  
Origem: EUA  
Classificação: Livre  
Duração: 88 min  
Ano: 2007



KIDS



# Bem-Estar

## Imunização Contra Gripe 2015

O Clube Paineiras realizará nos dias 7, 8 e 9 de maio, das 9h às 16h, a vacinação contra o vírus da gripe, a H1N1. A vacina será ministrada no Centro Médico por profissionais habilitados.



BEM-ESTAR

O foco para imunização está definido por grupos de riscos, ou seja, pessoas mais suscetíveis aos efeitos da doença. Em alguns casos a vacina NÃO pode ser aplicada. São eles:

- Crianças menores de 06 meses de idade;
- Pessoas com alergia grave ao ovo de galinha (anafilaxia);
- Pessoas com alergia ao timerosal (conservante em certos medicamentos e vacinas);
- Pessoas portadoras de algumas doenças neurológicas em atividade como, por exemplo, a Síndrome de Guillain Barré. (A Síndrome de Guillain-Barré é uma doença autoimune que ocorre quando o sistema imunológico do corpo ataca parte do próprio sistema nervoso por engano. Isso leva à inflamação dos nervos, que provoca fraqueza muscular).

A dose ministrada terá o valor de R\$ 55,00 e os associados já podem efetuar o pagamento que deverá ser feito no Caixa Central 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.

### ATENÇÃO!

Em caso de não comparecimento nos dias 7, 8 e 9 de maio, não haverá ressarcimento do valor pago pelas doses compradas. Por se tratar de um produto perecível, a mesma será descartada logo após o término da campanha.





## Departamento de Higiene e Saúde promove educação continuada

Através de profissionais devidamente treinados em atendimentos e procedimentos emergenciais, o Departamento de Higiene e Saúde está indo a campo treinar os colaboradores, associados e prestadores de serviços do Clube Paineiras. O intuito é capacitar a todos quanto ao uso e manipulação dos desfibriladores, assim como propagar noções básicas de primeiros socorros em casos de engasgos, mal súbito, crises convulsivas e outras situações urgentes que exijam primeiro socorro imediato.

O objetivo é promover a segurança e tranquilidade de todos, assim como garantir a eficácia dos atendimentos emergenciais necessários.



## Paineiras na luta contra a Dengue



O Clube está fazendo a sua parte na luta contra a propagação do mosquito. O Departamento de Manutenção e Obras realiza rotineiramente a limpeza dos possíveis focos da Dengue, evitando locais de água parada e realizando a dedetização periódica de toda a extensão territorial do Clube. Faça você também a sua parte! Acondicione bem o lixo, não deixe garrafas e latinhas no chão, use repelentes e não faça da sua casa um criadouro da Dengue.

Entre nessa luta e colabore com o Clube!

# 3º QUALIVIDA

# PAINÉIRAS

## CIRCUITO INTERNO DE SAÚDE

Ocorre no próximo dia 30 de maio, no saguão social, das 10h às 15h, o 3º Qualivida Paineiras – Circuito Interno de Saúde. O evento tem por finalidade orientar a população paineirense quanto a necessidade de prevenção de doenças através da avaliação de parâmetros médicos e a prática de exercícios físicos. Para tanto disponibilizaremos plataformas onde o associado poderá averiguar seu IMC, realizar o teste de glicemia capilar, receber orientações nutricionais, entre outros. Essas avaliações são apenas uma triagem. Em caso de alguma alteração o associado será aconselhado a procurar um médico especialista.

E a sua saúde, como está? Venha tirar a prova e receba orientações de nossos profissionais!





# Nado Sincronizado

## Nado sincronizado do Paineiras brilhando na 4ª Edição do Brazil Synchro Open!

Entre os dias 10 e 12 de abril, no Parque Aquático do Complexo Maria Lenk na cidade do Rio de Janeiro realizaram-se, paralelamente, a 4ª Edição do Brazil Synchro Open e o Campeonato Brasileiro Absoluto. Foi uma maratona para as atletas paineirenses, que disputaram os dois campeonatos representando o Clube e as Seleções Brasileiras adulta, junior e juvenil.

Na disputa Nacional, o solo livre com nossa experiente atleta olímpica Nayara Figueira nos brindou com a medalha de ouro, acompanhada da medalha de ouro da prova de dueto livre composto pelas atletas Adriana Bitiati e Luiza Gomes. Com esta brilhante participação o Clube Paineiras do Morumby conquistou o troféu de 3º lugar nas rotinas livres do Campeonato Brasileiro Absoluto. Um ótimo resultado levando em conta que nossas atletas estavam comprometidas com a Seleção Junior, e não puderam representar o Clube.

Nesta edição do Brazil Synchro Open, que reuniu as melhores equipes do mundo, com a participação de 11 países, entre eles medalhistas olímpicos e mundiais como China, Espanha e Ucrânia. As seleções brasileiras juvenil, junior e adulta tiveram expressivas participações, com muitas atletas paineirenses compondo o time brasileiro. Nos três dias de competição, destacamos os resultados e a participação de Lara Teixeira e Sabine Lowy na equipe adulta olímpica, que conquistaram respectivamente medalha de bronze na equipe técnica e prata na rotina livre combinada.

Já a equipe junior obteve o 6º lugar na prova de solo livre com a paineirenses Sofia Costa, que nadou ao lado das principais solistas da atualidade como a espanhola Ona Carbonell e a ucraniana Anna Voloshyna. No dueto livre ficamos na 5ª posição com as paineirenses Mariana Giorgi e Sofia Costa (reserva) e encerrando nossa participação na categoria junior nossas atletas Sofia Costa, Mariana Giorgi, Vitoria Mussa, Rebecca Nogueira e Rafaela Costa conquistaram a medalha de bronze na prova de equipe livre sob o comando da nossa técnica Priscila Pedron, que prepara este time para competir, no dia 21 de abril, o Sul-americano na cidade de Lima, Peru.

Finalizando nossa participação no Synchro Open as atletas juvenis, Clara Noriega, Caterina Trofa, Isadora Serafini e Vitoria Casale juntamente com nossa técnica Marcela Takami nadaram como pré-competidoras na prova de equipe livre com objetivo de oferecer um desafio e experiência ao time que também disputará os Jogos Sul-americanos.

Parabéns as atletas paineirenses pelas importantes conquistas no Brasil Open e boa sorte nos jogos sul-americanos!



3º lugar Brasileiro Adulto: da esquerda para direita, técnicas Andrea Curi e Shirlei Montanari



Equipe junior da esquerda para direita: Sofia Costa, Mariana Giorgi, Rafaela Costa, Vitoria Mussa



Equipe adulta olímpica (da esquerda para direita): Lara Teixeira e Sabine Lowy



1º lugar solo livre brasileiro adulto: Nayara Figueira



Solista junior: Sofia Costa



Solista: Nayara Figueira



Participação paineirenses (da esquerda para direita): Luiza Gomes, Nayara Figueira e Adriana Bitiati



Solista junior: Sofia Costa



Solistas: Nayara Figueira e Sofia Costa





1º lugar dueto livre brasileiro adulto (da esquerda para direita): Luiza Gomes e Adriana Bitiati



Dueto junior (da esquerda para direita): Giovanna Cerino, Sofia Costa e Mariana Giorgi



1º lugar dueto livre brasileiro adulto da esquerda para direita: Adriana Bitiati e Luiza Gomes



1º lugar dueto livre brasileiro adulto (da esquerda para direita): Luiza Gomes e Adriana Bitiati



Equipe Juvenil A: Marcela Takami (técnica CBDA), Vitória Serafini, Vitória Casale, Ana Julia Veloso (RJ), Laura Micucci (RJ), Sophia (CE), Isadora Serafini, Juliana Ricardo (técnica CBDA) Caterina Trofa, Julia Caterina (RJ), Clara Noriega, Julia e Ines Bessa (CE)



Equipe júnior (da esquerda para direita): Rafaella Costa, técnica Priscila Pedron, Sofia Costa, Victória Mussa, Mariana Giorgi e Rebecca Nogueira



Equipe Juvenil: Vitória Serafini, Isadora Serafini, Ines Bessa (CE), Julia Catarina (RJ), Clara Noriega, Caterina Trofa, Luiza, Ana Julia Veloso(RJ), Laura Micucci (RJ), Vitória Casale e Sophia (CE)

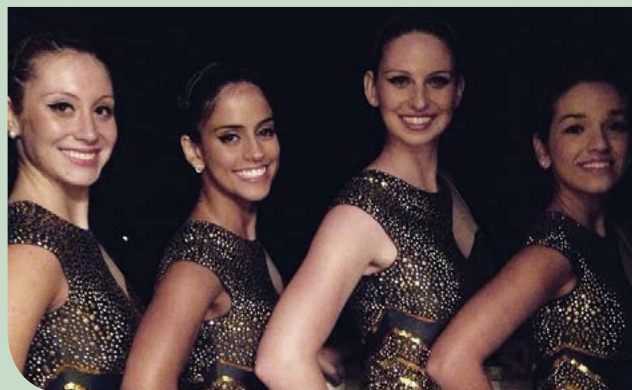
## Nado paineirense se apresenta em Festa da Revista Glamour

As atletas do Nado Sincronizado foram convidadas a criarem uma coreografia para apresentação na grande festa anual da Revista Glamour, onde destaques do ano, em diversas categorias, são homenageados.

A música, definida pela revista, foi Cor de Rosa Choque – Rita Lee. Nossa Coordenadora Técnica Andrea Curi desenvolveu a coreografia. A apresentação foi feita na piscina, sobre a qual o palco da festa foi montado, e a música tocada por uma orquestra. Nossas atletas Beatriz Chamie, Beatriz Rossello, Marina Azevedo e Nayara Figueira juntamente com Andrea Curi foram apresentadas pelo casal Flavia Alessandra e Otaviano Costa, e executaram lindamente a coreografia especialmente criada para a festa.

A participação de nosso Nado Paineiras foi amplamente divulgada na mídia, como a grande surpresa da noite! Mais uma vez nossas atletas e técnicas se empenham na divulgação desse esporte tão difícil, que tanto exige, mas que é tão lindo e admirado por todos!

Foi um belo espetáculo! Parabéns!







## Vocês conhecem as categorias de base da Natação?

Nesta edição da Revista vamos falar sobre as classes da modalidade esportiva, começando pelas duas categorias de base, as portas de entrada no circuito competitivo da natação: Mirim e Petiz.

