



Vestibular 2015

92%  
aprovados

40% universidades  
públicas

Unidade Morumbi

Da Educação Infantil ao Ensino Médio  
Educação de excelência



O Colégio Pentágono apoia afiliados do Clube Paulistas.



- Programas bilíngues a partir do Infantil
- Preparação especial para o Enem e Vestibular
- Educação Infantil a partir de 1 ano e opção de Integral
- Bolsa de estudos para melhores alunos
- Atividades extras: Esportes, Integral, Robótica

**Alphaville**

Av. Pentágono, 1000 - Tel.: 4622-7722

**Morumbi**

R. Cidade do Rio Pardo, 241 - tel.: 3747-6277  
(altura do nº 1200 da R. Nelson Gama de Oliveira)

**Perdizes**

Rua Bartira, 373 (Infantil) - tel.: 3865-3988  
Rua Calubi, 126 (Fundamental e Médio) - tel.: 3874-6233

Colégio  
Pentágono 

 /ColegioPentagono

 @colpentagono

 /PentagonoColegio

[www.colegiopentagono.com](http://www.colegiopentagono.com)

# Sumário

## Paineiras



8

Paineirense em destaque: conheça Lara Teixeira e Sabine Lowy, atletas rumo às Olimpíadas Rio 2016.

10. Clube Paineiras: Um verdadeiro Resort no Morumbi! Confira tudo o que o Clube oferece e aproveite ao máximo todas as opções de lazer!

20. Eleições do Conselho Deliberativo: dia 14 de junho aconteceu a votação que definiu os 40 novos Conselheiros.

## Sociocultural



43

2º Circuito Broadway Férias 2015: conheça os musicais e fique por dentro de toda a programação!

34. 55 anos do Clube Paineiras do Morumbi: confira toda a programação especial de atividades para o mês de aniversário do Clube!

49. Master Class de Dança: nas férias conheça uma nova proposta de dança e entretenimento sob direção de Fernanda Chamma.

## Esportes



76

Atletas paineirenses do Polo Aquático integram a Seleção Brasileira Campeã Sul-Americana, categoria Sub-19.

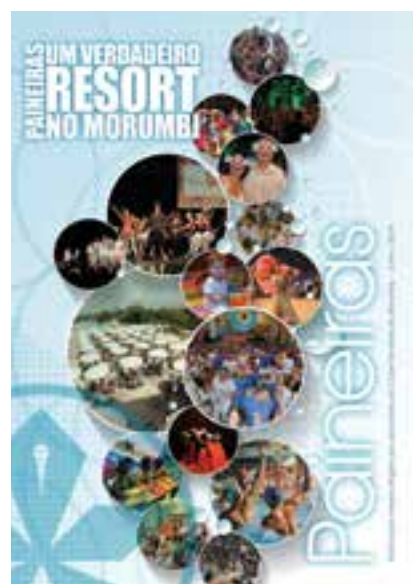
72. Campeonato Paulista Interclubes de Tênis: equipe feminina 10 anos e masculina 18 anos sagraram-se campeãs. Veja os resultados!

81. Rumo ao Rio 2016: conheça quem são as promessas paineirenses que estão concorrendo às vagas para competirem nos Jogos Olímpicos!

## Seções

Paineiras	05
Clicks	24
Sociocultural	34
Kids	58
Bem-Estar	62
Esportes	64
Agenda	98
Serviços	100
Classificados	102

Localizado em uma privilegiada região do bairro do Morumbi, o nosso Paineiras é um oásis de tranquilidade e lazer em meio ao concreto e a vida movimentada da capital. O mês de julho é marcado pelo recesso escolar e muitas famílias aproveitam para desfrutar esse período com merecidas férias. E o melhor local para passar essas férias em família é no Clube Paineiras! Para comodidade e conforto dos pais e usufruto pleno do Clube, um serviço de monitoria infantil especializado em recreação está à disposição dos associados nos finais de semana. Esporte, lazer e cultura para todas as idades! São muitas oportunidades reunidas em um só local. Aproveite seu Clube!





## Clube Paineiras do Morumby

Revista Paineiras | Julho 2015

### Diretoria Executiva

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

Presidente.....Sergio Henri Stauffenegger  
1º Vice-Presidente.....Luiz Fernando de Paiva Monteiro  
2º Vice-Presidente.....Aldo Roberto Saltini  
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  
Ouvidoria.....Armando Cabral Galhardo Guerra  
Recursos Humanos.....Maria de Los Angeles Duran Valiñas  
Suprimentos.....Edilene Marchini Boéchat  
Tecnologia.....Ulysses Linhares de Azevedo Jr.

### Esportes

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  
Sefte/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

\*Mandato até 30/06/2015

# 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  
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

Prezados Associados,

Para nossa satisfação, a Festa Junina, em sua 46ª edição, novamente atraiu um grande número de pessoas, totalizando durante o final de semana 14.398 presentes, com concentração de 80% de associados. Nenhum incidente foi registrado e inclusive tivemos a inspeção e a aprovação do Juizado de Menores, Vigilância Sanitária e PROCON.

O mês de junho contou também com as eleições para a renovação de 1/3 de nosso Conselho Deliberativo e graças ao profissionalismo de nossos colaboradores e ao apoio de nossos conselheiros vitalícios, diretores e associados, tudo correu dentro da maior tranquilidade e lisura.

Dos possíveis 4.904 eleitores, associados aptos a votarem, tivemos a participação de 1.167 votantes, representando pouco mais de 23% do total.

Os novos conselheiros eleitos tomarão posse no dia 1 de julho e em conjunto com os demais membros, elegerão, no mesmo dia, a mesa do Conselho, a Comissão de Sindicância e a Comissão de Julgamento.

Infelizmente, durante o período eleitoral foram divulgadas várias inverdades com relação à nossa administração. Na ocasião não censuramos ou rebatemos tais afirmações, porém para que a verdade seja restabelecida estamos publicando nesta edição os fatos reais.

Essa diretoria se coloca à disposição dos novos conselheiros eleitos para fazer algumas reuniões de esclarecimentos de nossas ações de modo que eles possam obter subsídios para atuarem de forma proativa, visando a melhoria contínua do nosso Paineiras.

Recentemente, em junho, obtivemos o Certificado de Conclusão (Habite-se), que regulariza todas as obras realizadas nessa gestão, assim como as antigas obras feitas sem a devida regularização. Com isso, demos mais esse importante passo, deixando nosso Paineiras totalmente legalizado junto aos Órgãos competentes.

Abraço a todos e continuem aproveitando tudo o que o nosso Clube tem de bom para oferecer!

**Sergio Henri Stauffenegger**  
Presidente da Diretoria Executiva

# ESCLARECIMENTOS DA DIRETORIA EXECUTIVA SOBRE AS “FALSAS” PROMESSAS E INVERDADES DIVULGADAS DURANTE A CAMPANHA PARA O CONSELHO DELIBERATIVO

Durante os dias que antecederam as eleições para o Conselho Deliberativo, o Movimento Muda Paineiras divulgou uma série de “falsas” promessas e inverdades. Agora, passado o período eleitoral e no interesse do Associado, vamos prestar os devidos esclarecimentos sobre as principais questões apontadas. São elas:

## PROMESSA: “REDUÇÃO DA TAXA DE DEPENDENTE DO JÓVEM DE 18 A 30 ANOS”

- Depende de mudança estatutária;
- Atualmente essa receita representa um orçamento de 4,2 milhões de reais;
- Precisa ser estudado e determinado de onde virá outra receita de igual valor ou de que área do orçamento será cortado o valor correspondente.

## PROMESSA: “REDUÇÃO DAS TAXAS DOS CURSOS E PRÁTICAS ESPORTIVAS”

- Precisa ser estudado e determinado como será custeado o prejuízo/déficit correspondente.

## PROMESSA: “RETENÇÃO DE ATLETAS DE ALTO RENDIMENTO COM AJUDA DE CUSTO”

- Não foi definido quanto isso representará de aumento no custo da mensalidade;
- Essa Diretoria não concorda em onerar o Associado e está custeando essa ajuda de custo exclusivamente com patrocínios.

## INVERDADE: “VÍCIOS CONSTRUTIVOS FORAM SANADOS SEM ACIONAMENTO DE GARANTIA”

- Todas as garantias da construtora foram devidamente acionadas e recebidas.

## INVERDADE: “A DIRETORIA ESTARIA NEGOCIANDO A INCORPORAÇÃO DO CLUBE DE CAMPO SANTA PAULA”

- A Diretoria Executiva afirmou na reunião do Conselho Deliberativo que havia desistido de dar andamento ao estudo de viabilidade dessa incorporação.

## INVERDADE: “A OBRA DA PASSARELA, ORÇADA EM R\$ 500 MIL, CUSTOU R\$ 848 MIL”

- A obra da passarela custou de fato R\$ 540 mil, para se adequar às exigências do tombamento/CONPRESP;
- Obras complementares foram necessárias e aprovadas pelo Conselho Fiscal e Conselho Deliberativo, tais como a impermeabilização da cobertura da sede administrativa, de 500 m<sup>2</sup>; construção de guarda-corpo nas duas fachadas; jardim da cobertura com 300 m<sup>2</sup> e hall de interligação.

## INVERDADE: “FESTAS JUNINAS SÃO REALIZADAS COM PREJUÍZO”

- Nas gestões passadas, não eram computados os reais custos de montagem de toda a infraestrutura da Festa. Esses custos eram lançados na conta “manutenção”;
- Não foi considerado o fato de que os Associados representam 80% dos frequentadores totais da Festa, não pagam ingressos e assistem aos inúmeros shows apresentados durante todo o final de semana gratuitamente;
- Não foi computada na conta da Festa a receita advinda de patrocínios, que foi canalizada para o marketing.

## INVERDADE: “O ESTACIONAMENTO NÃO TEM HABITE-SE DEVIDO ÀS IRREGULARIDADES DA OBRA”

- A demora para a emissão do Certificado de Conclusão (Habite-se) se deu pelo fato de termos que regularizar inúmeras obras feitas na gestão passada que permaneciam sem as devidas legalizações, tais como a Cobertura da Piscina Olímpica; o Berçário; o Fitness; etc., além de uma dívida pendente do ISS que ultrapassava 2 milhões de reais e que foi quitada por essa gestão.
- Desde junho temos todas as obras inteiramente aprovadas e liberadas conforme Certificado de Conclusão (Habite-se) nº 2015-81946-00.

**Sergio Henri Stauffenegger**

Presidente

Diretoria Executiva  
2013 – 2015



**Clube Paineiras  
do Morumbi**

# Atividades do Conselho Deliberativo – Maio/Junho de 2015

## Reunião da Comissão de Sindicância

### Dia 18/maio

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 17 (dezessete) processos:

Sendo um título do Clube (aprovado), sete empréstimos de títulos (aprovados), três transferências entre pai e filho (aprovados), três exclusões de dependentes (aprovados), três inclusões de dependentes (aprovados).

### Dia 08/junho

Início: 20h – término 22h – Presentes: Presidente Conselheira Zelita Caldeira Ferreira Guedes, e Conselheiros: Adailton Bomfim Brandão e Celso Teixeira Miralla, e Conselheiras: Ana Emilia O. de Almeida Prado e Jacy Abs Musa.

Foram analisados 32 (trinta e dois) processos:

Sendo dois empréstimos de títulos (aprovados), três renovações de empréstimos (aprovados), quatro transferências entre pai e filho (aprovados), uma transferência de titular para cônjuge (aprovado), uma exclusão de dependente (aprovado), uma inclusão de dependente (aprovado) e dezenove atletas não associados pré-militantes e militantes (aprovados).



**você já sorriu hoje?®**

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

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

  
Clínica Open Center Morumbi  
CRSMP 1706

Registramento Especializado em Odontologia (CRSMP 1706)

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)

# Paineirense em destaque



Lara Teixeira e Sabine Lowy

## LARA TEIXEIRA E SABRINE LOWY

Atletas de Nado Sincronizado Rumo às Olimpíadas Rio 2016

Estamos a um ano da realização dos esperados Jogos Olímpicos no Brasil – Rio 2016. E o nosso Clube, já reconhecido por ser um centro de referência na formação de atletas de alto rendimento, está trabalhando duro com seus esportistas visando novas conquistas, recordes e títulos para enaltecer o esporte brasileiro e também fortalecer o nome do Paineiras, atletas e comissões técnicas. Diante desse cenário nacional preparatório para as Olimpíadas, recentemente o Paineiras conquistou duas vagas na Seleção Brasileira de nado sincronizado, reforçando a supremacia das atletas paineirenses nessa modalidade. Com grande orgulho, o Paineiras está na disputa dos Jogos do Rio 2016 com a participação de Lara Teixeira e Sabine Lowy. A Revista Paineiras conversou com as duas atletas para mostrar como é a rotina diária de um esportista olímpico e conhecer as chances de conquistarmos novos títulos.

*“Estamos treinando forte para os próximos desafios: os Jogos Pan-americanos em Toronto e o Mundial no Brasil. Nossas expectativas são altas!” – Lara Teixeira*



### Lara Teixeira

26 anos, quatro vezes finalista em Mundiais, 13ª colocada nos Jogos de Pequim e Londres, tetracampeã sul-americana e nada menos que 50 vezes campeã Brasileira.

**Revista Paineiras:** Como o Paineiras entrou na sua vida?

**Lara Teixeira:** Foi em 2009, quando vim treinar no Clube através da Seleção Brasileira. Me mudei do Rio para São Paulo para treinar junto à Nayara Figueira, formando o dueto de 2012 para os Jogos de Londres, tendo a Andréa Curi como técnica.

**Revista Paineiras:** Como o Clube colaborou para você chegar às Olimpíadas?

**Lara Teixeira:** Tive uma receptividade enorme das atletas do Clube quando me mudei e sempre recebi uma ótima estrutura de materiais e piscina excelente para treinar com a Nayara para as Olimpíadas. Em 2012, conquistamos um feito inédito, ficamos na 13ª posição entre os 24 duetos que participaram dos Jogos de Londres.

**Revista Paineiras:** Será a sua terceira participação em Jogos Olímpicos. Essa experiência ajuda ou a cobrança por melhores resultados aumenta?

**Lara Teixeira:** A experiência de duas Olimpíadas só ajuda, porque tenho mais maturidade e um emocional forte para os novos desafios, porém a cobrança por melhores resultados é constante.

**Revista Paineiras:** Como será disputar uma Olimpíada no Brasil?

**Lara Teixeira:** Será especial! Ter os brasileiros na arquibancada faz toda a dife-

rença. Somos mais calorosos e vibramos mais. Isso para mim é arrepiante e adoro competir em casa!

**Revista Paineiras:** Como estão sendo os seus treinamentos? E a preparação física?

**Lara Teixeira:** Treinamos 6 vezes na semana e 7 horas diárias. Estamos treinando forte para os próximos desafios: os Jogos Pan-americanos em Toronto nesse mês, e o Mundial no Brasil.

**Revista Paineiras:** Quais as suas expectativas?

**Lara Teixeira:** As expectativas são altas, com a gana de conquistar uma medalha de ouro ou prata no Pan e ficar entre as 6 melhores potências do mundo nas Olimpíadas.

**Revista Paineiras:** Então temos grandes chances de vermos o Brasil no pódio?

**Lara Teixeira:** Chances enormes no Pan!

**Revista Paineiras:** Qual mensagem gostaria de deixar aos novos atletas paineirenses?

**Lara Teixeira:** Treinem com amor o esporte que escolherem, isso faz toda a diferença quando se busca realizar seus sonhos. E torçam por nós, em 2016!





*“É com muita alegria e orgulho que lhes informo que fui selecionada para integrar a equipe titular nesse tão grandioso evento! Desde já agradeço todo o apoio dos profissionais e dirigentes do Clube Paineiras do Morumby!” – Sabrine Lowy*

## Sabrine Lowy

17 anos, um talento descoberto e lapidado nas piscinas paineirenses. Vibra com a conquista de uma vaga nos Jogos Pan-americanos e treina focada para garantir a vaga no Mundial.

**Revista Paineiras:** Há quanto tempo é associada do Paineiras?

**Sabrine Lowy:** Sou associada do Paineiras há aproximadamente 13 anos, desde 2002.

**Revista Paineiras:** Em que ano entrou para o esporte competitivo?

**Sabrine Lowy:** Entrei para o esporte competitivo aos 10 anos, em 2007.

**Revista Paineiras:** Quantas horas por dia se dedica ao esporte?

**Sabrine Lowy:** Treino aproximadamente 7 horas por dia.

**Revista Paineiras:** Quais suas expectativas para o Pan-americano e o Mundial?

**Sabrine Lowy:** Antes de mais nada, gostaria de partilhar com vocês a excelente notícia que acabo de receber: a Confederação Brasileira de Desportos Aquáticos anunciou a convocação das atletas que irão compor

a Seleção Brasileira de Nado Sincronizado que participará dos Jogos Pan-americanos a ser realizado em Toronto, Canadá no mês de julho deste ano. É com muita alegria e orgulho que lhes informo que fui selecionada para integrar a equipe titular nesse tão grandioso evento! Desde já agradeço todo o apoio dos profissionais e dirigentes do Clube Paineiras do Morumby!

**Revista Paineiras:** Como está se preparando para as Olimpíadas?

**Sabrine Lowy:** Atualmente treino nado sincronizado junto à Seleção Brasileira Olímpica, na Escola Naval no Rio de Janeiro, para onde me mudei desde o começo deste ano (2015), com o objetivo de integrar a Seleção. Treino 7 horas diárias de segunda a sábado, no período da manhã, e estou muito focada na preparação para os Jogos Olímpicos Rio 2016.

**Revista Paineiras:** Qual o suporte que o Paineiras oferece para atletas de alto rendimento?

**Sabrine Lowy:** O Paineiras sempre apoiou muito o esporte e a mim, em todos os sentidos. O Clube tem uma infraestrutura excelente para prática das modalidades esportivas como quadras, piscinas, salas de preparação física, entre outras. Oferece ajuda logística e financeira para a participação de

competições, incentiva a promoção de clínicas de intercâmbios entre grandes nomes do esporte e os atletas paineirenses, além de grandes profissionais para acompanharem o desempenho e a carreira de todos os atletas do Clube.

**Revista Paineiras:** Qual a sua expectativa para estas Olimpíadas no Brasil?

**Sabrine Lowy:** Estou treinando bastante e muito focada para tentar garantir uma vaga na equipe de Nado Sincronizado que irá representar o Brasil nas Olimpíadas de 2016 e espero que, não só o nado sincronizado, mas que todos os esportes e atletas brasileiros consigam excelentes resultados além de visibilidade para que cada vez mais o esporte no Brasil consiga evoluir.

**Revista Paineiras:** Qual mensagem gostaria de deixar aos paineirenses?

**Sabrine Lowy:** Gostaria primeiramente de agradecer todo o apoio que sempre me foi dado, tanto pela comissão técnica e todos profissionais envolvidos, quanto pelo Clube como um todo que me proporcionou as ferramentas necessárias para eu evoluir cada vez mais no esporte. Também acho válido deixar aqui uma mensagem de incentivo aos atletas paineirenses, pois com dedicação e vontade tudo pode vir a se tornar possível, tanto no mundo dos esportes quanto na vida!

# Clube Paineiras: um verdadeiro Resort

Localizado em uma privilegiada região do bairro do Morumbi, o nosso Paineiras é um oásis de tranquilidade e lazer em meio ao concreto e a vida movimentada da capital.

Com quadro associativo que contempla cerca de 24 mil pessoas, em sua maioria famílias paulistas, o Clube possui uma área de quase 120 mil metros quadrados e uma reserva de vegetação nativa ideal para garantir o sossego e a qualidade de vida dos paineirenses.

O mês de julho é marcado pelo recesso escolar e muitas famílias aproveitam para desfrutar esse período com merecidas férias. E o melhor local para passar essas férias em família é no Clube Paineiras!

Entre suas opções de lazer, o Paineiras oferece sete piscinas que podem garantir horas de lazer e divertimento. Também possui um SPA com várias opções de tratamentos estéticos, massagens e sauna. Outra boa sugestão para entretenimento é o Pavilhão de Jogos com pista de boliche, salão de snooker, jogos para crianças, restaurante japonês e lanchonete.

O Paineiras é um dos únicos clubes de São Paulo que possui suas áreas totalmente acessíveis para todos as pessoas, independentemente de suas limitações físicas. Também está entre os que se preocupam efetivamente com a saúde de seus associados e por isso organiza o Qualivida, um evento que orienta a todos na prevenção de doenças através da avaliação de parâmetros médicos e exercícios físicos.



# no Morumbi

E, para facilitar ainda mais a vida dos associados, o Clube conta com serviço de estacionamento, lava-rápido, lanchonetes, restaurantes, barbearia, cabeleireiro, banca de jornal, caixa eletrônico, loja de artigos esportivos, vídeo-locadora, academia, centro cultural, biblioteca, brinquedoteca, playground, berçário e fraldário, cinema, teatro e espaço para eventos; além é claro de centro médico e sistema de segurança eletrônica.

E, falando em eventos, esse é um dos pontos fortes do Clube! Sua agenda social e cultural é sempre repleta de atrações que vão desde festas temáticas até exposições culturais, saraus, shows musicais e de dança. Só no primeiro semestre desse ano, os associados tiveram a oportunidade de assistir aos Shows de João Bosco & Vinícius, do cantor Italiano Tony Angeli, Roberto Leal, Pedro Autz, Diogo Nogueira e Royce do Cavaco. Entre as festas que aconteceram no Clube, o grande destaque foi a 21ª edição da Feijoada da Folia e a Festa Junina, mas outras festas muito especiais marcaram as noites paineirenses como a Noite das Arábias, Festa Disco, a Noite Italiana e a Noite Portuguesa.

Entre as atrações culturais o Paineiras apresentou o 2º Curso de Música de Câmara Antonio Vivaldi com o Violoncelista Dimos Gouda Roulis, a peça teatral "Só para Mulheres" com Ângela Dip, o Sarau Cultural do Barítono Sebastião Teixeira e a apresentação de Piano Pop com o Cantor Tonani.

Para quem deseja aprimorar seus talentos ou mesmo desenvolver outras habilidades, o Clube oferece um leque enorme de cursos e atividades que incluem dança de salão, zumba, meditação, raja yoga, ballet, teatro, tai chi chuan, artes plásticas, desenho e pintura, canto, coral, teclado e piano, violão e guitarra, tapeçaria, mosaico, tricô e crochê. Nesse primeiro semestre foram criadas novas turmas de dança moderna contemporânea e jazz para adultos.



Outro ponto forte do Clube se refere a sua estrutura e desenvolvimento esportivo. O Paineiras possui um complexo esportivo com três ginásios poliesportivos, treze quadras de tênis piso saibro, duas quadras de tênis piso rápido, cinco quadras de squash, quatro quadras de peteca, quadra de areia, campo de society, campo de futebol, pista de atletismo e fitness completo, perfazendo uma gigantesca estrutura de entretenimento. E ainda, a Escola de Esportes, que oferece mais de 40 cursos de formação e educação esportiva. Recentemente, o Clube foi palco de dois grandes eventos esportivos internacionais de tênis, o São Paulo Challenger e a 1ª edição do Roland Garros – Junior Wild Card Tournament. Entre as novidades esportivas, no primeiro semestre, o Paineiras passou a oferecer aulas de beach tennis com grupos de até 6 pessoas, aulas de futvôlei e vôlei de areia para associados acima de 18 anos. Esses esportes de areia são a nova tendência na busca por uma vida mais saudável! No Clube as crianças conhecem diversas modalidades e possuem toda a infraestrutura e profissionais técnicos para se tornarem grandes campeões!

Para comodidade e conforto dos pais e usufruto pleno do Clube, um serviço de monitora infantil especializado em recreação está à disposição dos associados aos sábados, domingos e feriados. Com atividades espalhadas por todo o Complexo, a criançada se diverte das 9h às 15h. No período de férias, a criançada também tem a opção de participar do Paineiras Camp, duas semanas de muita diversão para a molecada de 3 a 12 anos de idade.

Esporte, lazer e cultura para todas as idades! São muitas oportunidades reunidas em um só local, com segurança, ótima infraestrutura e localização ideal.

**Aproveite o seu Clube!**



# Avisos e Novidades

## Manutenção e Revitalização das Áreas do Clube

Para maior conforto e segurança dos associados, o Clube Paineiras do Morumby providencia constantemente algumas manutenções e melhorias em sua infraestrutura, nas mais diversas áreas. Algumas delas já estão em processo de finalização. Acompanhe as reformas em andamento:

- Troca da iluminação das Quadras de Tênis 3, 7, 8 e 9 por LED, melhorando a intensidade de iluminação e reduzindo o consumo de energia.
- Reforma da Quadra de Squash nº 01, com troca de piso, aplicação de adesivos e nova iluminação de LED.
- Reimpermeabilização dos pisos e jardins do 2º SS, visando evitar novas infiltrações.
- Restauração e tratamento de concreto das áreas da Sede Social, envolvendo uma área aproximada de 3.500 m².
- Manutenção das juntas de dilatação das Lajes do Clube, em 130 metros, localizadas no Saguão Social, Plataforma infantil e Marquise 3S.
- Andamento do Projeto Ambiental com central de tratamento de resíduos, coletores e estação de efluentes.
- Revitalização geral das Quadras de Tênis de 01 a 16 com pintura, manutenção de pisos, alambrados e painéis.
- Troca total do telhado do Pavilhão de Jogos.
- Reforma do sistema Zetaflex do Bistrô, substituindo por um novo.
- Troca das telhas de policarbonato no nível das Quadras Poliesportivas do Vale.
- Restauração dos pisos de mosaico português e respectivas impermeabilizações.
- Instalação das escadas nas torres de iluminação do Campo de Futebol para facilitar a manutenção dos postes.
- Trabalho de manutenção dos sistemas de para-raios (equalização do sistema de SPDA e NR-10).
- Reforma das cabines de média tensão que fornecem energia ao Clube.
- Laudo da integridade da estrutura espacial do Vale, com uma análise de toda a estrutura, visando a segurança do local.
- Substituição das grelhas de captação de águas pluviais da Portaria Social, evitando acidentes e acúmulo de água.
- Reforma dos Banheiros do Clube com troca de louças, pisos, divisórias, pintura e iluminação.
- Revestimento Vegetal da Laje das Cúpulas: a 1ª fase da obra, em uma área de 850 m², prevê a eliminação dos espelhos d'água existentes, a preparação e a impermeabilização da laje, com sistema de drenagem e guarda corpo de proteção, para posterior implantação de um jardim suspenso com instalação de substrato, gramado e espécies arbustivas; como ilustram as imagens abaixo.



Imagem ilustrativa



Imagem ilustrativa

## Todo o sabor da culinária japonesa no Paineiras

“E Se Sushi?” é a grande sensação gastronômica disponível no Clube. Especializada em culinária japonesa, essa é mais uma iniciativa do Departamento de Alimentos & Bebidas em busca de variedade culinária com boa qualidade e excelente de serviço.

Além dos melhores pratos frios e quentes da culinária oriental, o local apresenta outro diferencial, uma boa variedade de cervejas nacionais e importadas.

De terça-feira a domingo, das 12h às 22h, no piso do boliche, no salão de jogos, o associado poderá se deliciar com os tradicionais sushis, sashimis e temakis. Vale conferir!



# COLOQUE AS INFORMAÇÕES DO PAINEIRAS NA PALMA DA SUA MÃO!

Conheça nosso novo aplicativo para dispositivos móveis

**1.** Entre na App Store ou na Google Play e busque por "PAINEIRAS".

**2.** Faça o download gratuito.

**3.** No primeiro acesso, ative a configuração de localização e clique em Sim para baixar o conteúdo para visualização off-line.

**4.** Concluída a instalação divirta-se explorando...



Os ícones de navegação disponíveis são:

- AGENDA (programação sociocultural e esportiva),
- CINEMA (programação adulto e infantil),
- NOTIFICAÇÕES (avisos e dicas de serviços e eventos),
- TELEFONES (todos os contatos telefônicos dos departamentos),
- MAIS (Boletim Eletrônico, Como Chegar, Estatuto Social, Facebook, Folder Institucional, Galeria, Leitor QR, Regulamento Interno, Revista e Seu Olhar)

**APROVEITE O NOSSO CLUBE!**

# Na Vitrine do Paineiras

Marcas de sucesso marcaram presença durante a Festa Junina com a realização de ações promocionais bastante diferenciadas

A tradicional Festa Junina, conhecida como Arraiá do Paineiras, atingiu neste ano a sua quadragésima sexta edição. Realizada no final de semana de 20 e 21 de junho, com grandes atrações musicais, comidas típicas e brincadeiras, culminando no domingo com

o show de João Bosco & Vinícius, a festa contou com a presença de mais de 16.000 pessoas no final de semana. Visando aproveitar este grande fluxo de frequentadores no período, três empresas planejaram e realizaram ações promocionais diferenciadas.

## SORVETES JUNDIÁ

A JUNDIÁ ocupa hoje a posição de 3ª maior marca de sorvetes no Brasil com distribuição em vários estados do país. Visando intensificar a divulgação de seus produtos na cidade de São Paulo, a empresa especializada em sorvetes de massa e picolés, realizou uma ação de degustação de vários sabores, com um estande na entrada da Festa, no qual o público também concorria, através de sorteios diários, a uma caixa de produtos Premium de sua linha. Esta deliciosa iniciativa foi um grande sucesso! *Quer conhecer mais? Acesse [www.jundia.com.br](http://www.jundia.com.br).*



## TABASCO PIMENTAS

TABASCO, original e tradicional molho de pimenta criado por Edmund McIlhenny em 1868, na Ilha de Avery e que até hoje é produzido com a mesma qualidade do famoso original, aproveitou o clima do Arraiá e fez uma ação de degustação de sua linha de molhos deliciosos, cada um com seu diferencial de sabor, servidos com pipoca. Foi preparada também uma opção surpresa contida em frasco coberto, para que quem estivesse degustando os produtos descobrisse o seu sabor. *Quer conhecer mais? Acesse [www.tabasco.com.br](http://www.tabasco.com.br).*

## VITACON PARTICIPAÇÕES

Já a VITACON, incorporadora brasileira com sede na cidade de São Paulo, com foco no mercado alto luxo, colocou a sua equipe de corretores, em ponto estratégico, logo após a entrada de convidados, no final da rampa de acesso à Festa Junina, para a abordagem dos interessados em conhecer os seus apartamentos compactos de luxo, localizados em bairros valorizados de São Paulo. A ação contemplou também as crianças com algodão doce e os adultos com um sorteio de um IPAD aos participantes que forem ao seu estande de vendas, situado na Avenida Hélio Pellegrino, 1.701, no dia 05 de Julho, às 15 horas. *Quer conhecer mais? Acesse [www.vitacon.com.br](http://www.vitacon.com.br).*



No Paineiras são inúmeras as formas de patrocínio disponíveis: anúncios na Revista Paineiras; exposição e divulgação de marcas e produtos; ações promocionais; apoio e incentivo a eventos esportivos e socioculturais; parcerias; patrocínios corporativos e aplicação de recursos em projetos incentivados. Entre em contato com o Departamento de Comunicação e Marketing e planeje a sua ação para destacar a sua marca e colocá-la em nossa Vitrine. Nossos contatos: (11) 3779-2099 com Karina Melo ou pelo e-mail [Karina.marketing@clubepaineiras.com.br](mailto:Karina.marketing@clubepaineiras.com.br).





# 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



**Clube Paineiras do Morumbi**

Diretoria Executiva 2013 – 2015

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

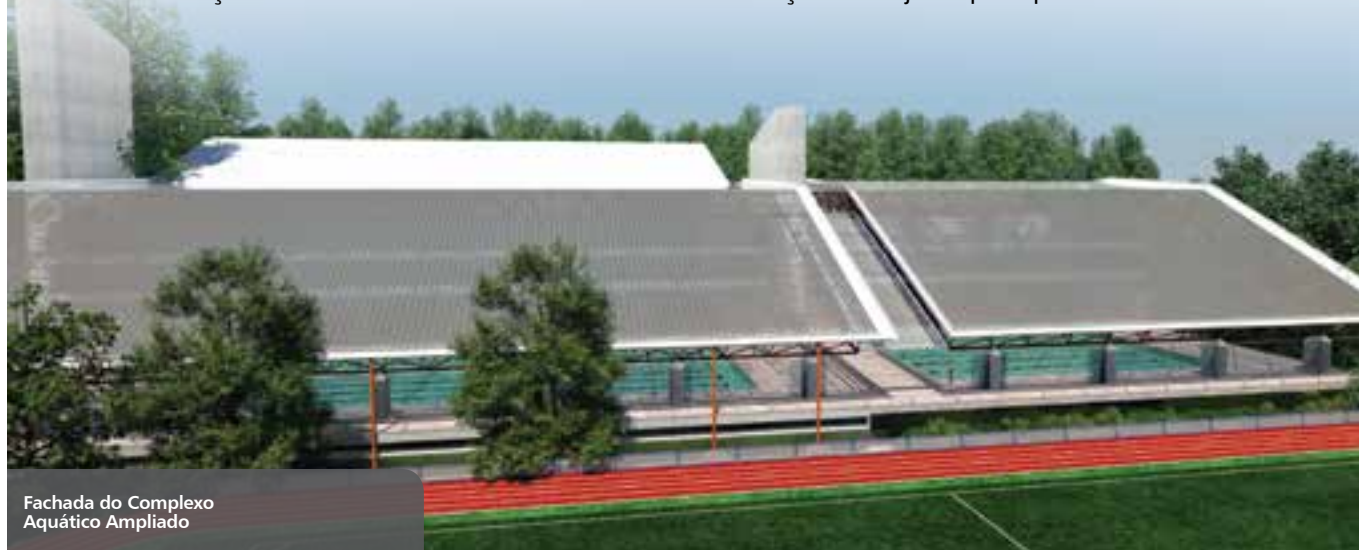
Nós montamos o plano ideal para dar o maior retorno possível ao seu investimento.