As classes, ou categorias, são divididas pelo ano de nascimento da criança, sendo assim, a categoria Mirim 1, compreende os nascidos em 2006. A categoria Mirim 2, os nascidos em 2005. As crianças que nasceram em 2004, competem na categoria Petiz 1, e as que nasceram em 2003, pertencem à categoria Petiz 2. Nos festivais de natação encontramos alguns nadadores competindo como Pré-Mirim (2007 e 2008), porém esta categoria não é oficial da Federação Aquática Paulista.

No Paineiras atualmente, temos 30 nadadores das categorias de base. Nosso treinador é o Professor Marcio Esteves, formado desde 2008 pelo Mackenzie e com grande experiência na área, atuando no Clube desde 2014, onde começou como treinador Mirim e este ano acumulou também a categoria Petiz.

Como categorias de entrada na natação competitiva, os treinos do Mirim, mais se parecem com aulas um pouco mais intensas, onde o principal é gostar de nadar, aprender a nadar corretamente e gostar de competir. Os treinos variam entre duas a três vezes por semana e o volume não ultrapassa os 2.000 metros de nado.

Os Mirins possuem como competição principal, o Circuito Mirim de Natação da Primeira Região, geralmente sediado pelo Clube Paineiras e disputados este ano nas seguintes datas:

I fase – 26 de Abril

II fase – 17 de maio

Final – 20 de junho

O Clube Paineiras do Morumby tem grande tradição nesta competição e sempre ganha muitas medalhas na final, colocando grande parte de sua equipe no pódio. Este semestre, as três fases da competição acontecem no Paineiras, sendo ótima oportunidade para os amantes da natação conhecerem nossos futuros campeões.

Seguindo adiante, os nadadores da categoria Petiz, treinam de 4 a 5 vezes por semana, ainda na intenção de melhorar tecnicamente, gostar de nadar e competir, mas agora, competindo mais acirradamente. São várias as competições para esta categoria, iniciando nos Torneios Regionais, passando pelos Campeonatos Estaduais e chegando aos Festivais Regionais, no nosso caso, o Festival Sudeste de Natação, promovido pela Confederação Brasileira de Desportos Aquáticos – CBDA. Os Petizes ainda podem chegar à sua primeira seleção, que será formada em cada região do Estado de São Paulo para disputar o Troféu Kim Mollo, na cidade de Mococa-SP, no primeiro semestre de cada ano.

A seletiva para esta competição é uma das mais fortes do Estado de São Paulo, rivalizando-se com o próprio Campeonato Paulista, e este ano também foi disputada em nossa piscina nos dias 11 e 12 de abril.

O Festival Sudeste de Natação tem a sede de disputa girando entre Vitória (ES), Belo Horizonte (MG), Rio de Janeiro (RJ) e São Paulo (SP), com uma sede a cada semestre. Este semestre, a disputa será em Belo Horizonte e no final do ano, em Vitória.

Agora que todos já conhecem um pouco mais sobre as duas primeiras categorias da natação, venham nos visitar! Estamos todos os dias na Piscina Olímpica ensinando, formando e treinando não só futuros nadadores, mas futuros cidadãos.



## Paineiras bate 5 Recordes Internos

Já no começo do ano os atletas do Paineiras bateram 5 recordes internos. Este é um dado importante, pois compara a equipe do Paineiras com ela mesma e mostra nossa evolução. A cada ano que passa, os recordes vão ficando mais difíceis e não podemos nos esquecer, que em 2014 batemos

101 recordes internos, o que torna as conquistas deste ano ainda mais importantes. Nosso "Quadro de Recordes" foi atualizado e colocado na Piscina Olímpica para que todos possam conhecê-los e para que a partir deles nossos atletas possam fixar suas metas!



### RESULTADOS BATIDOS ESTE ANO

1	Víctor Barbosa Ladeira	Junior 2	50	100 costas	1'00''63	14-Mar	Torneio Regional – Corinthians/SP
2	Carolina Jaen Saad	Sênior	50	50 borboleta	0'34''54	14-Mar	Torneio Regional – Corinthians/SP
3	Lucas Lobato V. de Moraes	Sênior	50	50 borboleta	0'26''61	14-Mar	Torneio Regional – Corinthians/SP
4	Brunno Tomiyama Suzuki	Infantil 2	25	200 livre	1'58''88	21-Mar	Torneio Regional – Paineiras/SP
5	Nicole Barbosa Ladeira	Sênior	50	50 borboleta	0'32''02	28-Mar	Troféu Marcelo Biazotto São Caetano do Sul/SP

Parabéns, atletas!

## Seleção Novos Campeões Paineiras

Como todos estão acompanhando, os setores competitivo e formativo estão com um novo planejamento que visa aumentar o número de atletas da natação paineirense, entre outras coisas.

Este mês, chegaram as listas com os indicados pelos professores do SEFFE para o teste no competitivo. Os testes serão durante todo o mês de maio e, na próxima edição da revista, todos conhecerão os nossos mais novos integrantes da Natação Competitiva do Paineiras.

Fiquem ligados!



## Troféu Kim Mollo

O que é mais forte: a competição para seletiva ou o próprio evento? Se o evento for o Troféu Kim Mollo de Natação, que reúne os melhores nadadores de cada região do Estado de São Paulo e a Seletiva da Primeira Região (que comporta a capital do Estado), a resposta será: a Seletiva.

Considerada uma das competições mais fortes do país, a Seletiva que monta a Seleção da Primeira Região do Estado de São Paulo para a disputa do Troféu Kim Mollo de Natação, foi disputada na piscina do Paineiras entre os dias 11 e 12 de Abril.

Foram mais de 500 atletas envolvidos de várias equipes do Estado de São Paulo, numa disputa por 6 vagas nas categorias Petiz, Infantil e Juvenil – masculino e feminino, totalizando 36 atletas.

O Troféu Kim Mollo será disputado na cidade de Mococa-SP, entre os dias 16 e 17 de maio.

Acompanhem!



## Paineiras coloca 9 atletas na Seleção da Primeira Região

Depois de receber a Seletiva para o Troféu Kim Mollo, o Paineiras colocou 9 atletas de seu quadro na seleção que representará a primeira região no Troféu Kim Mollo, tradicional competição do Estado de São Paulo. Esses atletas iniciaram no competitivo há 3 anos, confirmando o bom trabalho realizado nesse período.

“Há algum tempo, o Paineiras não coloca tantos nadadores nesta seleção”, diz o Coordenador Técnico Professor Rogerio Nocentini, “Isto mostra que o trabalho com nossas categorias de base está voltando ao seu melhor momento, revelando novos e talentosos nadadores para São Paulo e para o Brasil”, completa o treinador.

Além dos atletas, o Paineiras também emplacou o Técnico da Categoria Infantil Masculino, Professor Regis Mencia e o Supervisor da Delegação, Prof. Rogerio Nocentini.

### ATLETAS CONVOCADOS PARA A SELEÇÃO

Eduardo Wehba  
Beatriz Kamel  
Lara Matuck  
Heitor Iwasaki  
Hiyan Kubagawa  
Sofia Tudoras  
Brunno Suzuki  
Ana Clara Freitas Cervone  
Julia Riccardi

**Parabéns a todos e boa sorte aos nossos atletas!**



**AMBIENTE  
IDEAL PARA:**  
Exposições  
Coquetéis  
Recepções

## SAGUÃO SOCIAL

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

  
Clube Paineiras do Morumby

(11) 2142-3600  
eventos@saopaulocenter.com.br  
www.saopaulocenter.com.br

**SÃO PAULO**  
*Center*



# Natação Master

## 1ª Etapa Circuito Paulista Masters de Natação – Troféu Nadir Taubert

O evento que aconteceu em nossas piscinas, no dia 5 de março, contou com a participação de 24 entidades somando um total de 290 atletas inscritos. Participaram atletas dos clubes Pinheiros, São Paulo Futebol Clube, Okuda Swim Team-Corinthians, Corinthians, entre outros.

Nossa equipe começou a temporada nadando firme, com boa técnica de nado e união. O destaque maior foi para a equipe masculina 280, superando o recorde mundial da prova 4x50 medley, recorde este ainda da época dos trajes que hoje são proibidos. O troféu da 1ª etapa levou o nome de nossa Atleta Nadir Taubert pelos feitos em 2014 e por ser uma pessoa maravilhosa e que nos dá um exemplo de vida.

A classificação geral por pontos ficou assim:

- 1º Lugar** – Clube Paineiras do Morumby – 1.847 pontos.
- 2º Lugar** – Esporte Clube Pinheiros – 1.350 pontos.
- 3º Lugar** – Okuda Swim Team/Corinthians – 1.175 pontos.

### QUADRO DE RECORDES:

- Paulista:** 04
- Brasileiro:** 02
- Sul-americano:** 02
- Mundial:** 01

### QUADRO DE MEDALHAS:

- Ouro:** 25
- Prata:** 30
- Bronze:** 11

### ATLETAS RECORDISTAS:

- Equipe masculina 280: Estabelece novo recorde Mundial na prova 4x50 medley, recorde que pertencia a equipe de San Diego Swim Masters – USA de 2008, época dos trajes que hoje são proibidos. Equipe composta por: José Orlando Loro, Antonio C. Orselli, Paulo Mota e Giorgy Pavetits. Estabelecem também recorde Brasileiro e Sul Americano nessa prova.
- Maria Stella D’Almeida, categoria 45: estabelece novo recorde paulista na prova 200 metros nado borboleta.
- Equipe Feminina, categoria 160: estabelece novo recorde Paulista na prova 4x50 medley. Equipe composta por Aroma Martorell, Mariana Guimarães, Maria Stella D’Almeida e Marien Arndt.



### ATLETAS MEDALHISTAS:

- Maria Stella D’Almeida – 1º lugar 200 borboleta, 2º lugar 50 peito, 1º lugar 4x50 medley.
- Vivien Lantieri – 1º lugar 200 borboleta, 1º lugar 50 peito, 1º lugar 4x50 medley.
- Nadir Taubert – 1º lugar 200 borboleta, 1º lugar 50 peito, 1º lugar 4x50 medley.
- Guilherme Cotomacci – 1º lugar 200 borboleta, 2º lugar 50 peito, 2º lugar 4x50 medley.
- Jose Armando Abdalla Junior – 2º lugar 200 borboleta, 3º lugar 100 costas, 2º lugar 4x50 medley.
- Talitha Blunke Adde – 1º lugar 50 peito.
- Mariana Guimarães – 1º lugar 50 peito, 2º lugar 100 costas, 1º lugar 4x50 medley.
- Aroma Martorell – 1º lugar 50 peito, 1º 400 livre, 1º lugar 4x50 medley.
- Marion Vita – 2º lugar 50 peito, 2º lugar 100 costas, 1º lugar 4x50 medley.
- Camila Amorim – 2º lugar 50 peito.
- Gisela Swarowsky – 2º lugar 50 peito.
- Gherda Hupfeld – 2º lugar 50 peito, 2º lugar 100 costas, 1º lugar 4x50 medley.
- Tiago Naufal – 2º lugar 50 peito, 1º lugar 100 costas, 2º lugar 4x50 medley.
- Hugo S. Moraes – 2º lugar 50 peito, 3º lugar 100 costas, 3º lugar 4x50 medley.
- Luís Alfredo Mader – 2º lugar 50 peito, 2º lugar 4x50 medley.
- Ivan Nazarenko – 2º lugar 50 peito, 1º lugar 400 livre.
- Evandro Ribeiro – 3º lugar 50 peito, 2º lugar 100 costas, 2º lugar 4x50 medley.
- Ricardo Yamin – 2º lugar 50 peito, 2º lugar 400 livre, 2º lugar 4x50 medley.
- Marien Arndt – 2º lugar 100 costas, 2º 400 livre, 1º lugar 4x50 medley.
- Beatriz Fekete – 2º lugar 100 costas.
- Patrícia Cabral – 3º lugar 100 costas, 1º lugar 4x50 medley.
- Maria Clara Abdu – 3º lugar 100 costas, 2º lugar 400 livre, 1º lugar 4x50 medley.
- Lucas Brigido – 2º lugar 100 costas, 2º lugar 4x50 medley.
- Márcio Cotomacci – 3º lugar 100 costas, 3º lugar 4x50 medley.
- Fabio Panucci – 2º lugar 100 costas, 2º lugar 4x50 medley.
- Jose Orlando Loro – 1º lugar 100 costas, 1º lugar 400 livre, 1º lugar 4x50 medley.
- Nelson Campello Filho – 2º lugar 100 costas, 2º lugar 400 livre, 2º lugar 4x50 medley.
- Olivia de Thuin – 3º lugar 400 livre.
- Raul Kelvin de Thuin – 3º lugar 400 livre, 2º lugar 4x50 medley.
- Bruna Lavoura – 2º lugar 4x50 medley.
- Cristiana Renner – 2º lugar 4x50 medley.
- Ana Paula Moraes – 2º lugar 4x50 medley.
- Manuella Martorell – 2º lugar 4x50 medley.
- Alexandre Mitzkun – 3º lugar 4x50 medley.
- Fernando Editore – 3º lugar 4x50 medley.

Parabéns, paineirenses!

APOIO AO  
ESPORTE  
COMPETITIVO

Colégio  
Mater Dei

OBJETIVO  
Sistema de Ensino

Colégio  
Pentágono

KERT

BEBIDA  
ESPORTIVA

G  
GATORADE



# Polo Aquático

## Paineiras conquista o Campeonato Brasileiro Masculino Sub 17

No final de semana de 26 a 29 de março, foi realizado no Rio de Janeiro, o Campeonato Brasileiro sub 17 masculino e feminino. Participaram 8 equipes no masculino e 5 no feminino.

A equipe feminina do Paineiras participou da competição com atletas de idade inferior a da categoria, enfrentando as equipes do Esporte Clube Pinheiros, Clube Regatas Flamengo, SESI e Associação Bauruense de Desportos Aquáticos. Foi um campeonato muito equilibrado e disputado. Para o segundo semestre, com dedicação e determinação, essa equipe promete muita garra nos campeonatos em busca de melhores resultados, quem sabe até um lugar no pódio. A equipe masculina, que ficou no grupo A, jogou com o Flamengo, Botafogo, Tijuca e Jundiaí. O Paineiras estava confiante, visando a conquista do título e logo no primeiro dia de competição, enfrentando o Flamengo, mostrou sua determinação vencendo por 11 a 9. Essa vitória classificou o Clube em primeiro lugar no grupo A.

Na semifinal, o Paineiras jogou contra o Pinheiros. O primeiro quarto da partida foi bem disputado, mas no final o time acabou se superando e vencendo o jogo por 13 a 5.

Na final enfrentamos novamente a equipe do Flamengo, que venceu a equipe do SESI, na segunda semifinal do dia, pelo placar de 10 a 9. Como já tínhamos enfrentado esta equipe na fase classificatória, sabíamos que não ia ser um jogo fácil já que era um time forte, jogava em casa e tinha a torcida a seu favor. A equipe sabendo da ótima preparação física, técnica e tática que possuíam, não deixou que isso interferisse no resultado final da partida. Entraram com muita disposição, concentração, determinação, sabedoria, e venceram o primeiro quarto pelo placar de 3 x 0. Essa diferença apesar de não ser suficiente numa final, ainda mais jogando contra uma equipe como o Flamengo, foi determinante e decisiva no placar final do jogo, que foi de 7 x 4.

Parabéns a todos os atletas da equipe pela excelente e contundente vitória!

Além de termos conquistado o título e levantado o troféu de campeão, o Paineiras se destacou nos prêmios individuais. João Pedro Fernandes foi o goleiro menos vazado e Enrico Lucato, o artilheiro da competição. Conheça nossos campeões: Alexandre Kerkis, Eduardo Gropillo, Enrico Lucato, Gabriel Monteiro, Gabriel Poci, João Pedro Fernandes, Leonardo Lucca, Luccas Oliveira, Pedro Bastos, Rafael Hernandez, Rafael Vergara, Robert Rittscher, Tomás Alloza, Técnico da equipe: Frank Diaz e Juan Dominguez.



## Campeonato Paulista de Polo Aquático

### Categoria Sub 13 Masculino

O Paineiras enfrentou a forte equipe de ABDA – Associação Bauruense de Desportos Aquáticos e acabou perdendo o jogo de estreia. Apesar de não terem vencido, os paineirenses mostraram muita raça, vontade e determinação.

Valeu equipe!

### Categoria Sub 15 Masculino

O time paineirenses realizou dois jogos nesta primeira fase, o primeiro foi contra a equipe da Hebraica e o segundo contra o SESI B. Eles venceram a Hebraica por 9 a 8, uma vitória apertada. Contra o SESI o placar foi de 13 a 9. Foram duas partidas muito equilibradas e a equipe está mostrando uma boa evolução técnica.

### Categoria Sub 17 Masculino

O Paineiras enfrentou as equipes do Esporte Clube

Pinheiros, Associação Bauruense de Desportos Aquáticos, Associação Brasileira Hebraica e o Clube Jundiaí e saiu invicta. Nossos atletas venceram os jogos com tranquilidade.

Parabéns a todos!

### Categoria Sub 17 Feminino

Nesta categoria enfrentamos as equipes do Esporte Clube Pinheiros e Associação Bauruense de Desportos Aquáticos. Infelizmente não vencemos, mas as atletas conseguiram manter o jogo equilibrado e mostraram uma boa evolução.

### Categoria Adulto Masculino

Nossa equipe enfrentou a equipe da Hebraica e SESI. Contra a Hebraica saímos vitoriosos, mas não vencemos a forte equipe do SESI.



## Mater Dei realiza cerimônia de entrega de Certificados Cambridge English

No dia 07 de abril, o Colégio Mater Dei realizou a cerimônia de entrega de certificados Cambridge a 66 alunos aprovados.

Os alunos do 6º e 9º do do Ensino Fundamental e 2º ano do Ensino Médio do Colégio Mater Dei participaram dos exames no ano de 2014 para a avaliação de aprendizagem da língua inglesa. O índice geral de aprovação foi de 83,4%, maior índice desde o início do programa.

O programa Cambridge English for School proporciona às escolas que alcancem padrões internacionais de reconhecimento da Língua Inglesa, além de oferecerem extenso suporte para estudantes e professores.



COLÉGIO **Mater Dei**



[colegiomaterdei.net](http://colegiomaterdei.net)



[colegiomaterdei.net/newblog](http://colegiomaterdei.net/newblog)



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



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



# Judô

## Copa São Paulo de Judô 2015

Excelente resultado dos judocas paineirenses na Copa São Paulo de Judô 2015. Foram dois finais de semana (21, 22, e 28 de março) no Ginásio Poliesportivo de São Bernardo do Campo, que reuniram mais de 3 mil atletas de todo o país. Nossos judocas conquistaram medalhas em todas as classes que disputaram (sub-9, sub-11, sub-13, sub-15, sub-21, sênior, e master), fruto de um trabalho abrangente e consistente do Judô Paineirense, demonstrando a união de todos (Departamento de Esportes, Técnicos, Atletas de todo o país e Pais).

No primeiro final de semana (dias 21 e 22 de março), medalha de prata para Francisco Gorgulho (Sub-11), bronze para Beatriz Garofalo (Sub-11), no Sub-13 prata de Gabriel Vitorino Lopes, no Sub-15 bronze de Bárbara Vitorino Lopes. Felipe Loverdos fica com a prata no Sub-21, Alana Uraguti conquista duas medalhas bronze no Sub-21 e no Sênior, no Master bronze de Mauricio Cataneo e prata de Mauricio Calil.

No segundo final de semana (dia 28 de março) medalha de ouro de Lucas Meili Dell'Aquila no Sub-9 e prata de Felipe Calil também no Sub-9.

Parabéns a todos atletas e aos pais que acompanharam seus filhos! Ao lado, os nomes de todos judocas que participaram da Copa São Paulo 2015.



### Sub-9

Lucas Dell'Aquila  
Felipe Calil  
Cauã Scabin  
João Pedro de Mira  
Daniel Kuba

### Sub-11

Francisco Gorgulho  
Gabriel Manhas Vieira  
Beatriz Garofalo  
Pedro Castro  
Gustavo Teruya  
Luis Eduardo Marques  
Fernando Arnus

### Sub-13

Gabriel Vitorino Lopes  
Eduardo Wehba  
João Lettiere  
Andre Marques Pereira  
Luca Fórtis Rodrigues  
Vitor Ribeiro

### Sub-15

Felipe Chalita Soares  
Bárbara Vitorino Lopes

### Sub-21

Alana Uraguti  
Felipe Loverdos

### Sênior

Amanda Costa Drezza  
Amanda Culato  
Maria Emilia Jesus Cillo  
Marcus Vinicius  
Rafael Eidi Enju

### Master

Raimundo Schnorrenberg  
Mauricio Cataneo  
Mauricio Calil





# Tênis

## Paineirenses vencem Etapa de Londrina no Circuito Juvenil dos Correios

Os campeões do G1 da etapa de Londrina do Circuito Juvenil Correios foram conhecidos na quarta-feira, dia 1º de abril, nas quadras do Londrina Country Club, que recebeu na quinta-feira, 2 de abril, a partir das 9h, a disputa do GA, com os principais tenistas das categorias 12, 14, 16 e sub-23 anos do Brasil.