Contatos pelo telefone 11 3779-2099 ou [karina.marketing@clubepaineiras.com.br](mailto:karina.marketing@clubepaineiras.com.br)

## Notícias sobre as Obras do Complexo de Excelência em Esportes Aquáticos

As obras do Complexo de Excelência em Esportes Aquáticos seguem seu ritmo e entram em uma importante fase: a execução do muro de arrimo, o qual abrirá espaço para a construção da piscina multiuso. Foi finalizada a concorrência de cunho específico para essa etapa. Após análise técnica e financeira de todas as propostas, foi contratada a empresa Solatrat Engenharia Geotécnica Ltda., especializada em contenção de encosta.

Os serviços terão início no dia 1º de julho. Essa etapa da obra deverá ter a duração de 120 dias devido à complexidade da mesma, ressaltando que o local é confinado e tem acesso restrito. Tecnicamente inclui o fato de o muro ter como conceito o uso de tirantes para ancoragem da estrutura, o que demanda mais tempo em sua execução. Vale lembrar que esse conceito é o mesmo já utilizado na construção do conjunto poliesportivo do vale.



Fachada do Complexo Aquático Ampliado



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



Ampliação da Cobertura do Complexo Aquático (3ª Fase)

## Ata da Reunião das Comissões de Conselheiros e de Obras para o Acompanhamento das Obras Iniciais do Complexo de Excelência em Esportes Aquáticos

O Conselho Deliberativo está participando da execução das obras do Complexo de Excelência em Esportes Aquáticos através dos Conselheiros Dulmar Vicente Lavoura, Leonam Luis Sousa Goes, Adeilton Bonfim Brandão, Angelo Garcia, Fernando José Pinto, José Augusto de Oliveira Guimaro, Luis Hildebrando Bessa Rodrigues e Ody João Belotto, bem como a Comissão de Obras formada pelo 1º Vice-presidente Luis Fernando de Paiva Monteiro, Waldemar de Freitas Pizarro, Luis Antonio Messias, Jose Ailton da Silva e Ricardo Van Langendonck, que validaram os projetos, os métodos construtivos, os trabalhos de contratação da empresa que fará a obra, bem como o planejamento técnico.

A primeira reunião foi realizada no dia 20 de junho de 2015, na Sede Social do Clube Paineiras do Morumbi. Compareceram os conselheiros Fernando José Pinto, Luiz

Hildebrando Bessa Rodrigues, José Augusto de Oliveira Guimaro, o Vice-presidente Luis Fernando de Paiva Monteiro e o Engº Ricardo Van Langendonck para apreciar a concorrência realizada pelo Departamento de Suprimentos do Clube, para a contratação da empresa vencedora na realização da primeira etapa da obra, que consiste na execução do muro de arrimo para contenção do talude das Quadras de Tênis nº 8 e nº 10. Através do processo de licitação – concorrência 003/2015, a empresa Solotrat Engenharia Geotécnica Ltda. sagrou-se vencedora. Na oportunidade, o Engº Erisson Ludovice da Solotrat apresentou o planejamento da obra com o respectivo cronograma físico e a estratégia de execução. Os participantes da reunião entenderam o método executivo apresentado, bem como o cronograma físico a ser cumprido, avaliando positivamente a contratação da referida empresa, que dará início às obras nos primeiros dias do mês de julho de 2015.

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



Ministério do  
Esporte



- 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.

## Eleições do Conselho Deliberativo

Com a participação de 1.167 associados votantes, aconteceram no dia 14 de junho, com votação das 8h às 17h, as eleições de renovação de 1/3 do Conselho Deliberativo, que definiram os 40 novos Conselheiros para o mandato 2015-2021.

Já às 6 horas da manhã via-se o movimento de todos os interessados na preparação dos estandes e do material de abordagem para divulgação aos associados. Participaram 87 candidatos ligados aos principais Grupos Políticos do Clube. Nesta festa democrática em clima de cortesia e entusiasmo não faltaram, pipoca, pirulito, bexigas, brindes e principalmente muita animação.

O processo de votação e apuração foi realizado no Salão Nobre, sob a responsabilidade da presidência da Diretoria Executiva.

A infraestrutura necessária contou mais de 100 pessoas, todas igualmente empenhadas no sucesso da eleição. Este grande trabalho teve início três meses antes, envolvendo desde a *divulgação* (anúncios, cartazes, painel, site, aplicativo, etc.); *manutenção* (projeto e instalação de cabines, mesas, elétrica e limpeza); *equipe de TI* (equipamentos, infraestrutura lógica de redes, testes, operação, desbloqueio de senhas, treinamento e suporte aos eleitores de toda a votação eletrônica); *auditoria externa*, executada pela Boucinhas, Campos & Conti Auditores Independentes (garantia da inviolabilidade e validação do processo eleitoral); até a *triagem dos eleitores*, realizada pelo pessoal da Central de Atendimento com a equipe de *caixa* (quitação de eventuais valo-

res em aberto). E como acontece em todos os eventos do Clube, o Centro Médico esteve de plantão.

Todo o processo eleitoral contou com o respaldo do pessoal do Departamento Jurídico e da Presidência, no que diz respeito à organização, regulamentações, prazos, publicações de editais, etc.

Para executar todo este processo, além do time de Fiscais, associados convidados pelo Presidente do Processo Eleitoral compuseram as Mesas Receptoras e Escrutinadoras com Adelfton Bomfim Brandão, Armando Cabral Galhardo Guerra, Fernando Milliet Roque, Hercília Alves S. Mascarenhas, Itagiba Mario Nogueira Cobra, José Eduardo de Toledo Rodovalho, Mariângela Monteiro Steyer, Piergiorgio Helzel, Roberval Ramos Mascarenhas e Vera Lúcia Lucas Zen; a Comissão Eleitoral com Alvaro Luiz Bruzadin Furtado, Dulmar Vicente Lavoura e Flávio Bulcão Carvalho; a Comissão Jurídica com Luís Augusto Bulcão Carvalho, Maurício Martins E Ruy Cid Martins Vianna e a Comissão de Informática com Marden Leão Borges Machado e Ulysses Linhares De Azevedo Jr.

Após o processo de apuração, por volta das 18h30 o tão esperado resultado final foi anunciado pela mesa composta pelo presidente da Assembleia Geral, Sergio Henri Stauffenegger, secretariado por Leonam Luís Sousa Góes e pelos Conselheiros Vitalícios Alvaro Luiz Bruzadin Furtado, Dulmar Vicente Lavoura e Flávio Bulcão Carvalho.

### CONFIRA OS 40 NOVOS CONSELHEIROS ELEITOS PARA O MANDATO 2015-2021

- |  |   |
|--|---|
| 1º - Adolfo do Carmo Neto: 655 Votos                   | 21º - Marcelo Paes Piazza: 490 Votos                  |
| 2º - Fabiana Pedraza Sommer: 647 Votos                 | 22º - Eugenio Reynaldo Palazzi Jr.: 490 Votos         |
| 3º - Ariovaldo F. Xavier Rabello: 567 Votos            | 23º - José Luis Marquezini: 488 Votos                 |
| 4º - Edoardo Guglielmi: 557 Votos                      | 24º - Carlos Fernando Baleeiro Beltrão: 481 Votos     |
| 5º - Daniel Fausto Dell'Aquila: 555 Votos              | 25º - Paulo Cesar Pardi Faccio: 476 Votos             |
| 6º - Luis Sergio de Campos Vilarinho: 545 Votos        | 26º - Carlos Eduardo Ronca Filizzola: 475 Votos       |
| 7º - Ana Claudia Almeida Lima de Figueiredo: 537 Votos | 27º - Bruno Amado Lia: 471 Votos                      |
| 8º - Alfredo Luiz Borges do A. Maluf: 532 Votos        | 28º - Alexandre Miguel Lopez: 470 Votos               |
| 9º - Odimir Antonio Martino: 527 Votos                 | 29º - Guerino Manfrini Neto: 468 Votos                |
| 10º - Maria de Lourdes P. Jorge: 524 Votos             | 30º - Paulo Roberto Froes Coelho: 464 Votos           |
| 11º - Sergio Nabhan: 521 Votos                         | 31º - Philippe Champagnon Pellegrini: 464 Votos       |
| 12º - Sebastião Luiz da Silva Filho: 515 Votos         | 32º - Alexandre Melo Mitzkun: 458 Votos               |
| 13º - Alexandre Bari: 507 Votos                        | 33º - Adriana Pratscher: 457 Votos                    |
| 14º - Zuleide Ana Martendal da Costa: 504 Votos        | 34º - Paula de Thuin Bevilacqua: 452 Votos            |
| 15º - Paulo Pratscher: 502 Votos                       | 35º - Katia Martorano Bona: 439 Votos                 |
| 16º - Ermelinda Pacheco Esteves Calil Jorge: 497 Votos | 36º - Bruno Martinez Primati: 439 Votos               |
| 17º - Luciano de Freitas Santoro: 497 Votos            | 37º - Juarez de Alvarenga Massariolli: 431 Votos      |
| 18º - Alexandre Galhardo Gerra: 493 Votos              | 38º - Carlos Loureiro Costa: 430 Votos                |
| 19º - Osvaldo Gonzales Vaiano: 491 Votos               | 39º - Sandra Elvira Rosa de Souza Bernardi: 422 Votos |
| 20º - Luiz Antonio Dias Martins de Oliveira: 491 Votos | 40º - Eduardo Antonio Moraes Munhoz: 416 Votos        |

### CONFIRA OS 10 PRIMEIROS ELEITOS PARA A SUPLÊNCIA ATÉ 2017

- |   |  |
|---|--|
| 41º - Alessandra Paes de Figueiredo Rosolini: 415 Votos | 46º - Maurício Goulart de Faria: 366 Votos         |
| 42º - Marcelo de Lima Dias: 406 Votos                   | 47º - Zelita Caldeira Ferreira Guedes: 364 Votos   |
| 43º - Nelson da Silva Vilares: 406 Votos                | 48º - Carlos Henrique Longo: 359 Votos             |
| 44º - Antonio Carlos Ferreira da Silva: 405 Votos       | 49º - Carmem Marques Ribas: 355 Votos              |
| 45º - Cristina Maria Arvate Alvares: 388 Votos          | 50º - Fernando Augusto Fleury Guimarães: 350 Votos |





# #paineirasnamídia

## 46º Arraiá do Paineiras é destaque na mídia

Como não poderia deixar de ser, a melhor e mais charmosa Festa Junina de São Paulo foi amplamente divulgada na mídia especializada. A programação com atrações ininterruptas, tradicionais barracas juninas com brincadeiras e comidinhas típicas, Food Trucks e show da dupla João Bosco & Vinícius foi notícia na **Veja SP Online**, **Portal R7**, **Guia da Folha Online**, **Blog Lilian Pacce**, **Guia UOL**, **Blog Michel Telles**, **Guia da Semana**, **AGB News**, **ObaOba**, **Confira Mais**, **Bares SP**, **Show da Banda**, **Segs**, **Movimento Country**, **Meu Findi**, **Instituto Pinheiro**, **Blog Sapatinho de Cristal**, **Dolci Morumbi**, **Time Out**, **Mundo Marketing**, entre outros.



## Apresentação do Coral Paineiras no Memorial

No dia 13 de junho o Coral Paineiras participou da mostra "Aos Olhos de Caymmi". O grupo, que se dedica a repertórios temáticos, selecionou algumas canções que o cantor e compositor baiano retratou em seus desenhos e se apresentou no Memorial. O evento foi destaque na **coluna de Mônica Bergamo no jornal Folha de São Paulo**, **Portal R7**, **Instituto Pinheiro** e **Portal Segs**.



## André Tonanni no Paineiras

No final do mês de maio o cantor e compositor, André Tonanni, fez a estreia do seu show "Piano Pop" e lançamento do álbum "Piano Pop 2", um trabalho com covers de músicas nacionais, que tem participação especial do ganhador do The Voice Brasil 2, Pedro Lima. O artista concedeu uma entrevista ao site **Top Magazine** e falou sobre sua apresentação no Paineiras.



## Nado Sincronizado paineirense é destaque no SBT

A equipe de Nado Sincronizado do Clube participou de uma gravação com a equipe do **programa Okay Pessoal**, do **SBT**. Na matéria as meninas falaram sobre as competições, vitórias e olimpíadas, além de ensinarem alguns movimentos para a repórter **Bárbara Koboldt**.



# ACONTECE NA ACESC

JULHO/2015

A ACESC reúne 17 dos mais importantes clubes de São Paulo com 150.000 associados.



## Mostra ACESC de Literatura da XVII Maratona Cultural ACESC 2015

A Mostra ACESC de Literatura da XVII MARATONA CULTURAL ACESC teve neste ano, mais de 50 (cinquenta) concorrentes, das seguintes associações: Associação Brasileira A Hebraica de São Paulo, Club Athletico Paulistano, Clube Alto dos Pinheiros, Clube Atlético Monte Líbano, Clube Paineiras do Morumby, Esporte Clube Pinheiros e Esporte Clube Sírio.

No dia 15 de junho, em evento no Club Athletico Paulistano aconteceu a premiação dos finalistas que receberam uma certificação. Na ocasião estiveram presentes o Presidente Executivo da ACESC, Dr. Marco Aurélio Ferreira Lisboa; a Diretora Cultural da ACESC, Lia Mara Jorge Aloe; a Diretora Cultural do Club Athletico Paulistano, Adriana de Magalhães Gouvêa; a Diretora Cultural Adjunta do Club Athletico Paulistano, Bia de Castro oliveira; o Presidente do Club Athletico Paulistano, Dr. José Manoel Castro Santos e todas as equipes dos clubes envolvidos neste evento.



Da esquerda para a direita: Dr. Marco Aurélio Ferreira Lisboa; Lia Mara Jorge Aloe; Adriana de Magalhães Gouvêa; Bia de Castro Oliveira e Dr. José Manoel Castro Santos

## XV Copa ACESC de Futebol Society 2015

Aconteceu nos dias 21, 22, 28 e 29 de março, no Clube Monte Líbano, a XV Copa de Futebol Society com o clubes associados da ACESC.



## LudiCAP



No dia 23 de maio, foi realizado o LudiCAP do Club Athletico Paulistano. Além dos clubes associados, participaram São Paulo Futebol Clube, Med Sport, Clube Atlético São Paulo; entre outros.

Confira abaixo os calendários referentes aos meses de julho a setembro, procure já os departamentos sociocultural e de esportes do Clube e garanta a sua participação. Mais detalhes [www.acesc.org.br](http://www.acesc.org.br)



### XVII Maratona Cultural ACESC

**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  
**Festival ACESC de Teatro:** 1 de Outubro a 15 de Novembro, em diversos Clubes  
**Mostra ACESC de Artes Plásticas e Fotografia:** 19 a 27 de Outubro, no Clube Paineiras do Morumby  
**Master Chef ACESC:** 25 de Outubro, na Associação Brasileira A Hebraica

### Torneios Esportivos da ACESC

**Passeio Ciclístico da ACESC:** 25 de Julho, São Paulo  
**9º Torneio de Sinuca da ACESC:** Data a definir, no Clube Paineiras do Morumby  
**10º Torneio de Mini Tênis da ACESC:** Data a definir  
**15º Torneio Infante Juvenil de Tênis da ACESC:** 2ª quinzena de Agosto  
**18º Torneio de Xadrez ACESC/CAP:** 29 de Agosto, no Club Athletico Paulistano  
**10º Torneio Squash Masculino/Feminino da ACESC:** Agosto e Outubro, local a definir  
**Copa Sírio/ACESC de Voleibol Masculino:** 19 de Setembro, no Esporte Clube Sírio  
**III Torneio ACES Charles Miller de Futebol:** 20 e 27 de Setembro e 4, 18 e 25 de Outubro, no SPAC

# Clicks

## Festa Disco

O DJ e VJ Nando Jones trouxe para a Festa Disco do Paineiras, que aconteceu no dia 23 de maio, os melhores hits nacionais e internacionais e garantiu a diversão da plateia que fez bonito na pista de dança! Confira as fotos da balada mais animada do Clube:







## Noite Italiana

No final do mês de maio o Clube Paineiras promoveu a tradicional Noite Italiana. A requintada festa incluiu um delicioso festival de massas e um show de um dos principais nomes da música italiana, Tony Angeli. No Brasil existem cerca de 30 milhões de ítalo-descendentes e o evento celebrou a cultura deste povo tão alegre e simpático.





## Noite dos Namorados

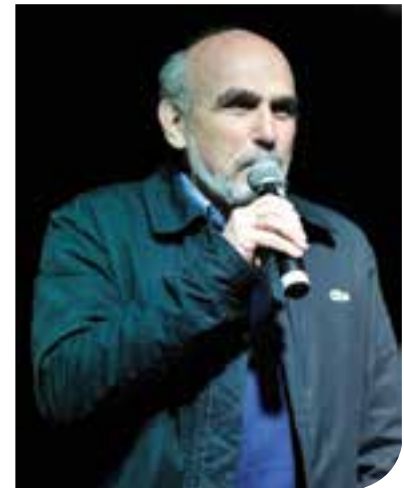
No dia 12 de junho os paineirenses celebraram o amor na Noite dos Namorados. Em um clima muito romântico os convidados puderam curtir um jantar super especial à luz de velas ao som da Duo Beat que embalou os casais mais apaixonados! Confira os clicks!





## Evento Beneficente: palestra com Fabio Coelho, presidente do Google

No dia 16 de junho Fabio Coelho, Presidente do Google Brasil, esteve no Clube para ministrar uma palestra com o tema: "A importância de estar online no mundo dos negócios". O evento beneficente foi realizado pelo Programa Ver, São Paulo Center e o Clube Paineiras do Morumbi e marcou também o lançamento do livro "Digital Minds 12 Estratégias de Marketing Digital que toda Empresa precisa conhecer", escrito por consultores internacionais e locais da WSI. Confira as fotos do evento!



## 46º Arraiá do Paineiras

Nos dias 20 e 21 de junho aconteceu a melhor e mais charmosa Festa Junina de São Paulo. O 46º Arraiá do Paineiras foi um sucesso, onde os associados puderam se divertir e curtir em grande estilo essa festa grandiosa trabalhada nos mínimos detalhes para a família paineirense! Este ano o evento contou com uma novidade, além da programação com atrações ininterruptas e das tradicionais barracas juninas com brincadeiras e comidinhas típicas, o Food Truck da Wickbold, a Wickombi, estacionou no Clube trazendo um menu super especial. Para fechar com chave de ouro, a dupla sertaneja João Bosco & Vinícius fizeram o encerramento da festa.

“Para este show trouxemos os principais sucessos da nossa carreira com algumas músicas lançadas recentemente no álbum “Estrada de Chão”, que já está entre os cinco CDs mais vendidos do Brasil!”, comentou João Bosco. “Ficamos muito felizes com o convite para participar pela primeira vez desta grande festa e nos apresentar para este público bonito e animado. Parabéns a todos pela organização perfeita, esperamos retornar nas próximas edições.”, completou Vinícius.

As fotos do Arraiá você confere aqui!



CLICKS



# 46º Arraiá do Paineiras







# Vem aí

SOCIOCULTURAL



## Com o maior e melhor tributo à banda Queen **God Save the Queen**

**29 de agosto, sábado, a partir das 21h,  
no Saguão Social e Salão Nobre**

No mês de agosto o Clube Paineiras do Morumby completa 55 anos e o presente quem ganha é o associado! Este ano, como atração musical principal, o Clube recebe o maior e melhor tributo à banda Queen do mundo: God Save the Queen.

No dia 29 de agosto, sábado, a partir das 21h, o grupo argentino se apresenta com o espetáculo "The Show Must Go On", reunindo os melhores clássicos da banda britânica, como: "Radio Gaga", "We Will Rock You", "We Are The Champions", entre outros. God Save The Queen segue a história da banda Queen desde o seu início em 1973 até o último álbum, Made In Heaven, lançado após a morte do vocalista Freddie Mercury, em 1991.

A banda God Save The Queen é um sucesso fenomenal e já emocionou milhares de pessoas na Europa, América do Sul e Índia, culminando com ingressos esgotados em apresentações no estádio Luna Park (Buenos Aires), Via Funchal (São Paulo), ou em uma multidão de 35 mil pessoas no festival da rua Mathew (Liverpool). Com uma iluminação incrível, suntuoso som com performances notáveis de membros da banda, adicionando ainda a semelhança do vocalista Pablo Padín com Freddie Mercury.

\*Venda de ingressos no Estande de Vendas a partir de 18 de julho até o dia 29 de agosto ou o término dos mesmos.

**Confira a seguir a programação para o mês de aniversário do Clube.**



**VENDA DE  
INGRESSOS A  
PARTIR DE 18  
DE JULHO**

**SOCIOCULTURAL**



## Big Band do Clube de Campo de São Paulo

### 1º de agosto, sábado, às 17h, no Cineteatro

A Big Band do Clube de Campo de São Paulo (CCSP) é formada por associados e amigos do CCSP e se apresenta no Paineiras no dia 1º de agosto, sábado, às 17h. Sob a batuta do maestro Murilo Alvarenga Filho, tem músicos das mais diversas áreas profissionais que se juntaram para formar uma Big Band, com um repertório dos grandes standards da era de ouro das big bands e também da música latina. A primeira

apresentação foi há quase 6 anos, por ocasião da comemoração de aniversário do Clube e devido ao enorme sucesso, animaram-se a continuar ensaiando e aumentando o seu repertório, que hoje já soma mais de 50 músicas variadas, em arranjos encantadores de temas que vão do jazz tradicional ao samba, passando pelo bolero, blues e até a salsa. Atualmente, são 16 músicos, amadores e amantes da boa música. Venha conferir!

ENTRADA  
FRANCA  
PARA  
ASSOCIADOS

# Les Misérables

## Torneio de Tranca

### 15 de agosto, sábado, às 14h, no Carteado

No dia 15 de agosto, às 14h, no Carteado, acontece o tradicional Torneio de Tranca. O evento é exclusivo para associados e visa proporcionar um momento de descontração e alegria neste mês de celebração. O término da competição acontecerá por determinação do juiz ou comissão julgadora, conforme regulamento. Os jogadores deverão seguir o regulamento (disponibilizado no ato da inscrição), orientação e coordenação do árbitro.

As inscrições poderão ser realizadas de 18 de julho a 14 de agosto ou o término das vagas, somente para duplas formadas por associados, na Central de Atendimento – CAT, de acordo com dias e horários de funcionamento.

**Público estimado:** 32 pessoas = 16 duplas. **Traje:** Casual. **Idade mínima:** 18 anos. \*Neste dia, o carteado será exclusivo para esta prática do torneio, das 12h às 22h.



ENTRADA  
FRANCA



**ENTRADA  
FRANCA**

## Les Misérables In Concert

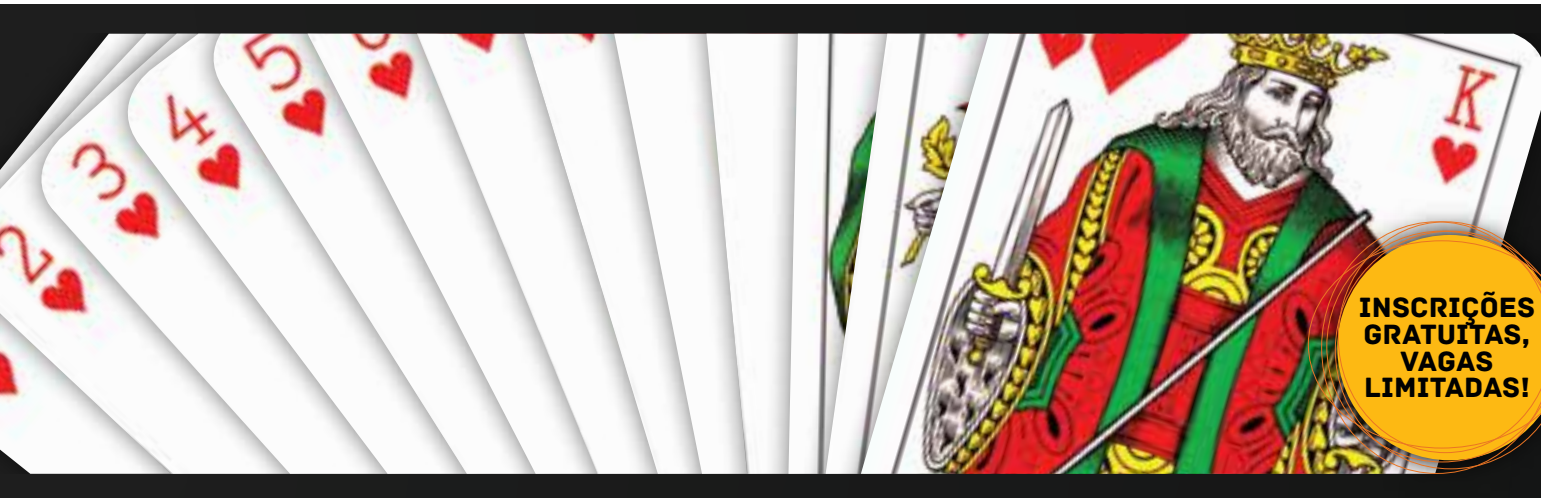
**4 de agosto, terça-feira, às 21h, no Cineteatro**

O famoso musical francês composto por Claude-Michel Schönberg em 1980, é um dos mais conhecidos e encenados pelo mundo. No dia 4 de agosto, terça-feira, às 21h, o grupo Ballet Art fará a apresentação da montagem de estudo "Les Misérables" com músicos ao vivo e com certeza irá emocionar a todos que vierem conferir de perto!

Realização: Ballet Art

Direção Geral: Marieta Piráquine

Direção musical e regência: Jorge de Godoy



**INSCRIÇÕES  
GRATUITAS,  
VAGAS  
LIMITADAS!**

## Apresentação da Orquestra Pinheiros

**22 de agosto, sábado, às 17h, no Cineteatro**

Para prestar uma homenagem ao eterno maestro Tom Jobim, a Orquestra Pinheiros, sob a regência do maestro Murilo Alvarenga, vem ao Clube no dia 22 de agosto, sábado, às 17h, para mostrar um panorama da sua obra. Não é nenhum exagero dizer que Antônio Carlos Brasileiro de Almeida Jobim, conhecido como Tom Jobim, apresentou a música brasileira ao mundo. Misturando elementos harmônicos do jazz à batida do samba, o maestro foi um dos responsáveis pela criação da Bossa Nova, movimento que revolucionou a MPB.

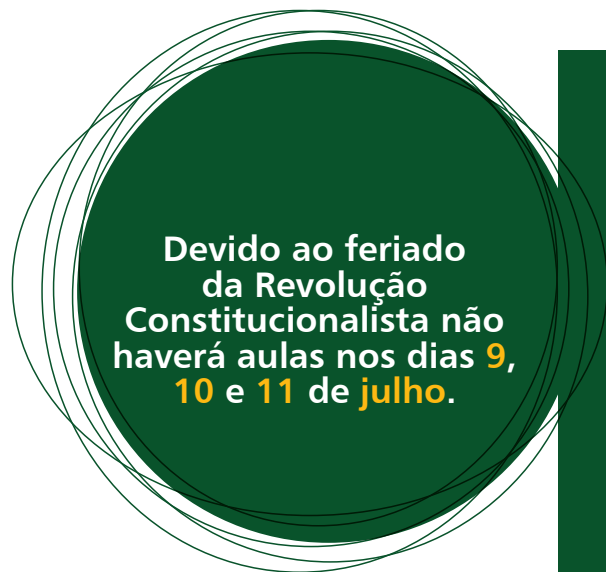
O reconhecimento internacional teve como momento marcante o Grammy da Música de 1964, quando o brasileiro, concorrendo com os Beatles, os Rolling Stones e Elvis Presley, levou a estatueta mais importante da música. O cantor norte-americano Frank Sinatra dedicou dois álbuns à obra de Tom Jobim. Compositor brasileiro mais influente do século 20, Tom tem sua obra valorizada e reconhecida até hoje. Clássicos como "Águas de Março" e "Garota de Ipanema" estão entre as canções mais populares do planeta. Imperdível!



## Cursos Culturais

Desde sua fundação, o Paineiras tem desenvolvido ações que o tornam referência em projetos e eventos culturais. Atualmente, o Clube oferece mais de 30 cursos para todos os gostos e faixas etárias, em diversas áreas artísticas e culturais. Há opções para quem deseja aprender a dançar, tocar um instrumento musical, cantar, interpretar, fazer Yoga, Tai Chi Chuan, Artes Plásticas e muito mais.

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



Devido ao feriado da Revolução Constitucionalista não haverá aulas nos dias **9, 10 e 11 de julho.**

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

Confira a programação para o mês das férias!

## Canto e Técnica Vocal

O Curso é destinado às pessoas interessadas em desenvolver a própria voz através do canto e também preparatório para o curso regular oferecido pelo Sociocultural. O curso de canto dá ao aluno condições e disposição para analisar e refletir a respeito do processo de aprendizagem, compreendendo e valorizando cada etapa vencida, pois assim como aprendemos a falar por imitação, também podemos aprender a cantar.

Algumas pessoas têm mais facilidade, enquanto outras precisarão de mais tempo. Não se pode prever o tempo exato que cada pessoa levará para aprender a cantar, pois além do trabalho a ser feito, tudo dependerá da perseverança e interesse do aluno, além do grau de dificuldade de cada um. Inscrições na Central de Atendimento – CAT.

### Aulas:

6 a 8 de julho: Turma A – das 10h às 12h / Turma B – das 14h às 16h.

\*Curso pago direto ao professor.

\*Nascidos em 1999 ou anos anteriores.

## Zumba

É muito mais do que uma aula, é uma festa! Combinam-se os hipnóticos ritmos latinos com movimentos fáceis de acompanhar para compor esse programa de boa forma física exclusivo. A meta é praticar exercícios físicos de maneira prazerosa e com diversão. Inscrições na Central de Atendimento – CAT.

### Aulas:

3 a 31 de julho: Segundas – 18h às 19h / Sextas – 10h às 11h.

\*Curso pago.

\*Nascidos em 2002 ou anos anteriores.



## Curso de Maquiagem Cênica

com o professor e maquiador Rony dos Santos

O curso irá capacitar os participantes para a produção de maquiagens de caracterização de personagens, por meio de técnicas específicas.

Lista de Intenção:

Dias: 4 e 11 de agosto.

Valor: R\$ 100,00 por aluno.

## Encerramento das aulas do 1º semestre:

13/7 – Término de Desenho e Aquarela.

15/7 – Término de Tapeçaria/ Consciência Corporal.

16/7 – Término de Atelier de Pintura.

18/7 – Término de Yoga e Tai Chi Chuan.

\*Teatro Adulto – não há recesso.

## Curso de Fotografia

com Du Zuppani



O Paineiras convida você a ter um novo olhar...

O fotógrafo paulista Du Zuppani, reconhecido no Brasil por suas imagens publicadas em importantes veículos de comunicação e presentes em diversas exposições e livros, vem ao Clube ministrar um Curso de Fotografia. Imperdível!

Através de suas lentes, o artista revela seu olhar para o mundo. Seu foco são obras intituladas de "naturais", nas quais recria com inigualável sensibilidade a situação visual mais próxima da real, tocando o imaginário de quem as contempla. Du Zuppani coordena, com talento, várias pesquisas fotográficas ambientais em diferentes ecossistemas. Como arquiteto paisagista, utiliza fotografias da natureza para tematização e criação de ambientes.

Livros: Riviera de São Lourenço – Bertioga, Parque das Neblinas – Ecofuturo, Biomas Do Brasil, Às vezes água, às vezes terra, entre outros.

### Lista de Intenção:

Dias: 8, 15 e 22 de agosto.

Horários: 9h às 12h e das 14h às 17h.

Valor: R\$ 470,00 por aluno.

\*Inscrições em lista de intenção para criação de turmas na Central de Atendimento – CAT.

## Aula de Corpo Consciente e Dança

com o professor Reinaldo Soares

Introdução de gestos conscientes, onde movimentos propostos de alongamento e soltura fazem com que o aluno tenha domínio e controle do próprio corpo, de uma forma simples e descontraída. São aplicados movimentos de Dança Indiana mesclados com o Moderno, onde fica claro o reconhecimento de suas estruturas físicas, como também da sensibilidade inerente à própria dança. Inscrições na Central de Atendimento – CAT.