O paineirense Rodrigo Carvalho venceu a categoria 16 anos masculino ao ganhar do campineiro Vinicius Garcia com parciais de 6/2, 6/2. Outro atleta de nosso Clube, Rafael Marques também sagrou-se campeão de simples em sua categoria (G1). Já a atleta Giovana Louzado foi semi de simples e vice-campeã de duplas (G1).

**Parabéns, tenistas!**

## 1ª Etapa da Copa Interclubes da FPT

No último final de semana de março, aconteceu a primeira etapa da Copa Interequipes da Federação Paulista de Tênis – Categoria 10 anos. Os circuitos foram organizados na capital, um sediado por nosso Paineiras e o outro pelo Clube Pinheiros. Entre os Clubes participantes estavam o São Paulo Futebol Clube, Sociedade Harmonia de Tênis, Clube Internacional de Regatas, Clube de Campo de Rio Claro, Esporte Clube Pinheiros, Alphaville Tênis Clube, Club Athletico Paulistano, Clube Esperia, Jaraguá Esporte Clube e a equipe paineirense.

Foi uma oportunidade inédita de promover uma competição baseada num formato diferente, que serve como alternativa e contraponto aos torneios realizados convencionalmente. Os modelos de torneios convencionais, com eliminatórias simples são muito severos e não podemos desestimular os novos tenistas. Nesse novo formato cada equipe foi composta por quatro tenistas. Meninos e meninas jogam juntos, podem disputar quatro confrontos, três numa fase classificatória e um na fase decisiva. Praticamente todos os 48 tenistas jogaram quatro partidas, duas de simples e duas de duplas. Os treinadores permaneceram dentro da quadra auxiliando

na condução do jogo, passando confiança e orientações. Para eles é uma chance de proporcionar a seus jogadores experiência de jogo, táticas, além de avaliarem o rendimento de cada atleta.

Parabéns aos tenistas, pais e treinadores! Essa foi uma ótima iniciativa! Estamos aguardando a próxima etapa!





## Tênis: modalidade que proporciona excelente formação física e pessoal aos atletas

O tênis é uma modalidade que proporciona inúmeros benefícios aos seus praticantes. Por ser um esporte completo exige muito do esportista, mas também fornece grandes ferramentas para seu desenvolvimento físico, emocional e pessoal.

Ele possibilita vivências individuais intensas, mas também é trabalhado em duplas e em equipes. Individualmente, o tênis colabora com o poder de concentração, além do praticante precisar elaborar ações táticas, reações rápidas e possuir muita agilidade. No aspecto pessoal, o tênis ajuda o esportista a ter mais controle sobre suas emoções. As disputas ensinam a trabalhar melhor os desafios, as derrotas, ajuda a conquistar o poder de superação e também a saber lidar

com a vitória. O esporte é um excelente formador de caráter e de pessoas fortes. Já no aspecto físico, o tênis é um esporte de velocidade. Para ter um melhor desempenho é preciso ter rapidez nos pés, um corpo ágil e flexível, bastante explosão muscular e uma coordenação muito boa. Também é uma ótima forma de queimar aquelas calorias extras. O número exato da queima durante uma hora de jogo depende de vários fatores, mas em média dá pra deixar na quadra cerca de 600 até 1.300 calorias.

Veja abaixo, o artigo do Fisiologista do exercício e preparador físico do Departamento de Esporte Competitivo do Clube Paineiras do Morumby sobre os benefícios físicos do tênis.

### Benefícios da prática do tênis

A prática do tênis é considerada uma das atividades físicas que mais traz benefícios à saúde. O praticante produz esforços físicos que variam de 3 a 30 segundos em média com intervalos de 25 segundos entre os esforços por um período prolongado (uma aula dura em média 60 minutos). Esse tipo de relação de esforço e pausa permite que os praticantes se recuperem entre os esforços e consigam manter o desempenho nas ações. Com isso, praticantes de diferentes faixas etárias e com diferentes níveis de condicionamento físico conseguem participar tranquilamente desse esporte.

A prática do tênis exige uma ativação conjunta dos braços, do tronco (core) e das pernas do praticante. Como resultado dessa grande massa muscular envolvida nas ações, cria-se um ambiente favorável para um gasto calórico elevado, melhorando a utilização da glicose (carboidratos) e ácidos graxos livres (gorduras) como fonte de energia. Também, a frequência cardíaca varia durante a prática do tênis podendo atingir de 60% a 90% da frequência cardíaca máxima promovendo adaptações cardiovasculares importantes que melhoram o transporte e a utilização do oxigênio e dos nutrientes, e otimizam a remoção dos chamados lixos metabólicos. Os arranques, as acelerações, as mudanças de direções, e os golpes (direita, esquerda, saque) são os estímulos e os impactos mecânicos responsáveis pelo aumento da força muscular, e da melhora da densidade óssea do praticante, respectivamente. O olhar fixo no vaivém da bolinha, as mudanças de direções e os ajustes corporais que precedem os golpes, integram-se

em um único mecanismo melhorando o equilíbrio e a propriocepção do praticante.

Portanto, a prática do tênis beneficia a todos aqueles que apresentam doenças crônicas (sedentarismo, obesidade, diabetes, hipertensão) e também aqueles que queiram manter o peso ideal, devido ao alto dispêndio energético na atividade, a uma melhor utilização das gorduras e dos carboidratos, um aumento no colesterol bom (HDL) e uma diminuição do colesterol ruim (LDL). Além disso, o praticante melhora o condicionamento físico se sentindo mais forte e com mais energia e disposição ao longo do dia. Os ossos se constituem cada vez mais saudáveis com o estresse mecânico causado pela prática, e esse efeito é relevante para prevenção de osteopenia e osteoporoses após a menopausa.

Finalizando, a melhora do equilíbrio ou da propriocepção no tênis é extremamente importante na prevenção das quedas, que é um dos principais fatores de risco de morte na terceira idade. Importante lembrar que uma avaliação médica se faz necessária antes de iniciar uma prática esportiva, assim a atividade pode ser adaptada diante das restrições tornando-a mais segura para o aluno e para o professor.

Por Prof. Ms. Vinicius Cavani, Graduado e Mestrado em Ciência do Movimento Humano, com especialização em Fisiologia do Exercício. CREF: 024136/G.

Fisiologista do exercício e preparador físico do Departamento de Esporte Competitivo do Clube Paineiras do Morumby.



# RENDEZ-VOUS À ROLAND-GARROS

IN PARTNERSHIP WITH **LONGINES**



Sophia Chow



Camila Felizzola

## A paineirense Sophia Chow conquista o terceiro lugar

De 16 a 19 de abril, o Paineiras foi sede do “Rendez-Vous à Roland Garros” que aconteceu pela primeira vez no Brasil, na cidade de São Paulo, com o objetivo de encorajar os jovens tenistas a perseguir seus sonhos.

Um dos esportes mais profissionalizantes do mundo, o tênis tem uma longa história e muitas tradições. Todos os entusiastas da modalidade procuram oportunidades de participar dos quatro torneios do Grand Slam, e o Aberto da França é o mais atraente para os brasileiros, pois foi em Roland Garros que Gustavo Kuerten ganhou seus 3 troféus de Grand Slam, em 1997, 200 e 2001. “Guga” motivou muitos jovens tenistas brasileiros a se dirigirem ao tênis.

O “Rendez-Vous à Roland-Garros”, foi uma parceria entre a Federação Francesa de Tênis (FFT) e a Confederação Brasileira de Tênis (CBT), com patrocínio de Longines. Todos os tenistas brasileiros de 13 a 18 anos registrados no ITF-Federação Internacional de Tênis participaram desta competição. Dezesesseis lugares para as chaves masculinas e femininas foram disputados no sistema de eliminatória simples e melhor de três sets com tie-break.

Três tenistas paineirenses participaram dessa classificatória: Camila Felizzola, Renato Lima e Sophia Chow. Sophia Chow ficou em terceiro lugar na classificatória e comenta, “Foi uma oportunidade maravilhosa. Tentei aproveitar ao máximo, mas infelizmente perdi, e fiquei com o terceiro lugar. Mas é uma experiência que levarei para a vida inteira. Foi ótimo jogar no Clube onde sempre treinei. Você compete se sentindo em casa”. Na decisão do terceiro lugar do “Rendez-Vous à Roland-Garros”, a paineirense Sophia Chow derrotou Gabriela Rezende, por 6/4 e 6/0.

Renato Lima, também fez questão de agradecer ao Clube, “Achei uma experiência legal e uma grande oportunidade que o Paineiras me deu. Foi um reconhecimento pelos meus treinos e trabalho. Nas quadras eu conhecia quase todos os jogadores e fiquei apenas 2 pontos de ganhar. Meu último jogo foi às 10h30, já era tarde, mas toda a equipe técnica do Paineiras, os profissionais do Centro de Apoio e os treinadores estavam lá me aplaudindo e me apoiando. Foi muito legal!”. Já Camila Felizzola ressaltou, “Foi uma experiência boa. Tive a oportunidade de jogar um pré-qualifying juvenil. Foi um grande passo na minha carreira. Com 15 anos tive a oportunidade de competir em meio de grandes profissionais. O torneio foi em casa, contamos com o apoio da família e dos treinadores, e isso conta bastante”.

FOTO: CRISTIANO ANDUJAR/DIVULGAÇÃO



Sophia Chow

O paulista Gabriel Decamps e a carioca Maria Clara Silva conquistaram no domingo, o título do “Rendez-Vous à Roland-Garros. Ainda com 15 anos, Gabriel derrotou o também paulista Felipe Alves, por 6/3 e 6/2, enquanto Maria Clara (17), ganhou da paulista Erika Pereira, por 6/3 e 6/0.

Os dois brasileiros irão disputar um triangular com os campeões da Índia e China que se classificaram nas últimas semanas. Os vencedores foram Chengze Lu e Yue Yuhan e os indianos Basil Khuma e Sathwika Sama. O evento está marcado para o dia 24 de maio numa quadra montada junto à Torre Eiffel, em Paris. Os campeões receberão convite para a chave juvenil do Grand Slam francês. Os demais atletas participantes poderão disputar o qualifying, dependendo do ranking de cada um.