### Aulas:

2 a 31 de julho: Aulas com duração de 1h30, às terças e quintas.

\*Curso pago direto ao professor

\*Nascidos em 1997 ou anos anteriores.

## Curso de Introdução à Filosofia

com Cido Lopes

O mestre em Filosofia pela Faculdade de São Bento, Cido Lopes, ministra um curso que irá abordar os temas: Filosofia Antiga, Filosofia Medieval, O grande divisor da Filosofia Medieval e da Filosofia Moderna e Filosofia Contemporânea. Imperdível!

### Lista de Intenção:

Dias: 7, 14, 21, 28 de agosto e 4 de setembro.

Valor: R\$ 120,00 por aluno.

## Dança Moderna

As aulas vivenciadas terão como base a técnica de Martha Graham. Os exercícios propostos serão associados às temáticas de contração e expansão tanto em solo como no centro, fazendo com que o aluno sensibilize seu corpo através do movimento.

As sequências coreográficas associadas à técnica, auxiliam o aluno nos exercícios propostos. A dramatização e a respiração permitem ao aluno buscar uma maior integração das partes do corpo e liberação de suas articulações. Inscrições na Central de Atendimento – CAT.

### Aulas:

2 a 31 de julho: Aulas com duração de 1h30, às terças e quintas.

\*Curso pago direto ao professor.

\*Nascidos em 1997 ou anos anteriores.



## Curso de Teatro

O Paineiras traz um curso repleto de novidades!

Se você tem entre 12 e 17 anos e curte cinema, teatro e videogames, o Clube Paineiras do Morumbi te convida a participar da montagem do Espetáculo Multilinguagem! Uma experiência única e inovadora, envolvendo diversos tipos de artes, do teatro ao digital que abrangem interatividade, realidade aumentada, gravação, edição de filmes e efeitos especiais.

Mais informações na Central de Atendimento – CAT.



# Maratona Cultural ACESC 2015

Chegamos a mais uma edição da Maratona Cultural ACESC que este ano está repleta de novidades! Algumas atividades já começaram!

## Mostra de Coral foi um sucesso

No dia 27 de junho, o Coral Paineiras participou do Encontro de Corais da ACESC, realizado no Teatro Anne Frank da Associação Brasileira A Hebraica de São Paulo. Ao final, o coral ACESC, composto por todos os coros participantes, cantou "Aquarela do Brasil", de Ary Barroso, com arranjo e regência do maestro Mário Zaccaro do Club Athletico Paulistano.

## Fique atento pra não perder os prazos de inscrição das próximas mostras e concursos

Aproveite esta oportunidade para desenvolver seus conhecimentos artísticos e mostrar o seu talento! Os regulamentos completos das mostras você pode conferir no site do Clube: (<http://www.portal.clubepaineiras.com.br/site>).

## 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 combinar com os professores em sala de aula. As vagas são limitadas ao tempo das coreografias.

## The Voice Acesc 2015

O antigo MPB Vocal agora chama-se The Voice ACESC e os associados poderão concorrer 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 (três) inscritos por categoria.

As inscrições dos associados do Paineiras deverão ser realizadas até dia 15 de julho, no Departamento Sociocultural. 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. A final do concurso será realizada no Esporte Clube Sírio, dia 27 de setembro, a partir das 18h.

## Festival de Teatro

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.

## Master Chef Acesc 2015

O Master Chef será realizado em duplas e premiará nas categorias Doces e Salgados. Os participantes podem se inscrever em uma ou nas duas categorias.

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

Cada clube poderá inscrever no máximo 1 (uma) dupla na categoria Doce e 1 (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.





# YAMAHA

## YAMAHA MUSIC SCHOOL

**INSCRIÇÕES  
ABERTAS**

**5 MIL ESCOLAS  
40 PAÍSES  
50 ANOS DE TRADIÇÃO**

**AGENDE UMA AULA EXPERIMENTAL GRATUITA!**



## **INVISTA EM VOCÊ!**

A Escola de Música da Yamaha chega ao Brasil trazendo seu padrão de educação musical testado e aprovado no mundo todo. Essa é a oportunidade que você esperava para retomar aquele sonho de estudar música.

## **VENHA PARA A YAMAHA MUSIC SCHOOL!**

- Guitarra
- Violão
- Baixo
- Piano
- Teclado
- Canto
- Bateria
- Flauta
- Saxofone

Musicalização Infantil (4 e 5 anos)

Mais informações:

(11) 3078-1605 | [www.musicschool.yamaha.com.br](http://www.musicschool.yamaha.com.br)

# Centro Cultural Paineiras

## Exposição de Obras de Sergio Lemos de Oliveira

De 3 a 24 de agosto

Entre os dias 3 e 24 de agosto será realizada a exposição das obras do associado Sergio Lemos de Oliveira. O Centro Cultural Paineiras é o espaço onde associados podem se apresentar e mostrar seus talentos! O local também sedia pequenas mostras e apresentações de música, teatro, entre outras.

As Artes Plásticas constituem um conjunto que engloba diferentes formas de expressão, como: pintura, escultura e artesanato, entre outras. O resultado dessa junção são obras inovadoras e belíssimas exposições que têm atraído um grande público.

Venha prestigiar!



## XVIII Salão Paineiras de Artes Plásticas & Fotografia



INSCRIÇÕES  
ATÉ O DIA  
7 DE  
AGOSTO

Estão abertas as inscrições para o XVIII Salão Paineiras de Artes Plásticas & Fotografia, que acontecerá de 2 a 9 de setembro no Saguão Social. Este ano o concurso chega com uma novidade! Cada associado poderá inscrever até 3 (três) obras por modalidade, podendo concorrer em todas as modalidades. Mas atenção: para o concurso da ACESC, realizado após a seleção interna do Paineiras, cada associado poderá concorrer com apenas 1 (uma) obra por modalidade, podendo concorrer em todas as modalidades.

Serão premiadas obras de: Pintura, Escultura, Aquarela, Fotografias Preto e Branco (PB) e Fotografia Colorida. O tema do concurso de fotografia é "Reflexos" e cada Clube poderá inscrever no máximo 20 (vinte) fotografias entre as categorias citadas. O tamanho das fotos deve ser: 20cm X 30cm. As inscrições deverão ser realizadas no Centro Cultural Paineiras até

o dia 7 de agosto. Um júri especialmente convidado escolherá 3 (três) obras de cada categoria que representarão o Clube Paineiras no evento da Maratona Cultural ACESC que será realizado em outubro.

**Regulamento disponível no site do Clube.**

**Serviço:**

**Inscrições:** até o dia 07 de agosto

**Entrega das fotografias:** de 17 e 22 de agosto

**Entrega das obras de arte:** de 26 e 27 de agosto

**Período de exposição:** de 02 a 09 de setembro

**Coquetel de Premiação:** 09 de setembro

**Horário da Exposição:** das 9h às 22h

# 2º CIRCUITO BROADWAY 2015

Férias

## É Hora do Show

Conheça os musicais e fique por dentro de tudo que vai acontecer durante o Circuito Broadway! A segunda edição do Circuito Broadway, que começa dia 13 de julho, segunda-feira, e segue até sábado, 18, com apresentação de pocket show para associados e convidados, já está no script. Durante a semana, os alunos viverão dias de estrelas e terão aulas de canto, dança e sapateado com os maiores nomes do teatro musical brasileiro. Os diretores já estão definidos, os professores convocados, elenco escalado, luzes afinadas, figurinos em produção. Resta agora divulgar os espetáculos que tomarão conta das salas do Clube Paineiras Morumby, confira:

**Matilda:** entre as turmas KIDS, uma delas aprenderá mais sobre a história de Matilda, uma menina de 5 anos de idade, leitora assídua, com um QI extremamente elevado, pais malvados e uma diretora escolar ainda mais cruel. Sucesso recente na Broadway, o musical mostra os poderes dessa criança e suas soluções nada convencionais para se livrar das maldades.

**A Família Addams:** Mortícia, Gomez, Wandinha, Feioso, Tio Fester e outros conhecidos personagens criados por Charles Addams terão espaço nesta edição do Circuito Broadway. Nos moldes do espetáculo que rodou o mundo e arrebatou plateias, inclusive no Brasil, os alunos irão aprender coreografias, cenas e curiosidades da montagem original.

**A Fantástica Fábrica de Chocolate:** de grande sucesso nos palcos de Londres, os alunos poderão sapatear sob o comando de Willy Wonka, revivendo momentos especiais da história. Sorte de quem tirar o bilhete dourado e embarcar na viagem para conhecer a misteriosa e mágica fábrica.

**My Fair Lady:** a clássica história da mendiga que vende flores e do culto professor de fonética terá novos passos e novas vozes. Mais um revival que promete emocionar.

**42nd Street:** este espetáculo, um dos mais bem sucedidos de seu tempo, mudou para sempre a história dos musicais e tirou a Warner Bros da falência. Quem acompanha o universo do musical theatre já deve ter visto a famosa cena de sapateado,



SOCIOCULTURAL

na qual dançarinas estão dentro de um vagão de metrô e saem para a rua tomando conta de um grande teatro.

**Chorus Line:** apesar deste ser um musical sobre dançarinos da Broadway que participam da seleção por um lugar de destaque em novo espetáculo, todos terão vez e papel em nossas salas de aula. A turma adulta trate de se preparar para brilhar!

**O Fantasma de Ópera:** dispensa briefing e apresentações. Os acordes musicais do espetáculo serão compostos por novas vozes que irão reviver umas das cenas mais belas da história.

Muitas surpresas ainda irão pontuar as aulas e o espetáculo de encerramento da temporada. Novos protagonistas, histórias e cenas inesquecíveis irão surgir sob a direção de Fernanda Chamma, uma das mais renomadas diretoras e coreógrafas do país!

## Novidade: Aula de Interpretação Extra

Para atender pedidos e preencher uma carência do mercado, o Circuito Broadway promoverá um workshop de interpretação para crianças, adolescentes e adultos, com uma das mais prestigiadas profissionais do meio – Carina Gregório – segunda, terça e quarta das 19h às 21h (atividade opcional).

Valor: R\$ 150,00 associados / R\$ 165,00 não associados

### Sobre Carina Gregório

Bacharel em Comunicação no Instituto Tecnológico de Estudos Superiores de Monterrey, México e atriz pela American Musical and Dramatic Academy, de Nova York. Nos EUA, além de atuar, trabalhou como Stage Manager e Assistente de Produção. No Brasil, trabalhou como Assistente de Stage Manager no musical "A Gaiola das Loucas", Tradutora e Stage Manager no musical "Fame", Assistente de Direção e Diretora Residente no musical "Alô Dolly" e Diretora Residente no musical "Cazuza – Pro Dia Nascer Feliz". Atualmente, é Assistente de Direção no espetáculo "Mudança de Hábito".

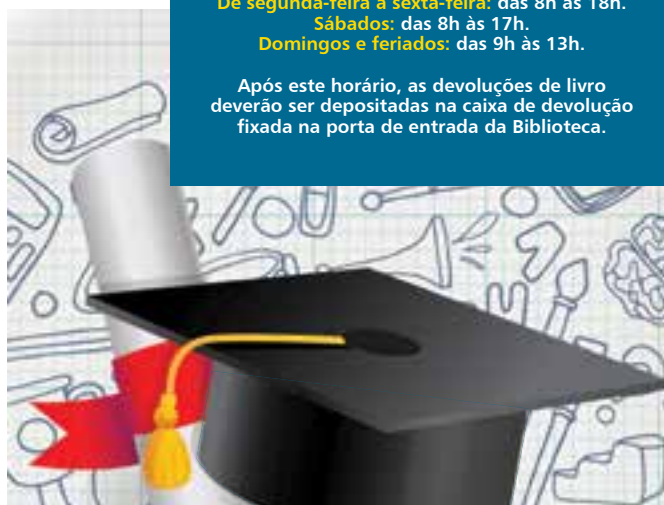
# Biblioteca

## Oficina de Orientação ao Vestibulando – Obras Literárias

O principal objetivo de um vestibulando é ser aprovado em exames de universidades reconhecidas e, para alcançar essa meta, é necessário que o estudante esteja bem preparado. Leitura e compreensão de obras literárias de grandes autores nacionais e portugueses são algumas das exigências das provas dos principais vestibulares.

Para colaborar com a preparação desses estudantes, a Biblioteca Paineiras, em parceria com a psicopedagoga e mediadora do Programa de Enriquecimento Instrumental, Cláudia C. Taveira, desenvolveu a Oficina de Orientação ao Vestibulando – Obras Literárias. A oficina acontecerá de 16 de junho a 17 de novembro e terá como foco os vestibulares da FUVEST e Unicamp. Confira a agenda e o regulamento na Central de Atendimento – CAT.

**Aproveite esta oportunidade!**



**Horário Especial de Atendimento da Biblioteca**  
No período das férias escolares de 1º de julho a 31 de julho

**De segunda-feira a sexta-feira:** das 8h às 18h.  
**Sábados:** das 8h às 17h.  
**Domingos e feriados:** das 9h às 13h.

Após este horário, as devoluções de livro deverão ser depositadas na caixa de devolução fixada na porta de entrada da Biblioteca.

**Data:** de 16 de junho a 17 de novembro.

**Dia:** 11 de agosto – Livro: Viagens na Minha Terra; Autor: Almeida Garret.

**Dia:** 25 de agosto – Livro: Memórias de um Sargento de Milícias; Autor: Manoel Antônio de Almeida.

\*Mínimo de 5 participantes.

## Hora do Conto Especial

**27 de agosto, quinta-feira, às 16h, na Biblioteca**

Quem conhece a história do Saci Pererê? Quem já cantou e dançou em uma ciranda de roda? E quem conhece a literatura de cordel?

Tudo isso faz parte do rico folclore brasileiro que reúne mitos e lendas passadas de geração em geração. A palavra “folclore” vem do idioma Inglês, folk, que significa “povo, nação, raça” e lore, que significa “ato de ensinar, instrução, educação, lição”.

Pensando em ensinar e divulgar a cultura popular brasileira, a Biblioteca Paineiras está preparando para o mês de agosto uma exposição literária e contação de história com lendas do folclore brasileiro para os nossos pequenos paineirenses. Traga a criançada!



## Clube de Leitura

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 têm 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** – 30 de julho, quinta-feira às 16h – Livro: Nêmesis – Philip Roth  
**2º Grupo** – 29 de julho, quarta-feira, às 15h – Livro: A festa da Insignificância – Milan Kundera.

**Local:** Sala do carteador.

Faça parte do 3º Clube de Leitura! Lista de intenções na Biblioteca para o novo grupo, às terças-feiras, às 19h30. Telefones: 3779-2054 ou 3779-2149.



## Curso/Oficina de Orientação Profissional

O Departamento Sociocultural/Biblioteca Paineiras em parceria com as psicólogas e coaches Maria Jose Cardoso e Elenilde Velame, traz para os associados um Curso de Orientação Profissional, com o objetivo de orientá-los para uma escolha profissional consciente e madura a partir do autoconhecimento.

As aulas serão ministradas com a metodologia GPS Profissionais do Prof. Leo Fraimn. Os encontros serão divididos em 10 módulos, no período de 13 de agosto a 15 de outubro.

**Faixa etária:** a partir de 14 anos, sem limite para adultos.

**Horário:** às quintas-feiras, das 15h às 16h30.

**Local:** Centro Cultural – sala 04.

**\*Aulas individuais ou em grupo.**

**\*\*Mínimo de 5 participantes.**

Lista de intenções e regulamento na Central de Atendimento – CAT.

### Fique atento

Em 1º de maio entrou em vigor o novo regulamento da Biblioteca, confira as alterações:

**6.2** – O prazo de empréstimo é de 30 dias corridos, podendo ser renovado por mais 5 dias caso o livro não esteja em lista de espera.

**10.1** – O usuário que não devolver a obra no prazo estipulado pagará multa diária por atraso, no valor de R\$ 5,00.

### Alterações no Cadastro de Wi-Fi

A partir de 1º de julho a Biblioteca realizará apenas cadastro de associados. Funcionários de associados, visitantes, esportistas que participam de competições no Clube deverão solicitar cadastro para uso da rede sem fio na Central de Atendimento – CAT.

## Sugestões de Leitura

### A Filha do Louco

**Autora: Megan Shephed**

Juliet Moreau construiu sua vida em Londres trabalhando como arrumadeira – e tentando se esquecer do escândalo que arruinou sua reputação e a de sua mãe, afinal ninguém conseguira provar que seu pai, o Dr. Moreau, fora realmente o autor daquelas sinistras experiências envolvendo seres humanos e animais.



### Sombra

**Autor: Michael Morpurgo**

Este livro, de um dos maiores autores norte-americanos de literatura infanto-juvenil, Michael Morpurgo, de quem Steven Spielberg filmou Cavalo de Guerra, começa cheio de paz num lar inglês, com o plantio de uma árvore e um céu estrelado. Mas de repente as emoções explodem e somos jogados no conflituoso Afeganistão, acompanhando a fuga desesperada de uma família.



### Diga o Nome Dela

**Autor: Francisco Goldman**

Em 2005, o escritor e professor norte-americano Francisco Goldman se casou com Aura Estrada. Pouco antes de o casamento completar dois anos, durante as férias numa praia do México, Aura quebrou o pescoço após ser tragada por uma onda. Sentindo-se culpado, Francisco entregou-se ao desespero. Passava os dias sem rumo, bebendo e flertando com a catatonia, a depressão, o suicídio. Para vencer a crise, escreveu Diga o Nome Dela, um romance sobre o amor e a dor da perda.



# Aconteceu

## Cantor Tonanni lança CD no Paineiras

No dia 21 de maio, o Clube recebeu o cantor Tonanni que fez a estreia do seu show "Piano Pop", com releituras em piano e voz de clássicos da música Pop nacional e internacional. Além do show, o artista também realizou o lançamento de seu segundo álbum pela Sony Music/OH Records.

O evento foi um sucesso e reuniu dezenas de paineirenses que se emocionaram com as interpretações do artista.



## Alunas aprovadas em exame da Royal Academy of Dance são premiadas

As alunas do curso de Ballet Clássico, ministrado pelo professor Bruno Cayses, aprovadas no exame da Royal Academy of Dance, uma das maiores instituições de exames da modalidade no mundo, receberam medalhas de graduação do método Royal Ballet.

Os exames foram realizados na academia Ilara Lopes, credenciada da Royal Academy no Brasil, e a cerimônia de entrega das medalhas aconteceu no Paineiras no dia 13 de junho, antes da apresentação do Espetáculo de Dança Moderna e Contemporânea com a participação do Grupo de Dança Moderna do Clube Paineiras e da Cia Danças Claudia de Souza.

A entrega das medalhas foi feita pelo Presidente do Clube Paineiras do Morumby, Sr. Sergio Henri Stauffenegger e pelo Diretor Executivo, Dr. Luiz Antônio Dias Martins de Oliveira. Parabenizamos também as alunas Victória Teixeira, Dunia Curi, Ana Luiza Sellos, Lorena Sallowitz, Camila Felizzola, Helena Varella, Luisa Sturlini e Sofia Sturlini, que não puderam comparecer, o professor Bruno Cayses, pelo trabalho desenvolvido e os pais, pelo incentivo dado à formação das alunas!

### Grade II

Luisa Sturlini  
Sofia Sturlini  
Sophia Sano

### Grade IV

Ana Clara Saraiva  
Caroline Akemi  
Marina Falleiros  
Victoria Nour



Da esquerda para a direita: Bruno Cayses, Dr. Luiz Antônio Dias Martins de Oliveira, Ana Clara Girardi Saraiva, Caroline Akemi Soares Iizuka, Marina Falleiros Lauria, Sophia Santos Sano, Victoria V. Abdel Nour R. Costa e Sr. Sergio Henri Stauffenegger

## Espetáculo de Dança Moderna e Contemporânea

No dia 13 de junho, o Grupo de Dança Moderna do Clube Paineiras, sob direção de Reinaldo Soares, apresentou "Wasabi". A coreografia teve como objetivo explorar o universo da Dança Moderna, contando através do corpo de cada intérprete a força e o poder da mulher oriental.

Já a Cia. Danças Claudia de Souza, sob direção de Claudia de Souza, apresentou "Roda de Pólvora", o mais recente trabalho da companhia, mergulhado no ambiente das sensações e experiências dos rituais das religiões afro-brasileiras.

O espetáculo emocionou todos que vieram prestigiar!



Grupo de Dança Moderna do Clube Paineiras – Espetáculo "Wasabi"



Cia. Danças Claudia de Souza – Espetáculo "Roda de Pólvora"

## Workshop de Ballet Clássico no Paineiras com Toshie Kobayashi

O Clube recebeu a bailarina, coreógrafa, diretora e jurada de festivais nacionais e internacionais, Toshie Kobayashi! No dia 13 de junho, a premiada bailarina ministrou um Workshop de Ballet e compartilhou suas experiências e o vasto conhecimento que possui na área.



INSCRIÇÕES  
A PARTIR DE  
13 DE JULHO

# Ballet Art



## Estudo e Montagem do Musical: "A Noviça Rebelde"

A escola Ballet Art apresenta o curso de estudo e montagem de Teatro Musical, e convida os associados para participarem da montagem do musical "A Noviça Rebelde" (*The Sound of Music*) no Clube Paineiras.

Durante o curso, o aluno irá vivenciar a criação do personagem, estudo das músicas, coreografias e cenas deste musical nas aulas de canto, dança e interpretação que resultará em uma apresentação final aos associados. O curso será ministrado pelos professores: Marietta Guedes Piráquine, Renato Mila; maestro Jorge de Godoy e Flavia Libonati, como coaching de coro.

### Marietta Piráquine

Soprano Ítalo-Brasileira, iniciou seus estudos de canto com Terezinha Pereira, estudou com Lailah Farah e com a polonesa Krystyna Kasperowicz. Cantou na Sala São Paulo sob a regência do maestro João Carlos Martins, em 2013. Teve o papel principal como Treemonisha, em 2014. Hoje está sob os cuidados de Chico Campos, Ricardo Ballester, Nicolau de Figueredo e Felipe Balieiro. Formada em Ballet Clássico, Flamenco, Jazz e Sapateado Americano pela escola Ballet Art e formação em teatro musical pela Casa de Artes Operária.

### Jorge de Godoy

Bacharel em Regência pela UNESP, estudou com Abel Rocha e Lutero Rodrigues. Foi Regente pianista e assistente de

direção musical do espetáculo "Menino Maluquinho"; assistente de direção musical e pianista do espetáculo "Nas Alturas" (*In The Heights*); regente assistente da Orquestra Oficina de Concerto (Jundiaí); pianista ensaiador do musical "Crazy For You" e pianista do espetáculo "Ponto de Bala!", de Daniel Salve. Participou de master classes de canto coral com Henry Leck e jazz com Dr. Tim Brimmer, além de festivais em regência orquestral com os Maestros Abel Rocha, Daisuke Soga, Osvaldo Ferreira, Neil Thomson e Cláudio Cruz.

### Renato Milan

Participou de montagens do Grupo Teatral Charles Chaplin, em Andradadas – MG. Entre elas, destacam-se as peças "Carentes Modernos", "Chuchu Roxo em Tacho Sujo" e "Entre a Boca e o Silêncio – Poesia e Arte Dramática". Em São Paulo, formou-se em Teatro pela Universidade Anhembi Morumbi, fez cursos de performance para Teatro Musical na Casa de Artes Operária. Atuou na peça "Orgulho e Preconceito", do Grupo Fora de Foco, com direção de Rafael Leandro. Foi dirigido também por Paulo Marcos, Guilherme Sant'Anna, Simoni Boer e Renata Zhaneta. Recentemente, esteve em cartaz com o musical "Eu Vou Tirar Você Desse Lugar – As canções de Odair José" nas cidades de São Paulo e Rio de Janeiro, com direção de Sérgio Maggio. Trabalha, atualmente, fazendo eventos como ator/cantor e apresentador e como professor de Teatro na Escola Ballet Art.



### Serviço:

**Realização:** Ballet Art.

**Horário:** segundas e quartas das 19h30 às 22h.

**Duração:** de agosto a dezembro de 2015.

**Público-alvo:** crianças, adolescentes e adultos.

**Valor mensal:** R\$ 400,00.

**Local:** Clube Paineiras do Morumbi.

**Mínimo de 20 alunos para a realização do curso.**

**\*Informações e inscrições:** no Estande de Vendas a partir de 13 de julho.



VAGAS  
LIMITADAS

Vem aí

# Master Class de Dança Paineiras do Morumbi

Direção artística: Fernanda Chamma

De 20 a 24 de julho – Aulas à tarde e à noite

No mês de férias, o Paineiras traz uma nova proposta de dança, movimento e entretenimento: o "Master Class de Dança Paineiras do Morumbi".

Aproveite o mês de julho para conhecer as novas tendências de dança, sucesso em todo o mundo, com renomados professores da área. Seguindo o formato das academias de Nova Iorque, durante uma semana, aulas de diversos ritmos e novas técnicas serão ministradas, com pacotes de 1, 5 ou 8 aulas.

Você compra seus créditos e escolhe em quais aulas quer utilizá-los. O que há de mais moderno diretamente de Manhattan para o Clube Paineiras!

Não perca!!!

## Confira a programação de aulas:

**Pilates Dance:** aula exclusiva que combina exercícios do método Pilates e Dança. Trabalha o alongamento, ritmo e coordenação. Excelente para pessoas que trabalham o corpo.

**Aero jazz:** aula coreografada com movimentos básicos do Jazz Dance, trabalho de frequência cardíaca, rítmica e de queima calórica intensa.

**Chair Dance:** performance de dança feita com o auxílio de cadeiras. Além da sensualidade, trabalha-se a postura, o condicionamento físico, a flexibilidade e a consciência corporal. Indispensável trazer salto alto para a aula!

**Jazz Dance:** aula exclusiva de Jazz seguindo a linha de trabalho técnico e coreográfico americano. Indicada para pessoas que trabalham com dança.

**Ritmos:** aula coreografada envolvendo diversos ritmos, dos latinos ao pop music. Trabalha coordenação, frequência cardíaca, rítmica e queima calórica.

**Vídeo Clip:** aula exclusiva onde serão remontados trechos de clipes famosos da atualidade de cantoras como Rihanna, Beyoncé e outras. Lançamento!

**Xtend Barre:** bem-sucedida união entre Ballet e Pilates, o Xtend Barre Workout é uma aula que consegue trabalhar o corpo todo de forma proporcional como nenhuma outra técnica é capaz. Os movimentos do Ballet unidos aos princípios do Pilates formam uma combinação sem precedentes capaz de deixar qualquer corpo longilíneo e saudável.

Compra de aulas: 1, 5 ou 8 aulas de acordo com os valores abaixo:

### Valores:

1 aula – R\$ 65,00

5 aulas – R\$ 250,00

8 aulas – R\$ 320,00

**\*Vendas e mais informações no Estande de Vendas.**



# Anuario Latinoamericano

## Clube Paineiras recebe exposição e apresentação do 18º Anuario Latinoamericano de Las Artes Plasticas

De 4 a 11 de agosto, no Saguão Social, das 9h às 22h

Entre os dias 4 e 11 de agosto, o Paineiras será sede da exposição e apresentação do 18º Anuario Latinoamericano de Las Artes Plasticas. O anuário é uma publicação independente que funciona como uma galeria gráfica e tem a finalidade de divulgar o trabalho dos artistas latino-americanos tanto nos países de origem quanto em outros centros de arte.

Na década de oitenta, um grupo de admiradores e colecionadores de arte na Argentina idealizou uma revista para divulgar o trabalho dos artistas plásticos dos países latino-americanos. Com a grande aceitação, tanto por parte dos artistas como do público, depois de algumas edições a revista transformou-se em livro! Assim nasceu o Anuario Latinoamericano de Las Artes Plasticas. Em 1993, os diretores do Anuario vislumbraram a necessidade de aumentar a divulgação dos trabalhos e passaram a realizar exposições itinerantes nos países envolvidos e também nos Estados Unidos e Europa.

Mais de 250 artistas brasileiros, entre eles Aldemir Martins, Mabe, Maria Bonomi, Tomie Ohtake, Antonio Henrique Amaral, Gustavo Rosa, Thomaz Ianelli, Fang, Peticov, Renina Katz, Italo Cencini, Elvio Becheroni, Barsoti, Chico Stockinger, Toyota, Inos Corradin, Carlos Scliar e Wakabayshi já foram catalogados no Anuário, assim como artistas importantes de outros países.

Este ano, no 18º livro, estão catalogados artistas de 8 países latinos, incluindo obras de artistas brasileiros como:



Skate  
Sandro Corradin

### Sandro Corradin

“Uma pintura lúdica de um cromatismo feliz e vibrante, numa temática essencial”, Gigi Errini, Itália-II Giorno.

“Sandro Corradin, de rara qualidade estética, de espaços vazios e admirável pela fantasia e apuro técnico de suas formas, de um cromatismo vigoroso e uniforme. Pintura jovem, muito pura e profunda, de significado próprio em sua autêntica espontaneidade”, Wilson Rocha.

Equilibrista  
Inos Corradin



### Inos Corradin

Com mais de 400 exposições nacionais e internacionais, recebeu ótimas avaliações de grandes críticos internacionais. Inos Corradin conquistou, nos 60 anos de arte, um lugar definitivo entre os mais expressivos pintores. Suas obras coloridas e bem resolvidas encantam a todos.

### Olimpio Franco

Olimpio Franco, através de suas técnicas, denomina-se multifacetado, porque faz de tudo. Utiliza diversas técnicas e seus trabalhos podem ser em técnica mista, óleo ou acrílico sobre tela e a técnica de “Assemblage”. Artista premiado em diversos países onde expôs suas obras.



Reflexo  
Olimpio Franco

### Marilzes Petroni

Em 40 anos de arte, Marilzes Petroni, artista plástica contemporânea, expôs suas obras em países como Estados Unidos, França, Holanda, Espanha, Portugal, Argentina, Uruguai, Chile e México. Realizou exposições individuais e também participou em mais de 150 exposições coletivas em diversos estados do Brasil.



Voo da Imaginação  
Marilzes Petroni

Paineiras apresenta:

# Cisne Negro

Cia. de Dança



**15 de agosto, sábado, às 20h, no Salão Nobre**

No dia 15 de agosto, sábado, às 20h a Cisne Negro Cia. de Dança realizará uma apresentação emocionante no Salão Nobre do Paineiras. Em seus quase 40 anos de existência, a Cisne Negro já foi assistida por um público superior a 2,5 milhões de pessoas, em aproximadamente 17 diferentes países, passando por mais de 400 cidades, num total de cerca de 4.000 apresentações!

Com direção artística de Hulda Bittencourt, é considerada uma das melhores companhias contemporâneas do país. Dentro da filosofia da Cisne Negro Cia. de Dança encontram-se a originalidade, a tradição e a preocupação de formar novas plateias, buscando públicos capazes de apreciar a inovação e a beleza. Os trabalhos da companhia se inserem dentro do panorama contemporâneo da dança ocidental e, conseqüentemente, desde o início trabalha com coreógrafos inovadores e jovens. Você não pode perder este espetáculo!

**Serviço:**

**Data:** 15 de agosto, sábado

**Horário:** 20h

**Local:** Salão Nobre

**ENTRADA FRANCA**

## Workshop de Expressão Corporal

A Cisne Negro Cia. de Dança vem ao Paineiras para ministrar um Workshop de Expressão Corporal, no dia 15 de agosto, sábado, das 15h às 16h30, no Cineteatro. Serão abordadas as possibilidades, as dificuldades, as conquistas, a disciplina, o prazer, a linguagem do corpo e o trabalho em equipe no dia a dia das pessoas. Todos os participantes e ouvintes que fizerem o Workshop poderão assistir, no mesmo dia, a aula/aquecimento da Cia. de Dança e a participar de um bate papo com o elenco e direção. Imperdível!

**Serviço**

**Data:** 15 de agosto, sábado

**Horário:** 15h às 16h30

**Local:** Cineteatro

**Valores:** participantes R\$ 50,00 / ouvintes: R\$ 30,00

**Vendas:** Estande de vendas a partir de 15 de julho

**VAGAS LIMITADAS**



# Noite do Queijo e Vinho

18 de Julho, sábado, a partir das 21h30, no Piano Bar

No dia 18 de julho, sábado, às 21h30, acontece mais uma edição da tradicional Noite do Queijo e Vinho! Este é o programa perfeito para aquecer o inverno dos paineirenses que poderão aproveitar ao máximo todo o charme e requinte desta estação.

Uma grande variedade de queijos nobres, saborosos caldos, frios e vinhos são a combinação ideal para tornar a sua noite inesquecível e especial. Reúna a família e amigos e venha se deliciar e se divertir!