### Confira a Classificação Final do evento:

#### Masculino

Campeão: Gabriel Decamps (SP)  
Vice-campeão: Felipe Alves (SP)  
Terceiro colocado: Igor Marcondes (SP)  
Quarto colocado: Lucas Koelle (SP)

#### Feminino

Campeã: Maria Clara Silva (RJ)  
Vice-campeã: Erika Pereira (SP)  
Terceira colocada: Sophia Chow (SP)  
Quarta colocada: Gabriela Rezende (PR)

As Taças da Copa dos Mosqueteiros e da Copa Suzanne Lenglen foram uma atração a parte. Os troféus vieram para promover a parceria estabelecida entre a Confederação Brasileira de Tênis e a Federação Francesa de Tênis e a realização do “Rendez-Vous à Roland-Garros, em parceria com a Longines”. Na quarta-feira dia 15, no Paineiras, as taças foram a atração principal da cerimônia de abertura da competição, quando os tenistas e convidados tiraram muitas fotos ao lado das relíquias.

PATROCÍNIO

APOIO AO  
ESPORTE  
COMPETITIVO

Mater Dei

OBJETIVO  
Sistema de Ensino

BEBIDA  
ESPORTIVA

GATORADE



# Vôlei Master

## Calendário de jogos da Copa Sindi-Clube de Voleibol Master Feminino



Em maio acontecerão várias partidas. Confira os dias e horários dos jogos, e venha prestigiar nossas atletas:

Dia	Horário	Jogo
4 de maio, segunda-feira	20h30	C. Paineiras do Morumby 2 X E.C. Pinheiros 2 Master E-ch2
7 de maio, quinta-feira	20h30	C. Paineiras do Morumby 1 X Jaraguá C.C. Master E-ch1
7 de maio, quinta-feira	21h	C. Paineiras do Morumby 2 X A.D.S. Bernardo Master D2
11 de maio, segunda-feira	21h	C. Paineiras do Morumby 1 X Democrático do Ypiranga F.C. Master D2
20 de maio, quarta-feira	20h30	C. Paineiras do Morumby 2 X Tênis Clube Paulista Master E-ch2
21 de maio, quinta-feira	20h30	C. Paineiras do Morumby 2 X Clube Esperia Master D2
21 de maio, quinta-feira	20h30	C. Paineiras do Morumby 1 X Ribeirão Pires F.C.1 Master E-ch1
28 de maio, quinta-feira	21h	C. Paineiras do Morumby 1 X Tênis Clube Paulista Master E-ch1

**Venham torcer pelo nosso Clube!**

## Peteca

### 1ª Etapa do Campeonato Paulista de Peteca 2015

Atletas do Paineiras participaram da 1ª etapa do Campeonato Paulista de Peteca 2015 realizada em São José do Rio Preto, nos dias 28 e 29 de março. Conseguimos ótimas classificações como vice-campeões nas Categorias Master IV e Master II. Entre os participantes estavam Augusto, Bezerra, Candido, Pratscher, Emilio, Mauricio, Caio e Paulo.

O Campeonato Paulista será realizado em 4 etapas. Acompanhem os resultados! A próxima etapa ocorrerá nos dias 30 e 31 de maio, em São João da Boa Vista.



## Tênis Recreativo

### 18º Torneio ACESC de Tênis

O torneio de tênis de campo aconteceu dia 31 de março, no Paineiras e em outros clubes, envolvendo diversas categorias. O Clube estreou no torneio de forma brilhante ganhando o confronto com o Clube Ipê por 6 x 1. Já no segundo jogo ganhamos contra o Sírio por 4 x 3. O tenista José Haroldo Cavalheiro é o coordenador técnico da participação do Paineiras no Torneio da ACESC.

No dia 16 de abril, tivemos um jogo com Clube Helvetia. Tenistas participantes: Pedro Ribeiro, Luciano Vianna, Marcos Yamin, Ulysses Linhares, Flavia Costa Silvia Fernandez, José Raimundo Souza, Eduardo Adas, Masami Yokochi, Nando Jones, Paulo Branco, Renato Mendes, Rodolpho Camargo, Rodrigo Rigolon, Rosana Chantre, Laís Romanholi, Paulo Tessari, Marco Jerez Telles e Luciano Gaúcho.

**Parabéns a todos os tenistas!**



# Futebol

## Interclubes 2015

O Campeonato Interclubes 2015 que acontece em nossas quadras terá 4 categorias: Categoria Principal, 39+, 48+ e 54+. Os clubes participantes são:

**Categoria Principal:** Paulistano, Jaraguá, AABB, Pinheiros, Sírio, Macabi, Alphaville, Ipê, Clube de Campo, Monte Líbano e Paineiras.

**Categoria 39+:** Banessa, Jaraguá, Alphaville, Paineiras, Ipê, Sírio e Pinheiros.

**Categoria 48+:** Pinheiros, Ipê, Jaraguá, Banessa, Paineiras, Cooper Cotia, São Paulo, Paulistano e AABB.

**Categoria 54+:** Paineiras, Paulistano, São Paulo, Cooper Cotia, Jaraguá, Banessa e Spac.

**Confira a tabela dos jogos de maio:**

Nº	DATA	CATEGORIA	HORÁRIO	CLUBE (MANDANTE)	X	CLUBE (VISITANTE)
7	06/mai	48+	20H30	PAINEIRAS	X	COOPERCOTIA
8	09/mai	39+	13H00	JARAGUÁ	X	PAINEIRAS
9	09/mai	54+	14H00	COOPERCOTIA	X	PAINEIRAS
10	11/mai	PRINCIPAL	20H30	PAINEIRAS	X	CLUBE DE CAMPO
11	16/mai	48+	16H00	PAULISTANO	X	PAINEIRAS
12	23/mai	48+	13H00	JARAGUÁ	X	PAINEIRAS
13	23/mai	54+	15H30	JARAGUÁ	X	PAINEIRAS
14	27/mai	PRINCIPAL	20H30	PAINEIRAS	X	MONTE LÍBANO



Paineiras X Ipê, 08 de Abril (Categoria 39+)



Paineiras X Banessa, 07 de Abril (Categoria 54+)

**Não perca!  
Venha torcer  
por nossos  
jogadores!**

## X Super Copa de Futebol de Campo

A X Super Copa de Futebol de Campo está com mais de 200 atletas inscritos.

Neste ano teremos a participação de 6 equipes na categoria "A" e 6 equipes na categoria "B": Alemanha, Argentina, Espanha, Japão, Rússia e Suécia.

**Verifique a tabela de jogos do mês de maio:**

DATA	HORA	LOCAL	CAT.	MANDANTE	X	VISITANTE	TURNO
14/05	20:30	Campo de Futebol	B	Alemanha	X	Rússia	1º Turno
17/05	08:30	Campo de Futebol	B	Argentina	X	Japão	1º Turno
17/05	10:00	Campo de Futebol	B	Espanha	X	Suécia	1º Turno
21/05	20:30	Campo de Futebol	A	Suécia	X	Argentina	1º Turno
24/05	09:00	Campo de Futebol	A	Rússia	X	Espanha	1º Turno
24/05	11:00	Campo de Futebol	A	Japão	X	Alemanha	1º Turno
28/05	20:30	Campo de Futebol	B	Espanha	X	Argentina	1º Turno
31/05	08:30	Campo de Futebol	B	Suécia	X	Alemanha	1º Turno
31/05	10:00	Campo de Futebol	B	Rússia	X	Japão	1º Turno



Rússia, 09 de Abril (Categoria A)



Suécia, 09 de Abril (Categoria A)



# Squash

## Primeiro Squash Day agita as quadras do Paineiras

Pela primeira vez, o Paineiras, junto com a Federação Paulista de Squash, organizaram o chamado Squash Day, encontro entre jogadores e interessados pelo esporte, que mobilizou os associados no dia 21 de março.

A iniciativa foi inspirada em uma atividade já realizada pela Federação Paulista de Squash, conhecida como Encontro Feminino, mas a versão paineireNSE reuniu homens e mulheres. Foram cerca de 30 pessoas, entre crianças, jovens e adultos de todos os níveis, que aproveitaram um dia de atividades voltadas para o esporte. O primeiro Squash Day já tem outras edições garantidas!

O encontro contou com a presença dos professores do Paineiras (Silvano e Evaldo) e mais os professores trazidos pela Federação Paulista de Squash. Também foi organizada uma partida de exibição entre dois dos melhores jogadores do Clube, Pedro Rivieri e Rafael Chow. Para descontrair foram servidos mini salgados e sucos, além de balas e doces para as crianças. E ao final do evento houve um sorteio de brindes e o prêmio principal foi um Ovo de Páscoa da Copenhagen.

“Ficamos muito felizes com o resultado do Squash Day. Para o próximo, esperamos mais participantes, principalmente aqueles associados que ainda não jogam, mas se interessam por squash ou querem conhecer mais sobre o esporte e podem começar a praticar no futuro”, diz Tito Livio, diretor do Squash.

A Federação Paulista de Squash, desenvolve um trabalho social batizado de “Bee Squash” que arrecada fraldas infantis, geriátricas e alimentos não perecíveis para a instituição Filantrópica Casa Maria Maia.



## Paineiras se afilia à Federação Paulista de Squash

No dia 2 de abril, a diretoria do Squash formalizou a afiliação à Federação Paulista de Squash. Dessa forma, o Paineiras estará integrado aos campeonatos e demais iniciativas organizadas pela Federação, além de interagir

mais com outros clubes nas oportunidades para o esporte. O presidente da Federação, o paineireNSE Fernando Augusto Lima Mendes Junior, esteve reunido com o diretor Tito Lívio para que a afiliação fosse oficializada.





## Torneio de Páscoa: troféu de chocolate e festa com comida de boteco

A 20ª edição do Torneio de Páscoa do Paineiras mobilizou os atletas e a gastronomia no Clube no mês de abril. Depois de muito suor nas quadras, os vencedores levaram para casa um troféu que combinava com a data do campeonato. Desta vez, a tradicional plaquinha de ganhador foi substituída por ovos de Páscoa.

Entre os vencedores, está o iniciante nas quadras do Paineiras, Felipe Farias, na categoria D. Um provável candidato a subir de nível no próximo campeonato que venceu o jovem Lorenzo Morandini. Na categoria A, prevaleceu a experiência de Pedro Riviere sobre a juventude de Rafael Chow. Na categoria C tivemos vitória do Cyrille Laurent sobre Sergio Tufano e na categoria B, Jan Freundt perdeu para Sven Harsch.



A cerimônia de premiação também ganhou novo formato neste ano: o famoso churrasco deu lugar a um cardápio especial, com comida de boteco. Pastéis, bolinhos, sanduiches de pernil, e outros petiscos que fizeram a alegria dos atletas, amigos e familiares.



# Snooker

## Torneios de Snooker Regra Brasileira e Inglesa Leonam L. S. Goes

O grande torneio interno começará em 5 de maio e se prolongará até dia 20 junho. Com mais de 130 anos de história, a sinuca (ou snooker, em inglês) foi elevada ao patamar de esporte em 1988. O esporte figura entre os mais democráticos. Basta que haja dois ou mais jogadores e uma mesa apropriada para que o jogo aconteça.

Em relação ao preparo físico o snooker também é pouco exigente, o que admite que quase todo mundo esteja apto a praticá-lo. Por outro lado, os benefícios para a saúde não são poucos. E se a intenção é começar na diversão e chegar ao nível de um profissional, saiba que, diferente de outros esportes, no snooker a idade não é um problema.

Como qualquer esporte, ele segue regras e elas são diferentes dos padrões da sinuca brasileira, jogada e conhecida somente aqui. De toda forma, tanto o popular jogo sinuca, que se apoia na improvisação dos jogadores, como o snooker de regras internacionais, garantem a diversão e os benefícios para a saúde. Fica a critério do jogador decidir se vai apenas buscar uma diversão sem maiores compromissos ou um desempenho sério dentro da modalidade.

**Venham participar e torcer!**

### Torneio Leonam L. S. Goes:

#### Regra Brasileira

Dias : 5, 12, 19 e 26 de maio  
9, 16 de junho e final dia 20 de junho.

#### Regra Inglesa

Dias: 7, 14, 21 e 28 de maio  
11, 18 de junho e final no dia 20 de junho.



# Basquete

## Torneio Interno Carlos Cordts de Basquete

O Torneio Interno de Basquete acontecerá nos dias 16 e 17 de maio e este ano homenageará o jogador paineirense Carlos Cordts. As partidas se iniciarão às 8h30, no Ginásio Velho 1. Não perca!

Carlos Cordts é associado do Clube há 40 anos e desde então participa dos "rachões de basquete". Aos 76 anos, ele se considera o veterano dessa turma. Sem dúvida Carlos é um exemplo de vitalidade e deve inspirar as demais gerações de jogadores adeptos da modalidade. Ao falar sobre a homenagem, ele se emociona, " Já chorei muito de emoção. Quando estavam elaborando o Campeonato já imaginava que teria alguma novidade. Mas sempre fizemos uma homenagem póstuma a algum jogador. Acho que essa é a primeira vez que fazemos uma homenagem a alguém que ainda está jogando. Isso me pegou de surpresa! Não imaginava esse carinho todo. É bom saber que estamos de alguma forma no coração de



todos". Sobre o Torneio que levará o seu nome, Carlos Cordts afirma, "Já temos 5 equipes e se as inscrições aumentarem talvez tenhamos que prolongar o Torneio. Esse ano o Campeonato deve ser bem agitado!".

Para participar dos torneios o associado deve ter acima de 18 anos e ser do sexo masculino. Essa turma se reúne para jogar todas as quartas-feiras, às 19h30, no Ginásio Velho, para o "rachão de basquete". Nos sábados, domingos e feriados os jogos acontecem às 10h. Venha participar!

**Parabéns, Sr. Carlos pela merecida homenagem!**

**Aos demais jogadores, boa sorte!**



# Fitness

## Respiração: Você já prestou atenção na sua?

É comum nos dias atuais, devido à correria e à vida atribulada, principalmente, nas grandes cidades, nos depararmos com ritmos respiratórios completamente alterados, chegando mesmo a tensionar várias partes do corpo, especialmente a região dos ombros e do pescoço.

O ato de respirar é essencial para o correto funcionamento do nosso organismo e, muitas vezes, é negligenciado, esquecido ou até mesmo desvalorizado durante atividades físicas ou situações do cotidiano, tornando-se um vilão, responsável por dores e desconfortos musculares. A respiração preenche espaços, promove trocas gasosas e está diretamente ligada ao movimento corporal. Quando é realizada de forma consciente e eficiente é capaz de melhorar os sistemas circulatório, nervoso, imunológico, respiratório e digestório, além de estar ligada ao centro emocional, permitindo o alívio de tensões, diminuindo o cansaço e a ansiedade, e melhorando o humor.

Durante as atividades físicas, através da expansão das costelas para os lados e para trás, enfatizando o processo expiratório controlado, aliada à ativação de vários músculos profundos, a respiração auxilia na estabilização do tronco durante o movimento dos membros, proporcionando assim uma dinâmica mais segura, um corpo mais forte, saudável e consequente melhoria da qualidade de vida.

Portanto, pare em um pequeno momento do seu dia, feche os olhos e apenas respire... Certamente, isso pode gerar muitas mudanças dentro de você!

Por Prof<sup>a</sup> Érika Kinosita Jacobucci



ESPORTES

## Cuidados com os materiais da academia: os Halteres

Cuidar dos materiais da academia é algo fundamental não somente por uma questão de civilidade, mas também por uma questão de segurança. Um caso tradicional de manipulação incorreta do material é a forma como os usuários lidam com os pesos de mão ou halteres.

Ao manusear os halteres nas academias, muitos usuários costumam jogá-los no chão ao invés de apoiá-los com cuidado. Com isso, esses materiais sofrem danos progressivos que, co-

mumente, passam despercebidos, pois as avarias ocorrem em locais não visíveis, como é o caso dos parafusos.

O problema da preservação da integridade dos halteres não se restringe a uma questão de conservação. É uma questão de segurança, pois os halteres são utilizados em diversos exercícios sobre a cabeça e se um deles desmontar e cair sobre o rosto do praticante é evidente que podem ocorrer lesões muito graves.

Portanto é fundamental que todos os usuários de halteres mantenham o hábito de manipulá-los com os cuidados necessários para que não ocorram acidentes com eles mesmos e com os demais usuários do mesmo espaço.

Agradecemos a colaboração de todos.

Bons treinos!  
Por Professor Rodrigo Cadur Cencio





# SEFFE/SAT

## Natação SEFFE e Natação Kids Matrícula e Rematrícula 2º Semestre

ESPORTES



### Rematrícula:

- Deverá ser realizada no período de 22 a 28 de junho de 2015.
- O Sorteio acontecerá dia 29 de junho de 2015.
- A troca para 2ª opção de horário poderá ser feita de 30 de junho a 1 de julho.

### Matrícula:

- Os testes para alunos novos acontecerão de 2 a 27 de junho, no intervalo das aulas, na piscina olímpica, sendo obrigatório para todos os níveis.
- Matrículas para alunos novos se realizarão no período de 2 a 5 de julho de 2015.
- O Sorteio da matrícula acontecerá dia 6 de julho de 2015.
- Estudar a grade horária com antecedência.
- O reinício das aulas será no dia 3 de agosto de 2015.
- Dicas importantes: As vagas não serão preenchidas por ordem de chegada. Se o número de alunos inscritos for inferior ao número de vagas disponíveis, o sistema informatizado preencherá as vagas com todos os inscritos automaticamente. Se o número de alunos for maior que o número de vagas disponíveis, o sistema informatizado indicará quais turmas necessitam de sorteio. Após o sorteio as informações sobre o resultado serão divulgadas pela Central de Atendimento – CAT e no site [www.clubepaineiras.com.br](http://www.clubepaineiras.com.br).

### O término das aulas para todos os cursos SEFFE/SAT será no dia 27 de junho de 2015.

Central de Atendimento – CAT: de 2ª a 6ª feira das 8h às 20h, sábados, domingos e feriados das 8h às 17h.

## Treinamento de capacitação

A área formativa está recebendo um novo treinamento de capacitação que deverá se encerrar no mês de junho.

O treinamento teve início no começo do semestre e está sendo direcionado aos professores com o objetivo de melhor qualificá-los ao trabalho com eventos de todos os cursos, bem como o entendimento de todos os procedimentos, documentos e formulários importantes da Área Formativa.

Todos os professores e estagiários estão tendo a oportunidade de vivenciar esta proposta .

Os coordenadores Antonio Vilar Araújo e Debora Portaro, comandam esta ação semanalmente.





## Jogos amistosos com o Clube Campo Belo

Atletas do Futsal disputaram no sábado, dia 28 de fevereiro, jogos amistosos contra o Clube Campo Belo. Ao todo jogaram 35 esportistas paineirenses das categorias Sub-9, Sub-11, Sub-13 e Sub-15. Confira o placar final das partidas:

- Sub-9 – 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 aos nossos craques!

## Amistoso de Futsal Feminino Sub-18

Dia 10 de março aconteceu o jogo Amistoso de Futsal Feminino Sub-18 do Clube Paineiras contra o Colégio Pentágono. A partida visa os jogos da Copa Sindi-Clube.

A equipe paineirenses iniciou sua preparação com uma vitória convincente contra a equipe do Colégio Pentágono, vencendo por 6x3. As meninas do Paineiras demonstraram um grande empenho no futsal, com qualidade técnica e obediência tática. Vale destacar que a equipe conta com meninas nascidas no ano de 2003 até 1997, onde todas demonstram afinidade com a modalidade esportiva. Equipe paineirenses: Bethany; Fernanda; Giovana; Giovana Abramo; Giovana Pimentel; Isabella; Julia; Larissa; Laura; Luana; Luna; Mariana, Marina, Marina Gonçalves e Nakarato. Gols marcados por: Giovanna Pimentel; Luna De Almeida; Mariana Humarachi; Bethany Gardner; Marina Gonçalves; Nakarato.

Parabéns, meninas!



## Vem aí o 68º Paineiras Camp!



Anote na agenda! Serão duas semanas de muita diversão:  
**1ª semana:** dias 29 e 30 de junho, de 01 a 04 de julho  
**2ª semana:** de 13 a 18 de julho

As inscrições estarão abertas a partir de 01 de junho (segunda-feira), na Central de Atendimento – CAT. As vagas são limitadas e serão preenchidas por ordem de chegada. Em caso de dúvida, entre em contato com os telefones 3779-2000 (Central de Atendimento) ou 3779-2103/2115 (Área Formativa).