## Buffet de queijos nobres, frios e caldos

- \* Queijo gruyere
- \* Queijo parmesão scala
- \* Queijo gouda
- \* Queijo provolone
- \* Queijo brie
- \* Queijo trança de mussarela
- \* Salame italiano
- \* Salame hamburguês
- \* Copa
- \* Salsichão
- \* Rosbife artesanal
- \* Mini cumбуquinha de polenta italiana
- \* Sopa de cebola gratin
- \* Creme de mandioquinha
- \* Antepastos
- \* Brusqueta
- \* Seleção de pães
- \* Vinhos e sobremesas à la carte

## Serviço:

- \* Ingressos: R\$ 55,00 por pessoa.
- \* Faixa etária: a partir de 18 anos.
- \* Venda no Estande de Vendas até o dia 18/07 ou término dos ingressos.





# Construímos Sorrisos!



**H**á duas gerações o Instituto Contatore vem tratando com sucesso a saúde bucal das famílias paulistas. 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 periodonticos, 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*

- Somos Sociais:



site - [www.odontologiacontatore.com.br](http://www.odontologiacontatore.com.br)

# Karaoke Paineiras

Quem canta os males espanta!

Às quintas-feiras, a partir das 20h, no Piano Bar



Reúna os amigos e venha se divertir no Karaoke Paineiras, em um ambiente aconchegante e intimista. Você vai soltar a voz, saborear deliciosos petiscos e aproveitar para liberar o estresse do dia a dia. Não importa o ritmo, a afinação, se a canção é nacional ou internacional, se é MPB, rock ou pagode, o im-

portante é se divertir! Chame seus amigos e venha curtir uma noite mega animada no Paineiras. **Traje:** Não é permitida a entrada de pessoas sem camisa ou trajando regata, bermuda, shorts e chinelos. **Idade:** A partir de 16 anos, desde que acompanhados por responsável.



## Reforma no Cineteatro

Durante o mês de julho, o Cineteatro Paineiras estará em obras para melhoria de suas instalações técnicas, elétrica e iluminação, podendo assim, melhor atender a todos os nossos associados. Por este motivo, não haverá programação de Filmes para Jovens e Adultos e Kids. Contamos com a compreensão e colaboração de todos e em breve retornaremos com a nossa programação normal.





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

8 de agosto

## Peacemakers Rock Band

O grupo, formado por Claudia Pimentel (baixo, vocal), Dario Machado (vocal e percussão), Edgar Luiz Chaves (guitarra, vocal), Fernando Espósito (bateria) e Tom Vidal (guitarra e teclado), volta ao Clube trazendo o melhor do rock'n roll!

A banda traz no repertório músicas nacionais e internacionais, de épocas e momentos que marcaram nossas vidas! Com nova formação, a Peacemakers chega com uma trilha de sucessos de Chuck Berry, Stones, Creedence Clearwater Revival, Iron Maiden, Pearl Jam, Whitesnake, Skank, Barão Vermelho e muito mais.

Não perca!



### 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 no Departamento Sociocultural ou pelo telefone: 3779-2052. Segunda e sábado – 8h30 às 16h / terça a sexta – 8h30 às 17h30. \*As reservas de lugares serão mantidas até às 21h30, após este horário serão liberadas.



AMBIENTE  
IDEAL PARA:  
Exposições  
Coquetéis  
Recepções

## SAGUÃO SOCIAL

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



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

SÃO PAULO  
Center



Almoço

Especial de

Dia dos Pais

Vendas de 10 de julho a 07 de agosto no Estande de Vendas. Após esta data somente no Rofer (3779-2124).

**9 de agosto, domingo, a partir das 12h, no Salão Nobre**

O segundo domingo de agosto é sempre muito especial, nesta data celebra-se o Dia dos Pais! Para comorar em grande estilo, o Paineiras promove um almoço com um cardápio caprichado que com certeza irá agradar pais, filhos e toda a família.

Você sabia que o Dia dos Pais foi festejado pela primeira vez em 1910, nos Estados Unidos e de lá a tradição se difundiu para o mundo todo? Em cada país, a data é comemorada em um mês diferente. Na Inglaterra e na Argentina, por exemplo, comemora-se em junho, já na Itália e em Portugal as homenagens acontecem em março.

Curiosidades à parte, o importante mesmo é saber que Dia dos Pais é todo dia e não precisa ser restrito apenas ao pai no sentido literal. Pai é aquele que nos ama, que cuida, dá atenção e apoio em todas as fases de nossa vida. Por isso, muitas vezes a figura paterna encontra-se em nossos avós, tios, padrastos...

Venha celebrar conosco e aproveite ao máximo uma tarde super especial ao lado de toda a família!

#### Cardápio:

- \* Arroz de bacalhau
- \* Medalhão de filet ao molho mont blanc
- \* Paella Valenciana
- \* Abadejo à Barcelona
- \* Leitão à pururuca
- \* Lasanha vegetariana
- \* Peito de chester recheado ao molho jabuticaba
- \* Ravioli de zucca com gorgonzola
- \* Espaguete à la Traviata
- \* Penne ao molho de cogumelos
- \* Batatas coradas
- \* 18 tipos de saladas
- \* Sushi
- \* Tábua de queijos e embutidos

**Valor por pessoa: R\$ 56,00.**

**Sobremesas e bebidas serão cobradas à parte.**



# Programe-se

Anote na agenda! Dia 19 de setembro, sábado, tem show do Sambô no Paineiras.



O grupo inova o cenário musical com um estilo que faz de cada apresentação uma grande festa, marcada pelo carisma dos integrantes, alegria, irreverência e muito samba no pé. Assim como as cores primárias funcionam bem em conjunto ou justapostas, dando origem a novos tons, novas cores, o grupo

acredita na fusão de diferentes estilos musicais e cria a sua identidade com a mistura do rock, samba, MPB, reggae, pop, baião, com uma sonoridade que vem colorindo o Brasil afora.

**Data: 19 de setembro, sábado.**



## Max de Castro e Wilson Simoninha apresentam: "O Baile do Simonal"

"O Baile do Simonal" é mais que uma homenagem, é uma celebração à alegria e ao suingue! O show, concebido e produzido por Max de Castro e Wilson Simoninha, filhos de Simonal, tem o repertório composto por sucessos gravados pelo cantor nos anos 60, começo dos 70. Músicas como "Mãe Passou Açúcar em Mim", "País Tropical" e "Balanço Zona Sul" e muitos outros hits fazem todos cantarem e dançarem. Os paineirenses não podem ficar de fora desse show que tem conquistado a cada dia mais adeptos. Aguarde!

**Data: 23 de outubro, sexta-feira.**



# KIDS

## SEARTI

Horário de funcionamento:

**Segunda a sexta-feira:**

**Das 8h30 às 17h50**

**Sábados:**

**Das 8h30 às 16h50**

**Domingos e feriados:**

**Fechado**

O mês das férias chegou e a programação do Setor de Educação Artística – SEARTI está especial! Aqui a garotada solta a imaginação e cria os próprios brinquedos a partir de materiais recicláveis. É diversão e educação em um só lugar. Traga seu filho para participar!

**Confira a programação do mês de julho:**

Data	Atividades
01-02	Confecção de cedro
03-04	Agarradinho
06-07	Sucata livre
08-09	Carteira
10-11	Mobile de urso
12-13	Dedoche da Pedrita e Bambam
15-16	Prendedor de cortina
17-18	Trenzinho
20-21	Confecção de coroa
22-23	Atividade com bola de isopor
24-25	Confecção de carro
27-28	Boneco de porta
29-30	Confecção de cofre
31	Jogo de chá

## Brinquedoteca

Horário de funcionamento:

**Segunda a sexta-feira:**

**Das 9h às 19h50**

**Sábados:**

**Das 9h às 17h50**

**Domingos e feriados:**

**Das 9h às 16h50**

A Brinquedoteca é o lugar onde a criançada manda! Aqui eles podem escolher o brinquedo, a brincadeira e a duração, participando de diversas atividades que além de divertir, educam e contribuem para o desenvolvimento da criança.

### Circuito de Brincadeiras

**Todas as quartas-feiras, às 16h**

As férias estão só começando e a diversão aqui no Paineiras é garantida com atividades que irão entreter e alegrar a garotada! No Circuito de Brincadeiras, as crianças são estimuladas a participar de atividades em grupo que incentivam o trabalho em equipe e o aprendizado.

**Programação Circuito de Brincadeiras:**

Data	Atividades
01	Corrida da fofoca, Instinto e O rio está fundo
08	O gatinho quer um cantinho, Que animal eu sou? e Manduca manda
15	O circo pegou fogo, Em que mão está e Corrida do varal
22	Cientistas malucos
29	Cesta de frutas, Elefante colorido e Sigam-me

### Hora do Conto:

**A atividade acontece nas quintas-feiras, dias 2, 16, 23 e 30 de julho, às 11h e às 16h, na Brinquedoteca.**

A Hora do Conto é uma forma mais descontraída de incentivar a garotada a desenvolver o saudável hábito da leitura. São histórias divertidas que atraem os pequenos para o universo da literatura. Estimule seu filho, traga ele para o Paineiras!



# OBJETIVO

## Vestibulares



**MATRÍCULAS ABERTAS**

**SEMI DE AGOSTO**

**2015**



**CONCURSO  
DE BOLSAS**

**AGENDE O MELHOR  
HORÁRIO PARA VOCÊ**

**SHOPPING BUTANTÃ: AV. PROF. FCO. MORATO, 2718 - G2 FONES: 3721-1160**

**SHOPPING INTERLAGOS: AV. INTERLAGOS, 2255 (PISO BOLICHE) FONES: 3471-8909**

## Aniversário da Brinquedoteca

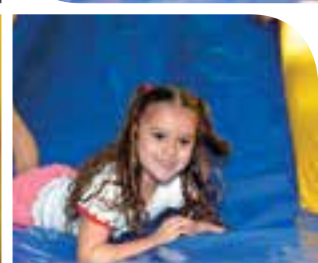
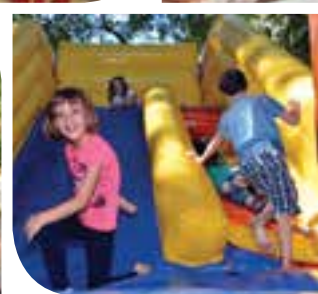
**Em junho, a Brinquedoteca completou 17 anos e a criançada fez a festa.**

Para comemorar o 17º aniversário da Brinquedoteca o Paineiras programou diversas atividades e brincadeiras! No dia 12 de junho, Zarvos, o Rei da Massinha, veio ao Clube e fez a alegria da criançada com o Festival Planetário da Massinha. A garotada de 2 a 12 anos literalmente colocou a mão na massa e participou de uma aula de artes plásticas, modelagens e moldagens.

Durante a semana as crianças foram fotografadas e as fotos, montadas como móveis, decoraram a brinquedoteca para o evento. Depois da festa os pequenos levaram suas fotos para casa. A galerinha também se divertiu à beça com uma peça de teatro de fantoches produzida pelo grupo Tutti Hortelã Frutti.

Confira as fotos dessa festa!





# Bem-Estar

## Paineirenses no 3º Qualivida

O Clube Paineiras sempre oferece as melhores alternativas para o associado conquistar uma melhor qualidade de vida. Preocupado com o bem-estar e saúde de todos, o Departamento Médico organizou a terceira edição do Qualivida. O evento tem por finalidade orientar os paineirenses quanto à necessidade de prevenção de doenças através da avaliação de parâmetros médicos e prática de exercícios físicos. No dia 30 de maio, mais de 300 associados compareceram ao Saguão Social para participarem do Circuito de saúde oferecido no evento. Eles puderam averiguar o IMC, realizaram o teste de glicemia, receberam orientações nutricionais, oftalmológicas e odontológicas e puderam relaxar com as massagens.

O Clube Paineiras agradece aos parceiros que possibilitaram este evento: Hospital Cema, Fresh-Spa, Cristiano Leão (quiropraxista) e odontologia Casanova (avaliação odontológica). Também agradecemos o empenho do Diretor Executivo Dr. Luiz Antônio Dias Martins de Oliveira e do Diretor do Centro Médico, Dr. João Roberto Alboleda pela dedicação e preocupação com a saúde dos paineirenses.

Confira alguns momentos desse agradável dia!

**Atenção!**  
Em situação de emergência, por favor acionar o Centro Médico através do ramal interno (123).



O **GRUPO GR** tem mais de 23 anos de experiência em Segurança e Serviços.



O **GRUPO GR**, fundado em 1992 é referência nacional na prestação de serviços de vigilância, portaria, controle de acesso, segurança eletrônica e recepção para mais de 1.100 clientes em 17 estados.

Conte com nossa experiência e qualidade em mais de 23 anos de mercado.

Segurança é coisa séria. Escolha uma boa solução. Escolha o **GRUPO GR**.



Segurança Patrimonial



Segurança Eletrônica



Portaria e Controle de Acesso



Recepção



Segurança e Serviços

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



500.000

Vidas



12.000

Colaboradores



250

Veículos



500

Empresas



500

Cond. Residenciais



100

Cond. Comerciais

# Nado Sincronizado

## 2º Torneio de Figuras

No dia 30 de maio, no Clube Paineiras do Morumbi, aconteceu o 2º Torneio de Figuras de nado sincronizado do ano de 2015, promovido pela FAP – Federação Aquática Paulista. O torneio contou com a participação de todas as categorias, divididas em: principiantes, infantil, juvenil e junior. O Paineiras manteve sua participação expressiva tanto em número de atletas como em bons resultados. A competição Primeiros Passos avalia de forma individual a técnica de cada atleta, através da prova de figuras, que são movimentos pré-estabelecidos pela regra da FINA. Nesta etapa não é avaliada nenhuma prova de coreografia.



Da esquerda para a direita em cima: Marina Bauer, Giulia Chiarello, Celina Rangel, Gabriela Duarte e Laura Chardulo. No centro: Carolina Rossi e Gabriela Garcia.

Confira abaixo as conquistas das atletas paineirenses.

### Infantil Principiante:

- 1º lugar – Andrezza Pachelli
- 2º lugar – Giulliana Pachelli
- 3º lugar – Gabriela Di Fiori

### Categoria Infantil:

- 3º lugar – Gabriela Rogê Duarte
- 4º lugar – Celina Tieme Seabra Rangel
- 5º lugar – Laura Komatsu Chardulo
- 7º lugar – Gabriela Geraldi Garcia
- 8º lugar – Carolina Oshiro Rossi
- 9º lugar – Marina Dudorenko Bauer
- 10º lugar – Giulia Chiariello
- 11º lugar – Mariana Pinheiro Endo

### Categoria Juvenil:

- 1º lugar – Caterina Brunetti Trofa
- 2º lugar – Vitoria Cloretti Casale
- 3º lugar – Clara Noriega
- 4º lugar – Isadora Serafini
- 5º lugar – Vitoria Serafini

6º lugar – Isabella Rigby

7º lugar – Victoria Hernandez Gomes

8º lugar – Rafaela Geraldi Garcia

12º lugar – Julia da Silveria

14º lugar – Bruna Faria Santos

15º lugar – Beatriz Oshiro Rossi

### Categoria Junior:

- 1º lugar – Mariana Giorgi
- 2º lugar – Monique Rupitsch
- 3º lugar – Victoria Mussa
- 4º lugar – Caterina Trofa
- 5º lugar – Camilla Trofa
- 6º lugar – Vitoria Casale
- 7º lugar – Isabella Rigby
- 8º lugar – Vitoria Serafini
- 9º lugar – Isadora Serafini

A atleta Rebecca Nogueira participou como pré-competidora na categoria junior. Parabéns, meninas!



Gabriela Di Fiori, Andrezza Pachelli e Giulliana Pachelli

## Seleção Brasileira de Nado Sincronizado rumo à Toronto

A Seleção Brasileira de nado sincronizado, que disputará o Pan-Americano de Toronto (Canadá) em agosto, foi definida no dia 3 de junho. O Nado Sincronizado conta com 13 atletas na Seleção permanente, mas nos Jogos Pan-Americanos, assim como nas Olimpíadas, serão realizadas somente provas de dueto e equipe. Duas atletas paineirenses estão entre as convocadas: **Lara Teixeira** e **Sabrina Lowy**. As brasileiras embarcam em junho para Montreal (Canadá) para a realização de um training camp e aclimação. As provas acontecem dia 9 de julho nas rotinas técnicas e dia 11 de julho nas apresentações livres, mesma data das premiações.