## Copa ACESC de Futsal Sub-13

Dia 7 de março aconteceram os jogos da Copa ACESC de Futsal, no Clube Helvetia, onde 10 atletas paineirenses da categoria sub-13 participaram.

Com uma derrota e uma vitória na primeira fase, a equipe do Paineiras disputou o 3º lugar contra a equipe da casa, o Helvetia. Após um empate por 2x2 no tempo normal, perdemos nas cobranças de pênaltis por 5x4, terminando o torneio na quarta colocação. Foi uma ótima preparação para a disputa da Copa Sindi-Clube, que ocorre ao longo de todo o ano.

## Futsal Masculino Sub9

Também no dia 10 de março a categoria Sub9 disputou um amistoso contra o Colégio Pentágono do Morumbi. Jogando com 14 atletas no total, o Paineiras garantiu a vitória por 5X4.



## Amistoso de Futsal Masculino

Dia 9 de março as categorias Sub-15 e Sub-17 disputaram jogos amistosos contra o Colégio da Polícia Militar. No Sub-17 o Colégio da Polícia Militar saiu vitorioso com o placar de 4x2. Já na Sub-15, o Paineiras venceu por 3x2.

Participaram dos jogos 20 atletas paineirenses.

Parabéns!



## IV Clínica de Basquetebol

A Clínica de Basquetebol realizada no Clube Paineiras, no dia 21 de março, contou com a participação de 60 alunos do SEFFE/SAT, entre 6 e 17 anos, que receberam a equipe Sub13 e 15 do Colégio Pentágono, sob a responsabilidade do técnico Diogo Almeida. O evento aconteceu no Ginásio Velho e foi comandado por Diego Flores, técnico do Grêmio Recreativo Barueri da equipe Sub12 que aplicou atividades lúdicas, fundamentos, técnicas e proporcionou uma ampla troca de experiências. O objetivo desse encontro esportivo foi promover a integração dos alunos e comissão técnica.



## Natação Baby tem horários alternativos

A Área Formativa informa que há vagas para Natação Baby, em horários alternativos: 2ª feira, às 13h15, 3ª feira, às 11h30, 4ª feira, às 13h15 e 5ª feira, às 11h30.

São inúmeros os benefícios que a natação proporciona aos bebês. Além de melhorar a coordenação motora, proporciona noções de espaço e tempo, prepara a criança psicologicamente e neurologicamente para o autossalvamento, estimula o apetite, aumenta a resistência cardiorrespiratória e muscular, tranquiliza o sono e, também, previne várias doenças relacionadas à respiração.

Dê esse prazer ao seu filho! Procure a Central de Atendimento - CAT.

### Calendário de Eventos de Maio:

DIA	ATIVIDADES
9	Gincana Mães e Filhos de Tênis
9	Gincana do Dia das Mães EDM
9	Aula Especial do Dia das Mães Kids
9	Festival Interno de Basquetebol
16	Festival Interno de Voleibol
23	Ginasticando – Festa da Família
23	Clínica de Karatê
27,28, 29 e 30	Natação Kids – Aula Especial do Cognitivo
30	Festival de Judô do CPM



## Venha fazer parte dessa divertida turma da natação!

O Setor de Aperfeiçoamento Técnico (SAT), convida você a fazer parte dessa turma! Aulas de natação na parte da manhã, tarde e noite. Para começar basta ter vontade de aprender a nadar! Alunos a partir de 14 anos.

Tenha um futuro mais saudável! São inúmeros os benefícios que a natação pode proporcionar ao organismo. Ela melhora a capacidade de raciocínio, diminui os sintomas de doenças cerebrais, aumenta a capacidade respiratória e circulatória, melhora flexibilidade articular, pressão arterial e batimentos cardíacos, promove o equilíbrio e estimula a coordenação motora. Se tudo isso ainda não te convenceu, saiba que estudos recentes desenvolvidos na Universidade de Indiana (EUA) pelo pesquisador Joel Stager, com nadadores acima de 25 anos, mostram que eles perdem menos massa muscular ao longo dos anos, tem artérias mais saudáveis, reflexos mais rápidos e melhora na memória em relação à média das pessoas. Não perca essa chance!

Faça seu teste de habilidade às quartas ou quintas-feiras, no período de aulas, e procure a Central de Atendimento - CAT para fazer sua inscrição.

Estamos esperando por você!





## Festa da Páscoa Educação do Movimento

Cerca de 270 alunos do Curso Educação do Movimento e Iniciação Esportiva participaram das atividades de Páscoa elaborada pelos professores Júlio Cesar Pires e Rodrigo de Oliveira, nos dias 27, 30 e 31 de março.

Durante as aulas, as crianças procuravam pegadas e pistas deixadas pelo "Coelho da Pascoa" espalhadas

por todo o Clube. Músicas e atividades motoras eram realizadas ao término de cada pista encontrada. No final da caça aos ovos, os pequenos encontraram o baú deixado pelo coelho com ovos de páscoa para toda a criançada. Foi um dia bem divertido para os alunos participantes e muito gratificante para os professores envolvidos nas atividades.



## Aula de Páscoa da Natação Kids

Entre os dias 27 a 31 de março, o coelhinho da Páscoa passou pela piscina kids levando muita alegria e diversão durante as aulas. Ele trouxe surpresas para as 440 crianças participantes das atividades que tiveram que procurar os presentinhos. Os alunos de 1 a 6 anos brincaram e tiveram um dia bem diferente ao lado de seus professores.





# SCORP – SETOR DE CORREDORES DE RUA DO PAINEIRAS

## Paineirense se destaca nas corridas e no Triatlon

O corredor Christian Augusto da Silva participou de duas corridas no mês de janeiro. Dia 18, ele percorreu 10 km no Circuito de Rua de Peruíbe e finalizou a prova em 51:36. Já no Troféu Cidade de São Paulo, prova que aconteceu no dia 25 de janeiro, no Parque do Ibirapuera e contou com a participação de 10 mil paulistanos, Christian finalizou os 10 km no tempo de 50:17.

Em março, o atleta enfrentou um novo desafio, o 24º Triatlon Internacional de Santos, uma das mais importantes provas de triatlon olímpico do país, que abre o calendário nacional da modalidade e aconteceu no dia 1º de março, na Praia do Boqueirão, com largada às 7h30. Os principais nomes do Brasil e destaques internacionais, nas categorias Profissional e Amador, enfrentaram as distâncias de 1,5 km de natação, 40 km de ciclismo e 10 km de corrida, pelas ruas e avenidas de Santos e um trecho da Via Anchieta.

### Confira os resultados do paineirense nas diferentes etapas da prova:

Natação – 27:43  
Ciclismo – 01:10:36  
Corrida – 45:48  
Tempo Total – 02:24:09

**Parabéns, Christian!**

## III Etapa Paulista de Corridas de Montanha

A etapa de Paranapiacaba foi a terceira corrida da Copa Paulista de Corridas de Montanha. As provas aconteceram dia 28 de março, sábado, em diferentes percursos: 8 km (Curto) 16 km (Longo) 21 km (Meia) 50 km (Endurance) 2 km (Gincana Kids) e 2 km (Teen) Kit Presente. A largada foi dada às 8h, na Fazenda do Taquarussu.

### Dois paineirenses completaram os 8 km dessa prova. Confira os resultados:

Renata Sataliano Broetto Azanha – 52:30  
1º lugar geral feminino

Rogério Augusto da Silva – 46:30  
1º lugar na faixa etária  
6º lugar classificação geral



## 1ª Etapa do Circuito Athenas

Único circuito de corridas progressivas do Brasil, o Athenas iniciou o ano com os percursos de 5 e 10 km da primeira etapa que aconteceram no dia 22 de março no Rio de Janeiro, e em 29 de março, na Ponte Transamérica, São Paulo. Ao longo do ano, a Cidade Maravilhosa e a Terra da Garoa também serão palco da segunda (com provas de 5, 8 e 16 km) e da terceira (com percursos de 5, 10 e 21 km) etapas.

Em São Paulo, a prova aconteceu às margens do Rio Pinheiros, passando por um dos cartões postais da cidade: a Ponte Estaiada. Os trajetos são planos, ideais para estreates e também para quem busca melhores tempos.

### Confira os resultados dos paineirenses nessa prova:

Oswaldo Paris – 55:59  
Claudia Santos – 56:00  
Dalmo Naville – 56:24  
Sandra Gonoretske – 01:19:20

**Parabéns, Atletas!**



## 3º Circuito 10 km do Guarujá

O evento Campeonato de pedestrianismo do Guarujá é promovido pelo Professor Eduardo contando com o apoio da Secretaria de Esportes e Lazer do Guarujá e respectivos órgãos públicos, tem caráter de evento esportivo com objetivo de inclusão social, incentivo ao esporte e confraternização entre adeptos da modalidade. O evento é aberto a atletas anônimos, amadores, profissionais, equipes, associações, federações, clubes e confederações. O Circuito acontece em 5 etapas.

A terceira etapa aconteceu dia 22 de março, na Praia da Enseada, com largada às 8h30, na Praça Horácio Lafer. João Branco, corredor paineirense, terminou o percurso em 01:01:25, ganhando o primeiro lugar em sua faixa etária.



## Corrida Track&Field Villa Lobos – 1ª etapa

A corrida aconteceu no dia 22 de março com largada às 7h, no Shopping VillaLobos, na Avenida Nações Unidas, com um percurso de 10 km. O Track&Field Run Series é uma experiência que busca qualidade de vida por meio da prática esportiva. O circuito de corridas de rua é feito para pessoas apaixonadas pelo esporte, pelo bem-estar físico e pelo bom relacionamento durante o lazer. Conta com uma ampla estrutura de apoio e limite técnico de atletas reduzido, e a organização do evento preza por oferecer conforto, comodidade e segurança a cada um dos atletas participantes.

Muitos paineirenses tiraram o domingo para participar dessa prova. Confira o tempo de cada atleta.

### Masculino:

Oswaldo dos Santos Paris – 42:36  
Bernardo Assumpção – 48:32  
Antônio Diniz do Amaral Chaves – 53:11  
Newton Carlos Nishi – 54:22  
Nélson da Silva Vilares – 54:52  
Paulo Sérgio de Barros Ferreira – 56:45  
Dalmo Naville – 56:55  
Gilberto Perigolo – 59:43  
Roberto de Oliveira Gonçalves – 01:08:18  
Christian Augusto da Silva – 01:09:17 (Voluntário Para Acompanhar Criança Cadeiraante)

### Feminino:

Ana Paula Moraes De Souza – 52:44  
Fernanda Pallis Ambrósio – 53:11  
Andréa Szentmiklosy – 56:00  
Claudia Alves Dos Santos – 56:46  
Haidee A. Ferreira – 01:04:16  
Luisa Duque Nahas – 01:06:37  
Isabela Escudeiro – 01:17:51



## Women Run SP

O evento chegou à 14ª edição. Essa corrida é tradicionalmente pensada em detalhes para as mulheres, desde o day care no dia que antecede a corrida até a estrutura no percurso. As distâncias são sob medida, ideais para iniciantes ou mais avançadas com percursos entre 4km ou 8km. O evento também conta com o Day Care com serviços de beleza, lojas com produtos exclusivos e aulas para todos os gostos.

Em São Paulo a corrida aconteceu no Jockey Club, dia 8 de março e as paineirenses Fabíola Le Sueur Baldacci e Sandra Aparecida Pizzol participaram dessa charmosa prova feminina.

### Confira os tempos das atletas:

Fabíola Le Sueur Baldacci – 8Km em 52:06  
Sandra Aparecida P. Pizzol – 8Km em 50:08

## 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 pela Av. Santos Dumont e Brás Leme. Oswaldo Paris e Claudia Alves participaram dessa prova concluindo o percurso de 7km. Parabéns, atletas!

Oswaldo dos Santos Paris – 33:21  
Claudia Alves Dos Santos – 40:12

## IX Meia Maratona de São Paulo

A prova pedestre IX Meia Maratona Internacional de São Paulo foi realizada em 1º de março de 2015, em São Paulo, com distâncias de 21.097 m e 5 km. As largadas começaram às 6h40, com os cadeirantes, na Praça Charles Miller, em frente ao estádio do Pacaembu, local também da chegada. Corredores de alto nível do atletismo nacional e destaques do exterior estiveram no evento.

### Os corredores do Paineiras também marcaram presença nesse evento. Confira:

Oswaldo os Santos Paris – 01:56:16  
Claudia Alves Dos Santos – 02:19:26  
Ambos completaram a prova dos 21.097 m.

**Parabéns!**



# Agenda Paineiras – Maio/Junho

● Eventos Socioculturais   ● Eventos Kids   ● Eventos Esportivos   ● Bem-Estar

## 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, no 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 54 e 55

## Todos os finais de semana

### Cine Paineiras

#### Sessões para Jovens e Adultos

Sextas, sábados e domingos – 18h, 19h e 20h30

Programação completa nas páginas 48 e 49.

## 4 a 28 de maio

### Copa Sindi-Clube de Voleibol Master Feminino

A partir das 20h30. Calendário completo na página 70.

## 5 de maio

### Início Torneio Interno de Snooker Leonam L. S. Goes – Regra Brasileira e Regra Inglesa

Programação completa página 74.

## 06 a 27 de maio

### Campeonato Interclubes 2015 de Futebol

Calendário completo página 71.

## 7, 8 e 9 de maio

### Campanha de Imunização contra Gripe 2015

Das 9h às 16h. Centro Médico.

## 7 de maio

### Vernissage da Exposição “Composição, Luz e Cor!” de Edna Zimbres, Núbia Rossetti e Sonia Silveira

Às 19h30. Visitação: entre os dias 6 de maio e 5 de junho, de segunda a quinta-feira, das 8h às 22h, sextas e sábados das 8h às 17h, no Centro Cultural.

## 9 de maio

### Coral Paineiras apresenta “Olha que Bonito” em Homenagem ao Dia das Mães

Às 19h. Cineteatro.

### Outono Cultural

Das 11h às 19h. Plataforma Infantil.

Programação completa na página 32.

### Sábado Musical com Rock Collection

A partir das 21h30. Piano Bar.

## 10 de maio

### Almoço Especial Dia das Mães

Das 12h às 16h. Salão Nobre.



12 de maio

**Sarau Cultural**  
**Grupo Teatral Musical Friends in Company**  
Às 17h. Saguão Social.

14 a 31 de maio

**X Super Copa de Futebol de Campo**  
Calendário completo página 71.

15 de maio

**Sexta Nobre Dançante**  
**com Banda Feelings**  
Às 21h30. Restaurante das Cúpulas.

16 de maio

**Teatro Infantil – O Jardineiro da Lua**  
Às 15h. Cineteatro.

16 de maio

**Sábado Musical com Paula Gauss em**  
**Tributo a Frank Sinatra**  
A partir das 21h30. Piano Bar.

**Curso sobre cuidados com a pele e dicas**  
**de maquiagem Mary Kay**

Das 9h às 10h15, das 10h30 às 11h45, das 13h30 às 14h45 e das 15h às 16h15. Sala de Dança nº1.

16 e 17 de maio

**Torneio Interno Carlos**  
**Cordts de Basquete**  
Às 8h30. Ginásio Velho 1.

17 de maio

**II Fase – Circuito Mirim de Natação da**  
**Primeira Região**  
Piscina Olímpica do Clube Paineiras.

21 de maio

**Show Piano Pop com o cantor Tonanni**  
Às 21h. Cineteatro.

22 de maio

**Clube Paineiras vai ao Teatro**  
**Chacrinha, o Musical!**  
Saída do Clube às 20h.

23 de maio

**Festa Disco com o DJ Nando Jones**  
Às 22h30. Salão Nobre.

29 de maio

**Uma Noite Italiana com Tony Angeli**  
A partir das 21h30. Restaurante das Cúpulas.

30 de maio

**Sábado Musical com Banda Carro**  
**Tanque em tributo a Marvin Gaye**  
A partir das 21h30. Piano Bar.

13 de junho

**Workshop de Ballet Clássico**  
**com Toshie Kobayashi**  
Infantil das 8h30 às 10h30 e adulto das 10h45 às 12h15.  
Sala de Dança.

20 e 21 de junho

**46º Arraiá do Paineiras 2015**  
**com João Bosco & Vinícius**  
A partir das 12h. Plataforma Infantil e Plataforma das Piscinas. Mais detalhes nas páginas 28 e 29.



# 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 18h

**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

Sábado: 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](mailto:espacopaineiras@clubepaineiras.com.br)

\* **Empresas**

São Paulo Center – 2142.3600

E-mail: [eventos@saopaulocenter.com.br](mailto: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](mailto: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



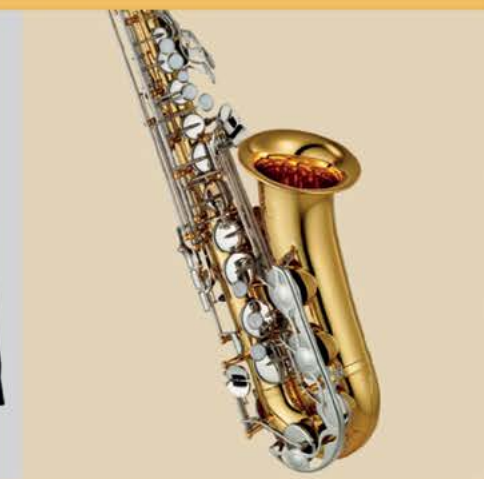


YAMAHA MUSIC SCHOOL



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](http://www.musicschool.yamaha.com.br)

INSCRIÇÕES  
ABERTAS!



**JARDIM PAULISTANO**  
181 M<sup>2</sup> 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**

**SOLANGE BERTOLOTTO SCHNEIDER**  
PSICÓLOGA CLÍNICA DE  
ADOLESCENTES,  
ADULTOS E CASAIS  
CRP 06/16655-9

Mais de 30 anos de Experiência entre  
Brasil e Europa  
Inglês, Francês e Português  
Candidate at  
Carl Gustav Jung Institute Zurich  
Avenida Rouxinol, 55 cj 1202 – Moema

**solschneider@hotmail.com**  
**(11) 9.9595-3550 / 5093-1891**

**VILA NOVA CONCEIÇÃO**  
151 M<sup>2</sup> 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**

**ANUNCIE NOS  
CLASSIFICADOS DA  
REVISTA PAINEIRAS**

**ANUNCIE NOS  
CLASSIFICADOS DA  
REVISTA PAINEIRAS**

## Classificados

A Seção Classificados da nossa Revista Paineiras está atraindo cada vez mais novos e habituais anunciantes, que 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](mailto: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](mailto:marketing@clubepaineiras.com.br)



**Clube Paineiras  
do Morumbi**

Diretoria Executiva 2013 – 2015





Expand your  
child's horizons

## 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.



**The British College  
of Brazil**

[www.britishcollegebrazil.org](http://www.britishcollegebrazil.org) - (+55) 11 5523 5052 - [CF-admissions@britishcollegebrazil.org](mailto:CF-admissions@britishcollegebrazil.org)



# Campo

em até 200 vezes

Você quer mais do que um **imóvel**, quer encontrar aquele lugar que sempre sonhou, com ar puro e muito verde em volta. E uma forma de realizar esse projeto de vida é fazer um Consórcio de Imóvel da Porto Seguro. Com ele, você **não paga juros**, pode usar seu FGTS e ainda participa de contemplações mensais por lance ou sorteio. Assim você se planeja e faz sempre um bom negócio.

Conheça também o nosso Consórcio de Automóvel.

## Porto Seguro Consórcio Porque o plano é ser feliz.

- Créditos de R\$ 55 mil a R\$ 500 mil.
- Parcelas a partir de R\$ 346,08<sup>2</sup> e sem juros.
- Até 200 meses para pagar.



**BrasilInsurance**  
ADAVO'S

**(11) 3262-1776**  
[www.adavos.com.br](http://www.adavos.com.br)

1. Em conformidade com as normas do FGTS. 2. Parcela inclui seguro de vida. Taxa de administração de 1% antecipado no ato da venda mais 1% dividido nas 3 primeiras parcelas. Correção anual de acordo com o INCC. Fundo de reserva de 0,5%. Seguro de vida sobre o saldo devedor de 0,031%. Taxa de amortização mensal de 0,5%. Porto Seguro Administradora de Consórcio Ltda. CNPJ 48.041.735/0001-90. 0800 727 2748 (SAC - cancelamento e reclamações). 0800 727 8736 (atendimento exclusivo para deficientes auditivos). 0800 727 1184 (Ouvidoria) - ouvidoria@portoseguro.com.br. Consulte a região de abrangência no site [www.portoconsorcio.com.br](http://www.portoconsorcio.com.br).

**PORTO SEGURO** 

CONSÓRCIO