Shirlei Montanari, Sabrina Lowy e Andréia Curi



## Campeonato Paulista de Rotinas 2015

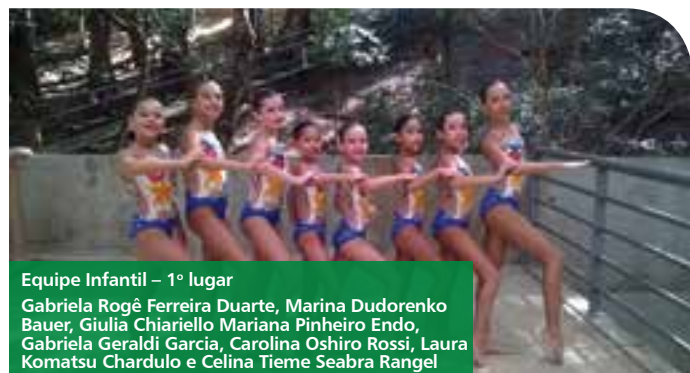
Aconteceu, no último dia 14 de junho, no Clube Paineiras do Morumbi, o Campeonato Paulista de Rotinas de nado sincronizado do ano de 2015 promovido pela FAP – Federação Aquática Paulista. O evento contou com a participação de todas as categorias, divididas entre Principiantes, Infantil, Juvenil e Junior. O Paineiras mostrou toda sua força e tradição, encantando o público com lindas e criativas coreografias, fazendo nossas atletas atingirem com grande graça e beleza as primeiras colocações nesta competição.

Durante o Campeonato Paulista de Rotinas, o dueto Campeão Sul-Americano (Sofia Costa e Mariana Giorgi) fez uma apresentação ao público presente, sob muitos aplausos.

**Confira abaixo os resultados:**



Equipe Infantil Principiante – 1º lugar  
 Andrezza Pachelli, Maite Manhas Vieira, Gabriela Di Fiori, Maria Manuela C. S. Fernandes e Giulliana Pachelli



Equipe Infantil – 1º lugar  
 Gabriela Rogê Ferreira Duarte, Marina Dudorenko Bauer, Giulia Chiariello Mariana Pinheiro Endo, Gabriela Geraldí García, Carolina Oshiro Rossi, Laura Komatsu Chardulo e Celina Tieme Seabra Rangel



Solo Infantil Principiante – 1º lugar  
 Gabriela Di Fiori L. Costa



Dueto Juvenil – 2º lugar  
 Julia Torres da Silveria e Beatriz Oshiro Rossi



Equipe Juvenil – 1º lugar  
 Vitoria Nascimento Serafini, Vitoria Cloretti Casale, Isadora Nascimento Serafini, Luana Canto C. Pereira, Isabella Bezerra Rigby, Victoria Hernandez Gomes, Rafaela Geraldí García, Caterina Brunetti Trofa e Clara Urrutia Noriega



Dueto Infantil Principiante  
 Andrezza Pachelli e Giulliana Pachelli



Equipe Junior – 1º lugar  
 Sofia Franco Costa, Camilla Brunetti Trofa, Rafaela Santos Costa, Rebecca Nogueira, Victoria C. A. Mussa, Monique L. Rupitsch, Mariana Tucker Giorgi e Vitoria Nascimento Serafini



Dueto Campeão Sul-Americano,  
 Sofia Costa e Mariana Giorgi

## Paineiras presta homenagem às atletas campeãs Sul-Americanas de Nado Sincronizado

O Clube, no dia 20 de maio, através de seu Departamento de Esportes e sua Diretoria, fez uma homenagem especial para todas as atletas paineirenses e técnicos de nado sincronizado que disputaram e representaram o Brasil nos Jogos Sul-Americanos sediados em Lima, Peru. A disputa aconteceu em abril, tanto na categoria junior, representada pelas atletas **Sofia Franco Costa, Mariana Giorgi, Rafaela Costa, Rebecca Nogueira e Victoria Mussa**, tendo como técnica **Priscila Pedron**, como na categoria juvenil com **Vitoria Casale, Isadora Nascimento Serafini, Clara Noriega e Caterina Trofa** com a técnica **Marcela Takami**, sagraram-se campeãs em todas as provas disputadas (solo, duetos e equipe livre e combinada) e mantiveram a hegemonia do Brasil nestas provas.

Foi um bate-papo muito descontraído no Piano Bar, onde nossas atletas e técnicas compartilharam suas experiências de treinamento e competição para todos os pais e atletas que compõem nossa equipe competitiva, além de fazermos a devida e merecida homenagem às conquistas deste grupo que participou dos Jogos. A troca de experiências entre atletas acaba motivando, principalmente as atletas das categorias de base, a buscarem performance tão importante como estas em seu futuro esportivo.

Nesta mesma ocasião, a nutricionista do setor competitivo, Kerolyn de Souza Valente compartilhou com atletas e pais, de uma maneira bastante elucidativa e didática, um programa de nutrição geral que auxilia os atletas em suas refeições antes, durante e pós treino, assim como dicas de hidratação, possibilidades de cardápios, suplementação, enfim, tudo que permeia o assunto "nutrição esportiva" que, quando bem orientada e aplicada, auxilia de maneira singular no rendimento esportivo dos atletas.



# Judô

## Paineiras na seletiva nacional dos Jogos Universitários

No dia 15 de maio, aconteceu a Seletiva para definir os atletas do Judô na Universidade Gwangju 2015. Os Jogos Mundiais Universitários acontecerão de 03 a 14 de julho, na cidade de Gwangju, na Coréia do Sul. As disputas da seletiva aconteceram no CEPEUSP na Cidade Universitária, na capital paulista. Cerca de 200 judocas de todo país disputaram a vaga.

Tivemos duas judocas paineirenses na disputa. Amanda Drezza estudante do Curso de Ed. Física da USP, ficou com o segundo lugar na categoria -63Kg. Maria Emilia de Cillo, estudante do curso de Ed.Física ficou com o terceiro lugar na categoria -52Kg. Nosso técnico Jairo Azevedo acompanhou as atletas na seletiva, ficou satisfeito com os resultados e destacou a excelente apresentação de Amanda Drezza. Parabéns às atletas!



## Troféu Brasil Interclubes

O maior Torneio de Clubes do Brasil foi oficialmente aberto no dia 13 de junho, na cidade de Taubaté. Participaram 412 judocas (256 homens e 156 mulheres) de 92 clubes, na disputa da 14ª edição do Troféu Brasil.

Seis judocas paineirenses disputaram o torneio: Amanda Drezza, Amanda Culato, Alana Uraguti, Maria Emilia de Cillo, Felipe Loverdos e Allan Eiji Kuwabara. Foram 18 lutas dos paineirenses com 10 vitórias. Os destaques foram os judocas Allan Kuwabara, que conquistou a medalha de bronze na categoria -60Kg, e Amanda Drezza, que ficou com o 5º lugar na categoria -63Kg.

Os técnicos ficaram satisfeitos com o resultado e destacaram o suporte da equipe multidisciplinar do Departamento de Esportes Competitivos. "O dia da competição de judô é longo, cansativo e muito tenso. Para conquistar uma medalha é necessário fazer de 4 a 7 lutas, então as ações do Psicólogo Arthur Ferraz para concentração dos judocas foram importantes para o resultado, assim como a alimentação nos intervalos das lutas, orientadas pela nutricionista Kerolyn Valente", menciona o Coordenador técnico Alexandre Lee.

Parabéns a todos!

APOIO AO  
ESPORTE  
COMPETITIVO

AGAXTUR  
ESPORTES

BEBIDA  
ESPORTIVA

G  
GATORADE

# Natação

## Bem-vindos Novos Atletas do Paineiras

A seleção deste ano, que busca os futuros campeões da natação do Clube no Setor Formativo, chegou ao fim. Foram 5 meses de planejamento, aulas, modificações e testes. Durante esse período, 101 atletas foram indicados pelos Professores do SEFFE e 43 foram selecionados para fazer parte do Competitivo. "Foi uma seleção muito interessante, pois realmente uniu o tra-

balho dos setores Competitivo e Formativo, fazendo da natação do Paineiras uma só, mais forte e unida", disse o Coordenador do Competitivo, Prof. Rogerio Mixirica Nocentini.

Fazem parte agora da natação competitiva do Clube Paineiras do Morumby, os seguintes alunos:

### Parabéns alunos do SEFFE

Amanda Abravanel Coimbra  
Ana Luiza Lima  
Anita Moreno  
Beatriz Lodder Oliveira  
Caio Scaldelai  
Camila Fernandes  
Catarina de Pinho  
Catharina C. Ferreira  
Cecília Milani Pontes  
Clara Blattn Rocha Papin  
Eduardo Pettinatti

Eduardo ScandiuZZi  
Felipe Betanis  
Felipe Lyra  
Gabriela Amorim  
Gabriela Menegassi Maia  
Giulia de Oliveira Carvalho  
Gustavo Dixo Scalón  
Helena Lopes  
Ingrid Neubauer  
Isabela Guimaro  
João Berardocco Aguiar

João Paulo A. B. Bicudo  
Julia Lindo  
Julia Marafeli  
Kaique Marques  
Luana Negrão  
Luana Tavares  
Lucas Rocha Polo  
Manuela Alvares  
Manuela Castro  
Marcela Di Fiori  
Maria Isabel P. Bermejo

Marina Godoy Postal  
Mirella M. Zanotta  
Matheus Chain  
Pedro Generalli  
Pedro Nicastrí  
Pedro Taveira Lyra  
Rafael Martins Monteiro  
Raphael Krykorka  
Stella Dini Rosa  
Thomas Augusto Simões  
Vitor Lindo

Parabéns a todos os alunos que se empenharam e aos professores que não mediram esforços para que o novo planejamento desse certo. Se você não foi selecionado, ou não conseguiu participar e está interessado em vir pa-

ra o Competitivo, vamos repetir o processo no segundo semestre. Portanto, venha para a natação, não falte, se empenhe. Quem sabe no final do ano seu nome não estará nesta lista?



### Campeonato Brasileiro Juvenil de Inverno

A equipe Juvenil do Paineiras desembarcou em Recife para a disputa do Campeonato Brasileiro Juvenil de Inverno. Participaram da competição 86 clubes e 477 atletas. O Paineiras foi representado por 10 atletas: Ana Clara Cervone, Bruna Viana, Fernanda Alves, Gabriel Menache, Luiz Clinco, Marcos Alvarez, Manuela Barres, Matheus Mota, Nicole

Marchioli e Paula Santos. Mesmo com 3 meninas doentes durante o Campeonato, o Paineiras conseguiu 24 finais, ou seja, 24 posições entre os 8 melhores do Brasil, sendo que todos os atletas do Clube nadaram pelo menos uma final. O destaque paineirense foi a nadadora Manuela Barres, que ficou com o 4º lugar na prova dos 200 costas.

## Paineiras no Kim Mollo

Atletas do Paineiras participaram da 15ª conquista consecutiva do troféu Kim Mollo pela 1ª região. Este é um Campeonato Paulista disputado pelas 8 regiões que compõem a natação do Estado de São Paulo. Este ano, o Paineiras cedeu 9 atletas para a seleção, além do treinador Prof. Regis Mencia e do Prof. Rogerio Mixirica Nocentini, que foi o coordenador da seleção. Ao todo, os atletas do Paineiras conquistaram 12 medalhas, sendo 4 de ouro, 4 de prata e 4 de bronze. Todos os nossos atletas trouxeram medalhas da competição, confira:

- Ana Clara Cervone** – 1 medalha de prata
- Beatriz Kamel** – 1 medalha de prata
- Brunno Suzuki** – 2 medalhas de ouro e 1 medalha de prata
- Eduardo Wehba** – 1 medalha de ouro
- Heitor Iwasaki** – 1 medalha de bronze
- Hiyan Kubagawa** – 1 medalha de bronze
- Julia Riccardi** – 1 medalha de ouro
- Lara Matuck** – 1 medalha de prata e 1 medalha de bronze
- Sofia Tudoras** – 1 medalha de bronze

Parabéns, paineirenses!



## Fernanda Pini é Bronze no Campeonato Brasileiro Junior

Fernanda Pini conquistou a medalha de bronze no Campeonato Brasileiro Junior e Senior de Natação que aconteceu na cidade de Brasília, entre os dias 29 de Abril e 02 de Maio. A medalha veio na prova dos 200m costas.

Parabéns, Fernanda!

## Festival Sudeste de Petiz de Inverno

Entre os dias 22 e 24 de maio, o Paineiras participou do Festival Sudeste de Natação Petiz, disputado na cidade de Belo Horizonte com um ótimo nível técnico.

A competição teve a participação das principais equipes da região Sudeste como: Pinheiros, Flamengo, Corinthians, Fluminense e Minas Tênis Clube.

O Paineiras compareceu ao Festival com 16 atletas, nadou 48 provas, sendo 6 de revezamento. O Clube conquistou 2 medalhas de prata, uma com Lucas Tudoras nos 100m costas e outra com Gabriel Torres no 100m peito. Os atletas paineirenses

pontuaram em 32 provas, ficando em 4º lugar. A equipe teve um índice de evolução de mais de 91%.

Nesta competição, houve uma disputa de troféu para o melhor desfile. Este ano, defendemos este título com o desfile da Liga da Justiça. Participaram da competição: Beatriz Schroeder Almeida, Diego Vandeveld Góes, Eduardo Coimbra Salim Webha, Felipe Menegassi, Gabriel Antonio Lemos Torres, Giulia Scheffel Piazza, Graziela Maradei Ayres, João Victor Pereira Morales, Laura Rosa Mendes, Lucas Tudoras, Pedro Bahij Vicintin Abud, Rainne Yuka Tada Dias, Ricardo Balduccini, Sofia Talerico Petrovic, Stephanie Balduccini e Theo Garcia Alloza.



# Natação Master

## Recorde Mundial reconhecido pela FINA

No dia 15 de março aconteceu um feito inédito na piscina do Paineiras, durante 1ª etapa do Circuito Master. Os nadadores paineirenses obtiveram um resultado extraordinário na categoria 280 dos 4x50 medley, ao concluírem a prova em 2:12:76!

Os atletas que bateram o recorde foram: José Orlando Loro, Carlos Orselli, Paulo Motta e Giorgy Pavetits. A FINA – Federação Internacional de Natação reconheceu o recorde, certificando o resultado. Nossos parabéns a todos os atletas e à Comissão Técnica pela conquista que entra agora na história do Clube!



## Campeonato Paulista Troféu Lincoln de Souza

O evento aconteceu no dia 17 de maio, em Santo André, e contou com a participação de 18 entidades somando um total de 230 atletas. Houve divisão de equipes em Universitário, A-10 (até 10 atletas inscritos), A-20 (até 20 atletas inscritos), A-30 (até 30 atletas inscritos) e Geral (acima de 30 atletas). Nos resultados houve quebra de recordes num total de 30, sendo 19 em provas individuais e 11 revezamentos.

### Classificação da Equipe por Pontos

**Categoria A-30:** Campeã (Até 30 Atletas Inscritos).  
**Geral:** 3º Lugar, Clube Paineiras do Morumby com 1476 pontos.

### QUADRO DE MEDALHAS

**Ouro:** 29  
**Prata:** 25  
**Bronze:** 7

### QUADRO DE RECORDES

**Sul-Americano:** 1  
**Paulista:** 4

### ATLETAS RECORDISTAS:

- Olivia de Thuin, categoria Pré-Master: supera recorde Sul Americano na prova 50 metros nado livre.
- Maria Stella D’Almeida, categoria 45: estabelece novo recorde Paulista nas provas 50 e 100 metros nado borboleta.
- Luiz Alfredo Mader, categoria 45: estabelece novo recorde Paulista na prova 50 metros nado peito.
- Equipe 240 Masculino com Jose Orlando Loro, Fernando Editore, Luiz Alfredo Mader e Alexandre Mitzkun – estabelece novo recorde Paulista na prova 4x50 metros nado livre.

### ATLETAS FINALISTAS (ATÉ 8º LUGAR):

- Patrícia Cabral – 1º lugar 200 medley, 3º lugar 50 peito, 2º lugar 100 peito, 2º lugar 4x50 livre.
- Nadir Taubert – 1º lugar 200 medley, 1º lugar 50 peito, 1º lugar 100 borboleta, 1º lugar 4x50 livre.
- Marcos Tavares Saliture Neto – 4º lugar 200 medley, 4º lugar 50 peito, 4º lugar 100 costas, 3º lugar 4x50 livre.
- Fernando Editore – 1º lugar 200 medley, 1º lugar 100 costas, 1º lugar 50 costas, 2º lugar 4x50 livre.
- Luiz Alfredo Mader – 2º lugar 200 medley, 3º lugar 50 peito, 2º lugar 100 peito, 2º lugar 4x50 livre.
- Renata Matos Bezerra – 3º lugar 50 peito, 1º lugar 100 costas, 2º lugar 100 peito, 2º lugar 4x50 livre.
- Cristiana Renner – 3º lugar 50 peito, 6º lugar 50 livre, 2º lugar 100 peito, 2º lugar 4x50 livre.
- Marily A.Chaves – 4º lugar 50 peito, 4º lugar 50 livre, 6º lugar 50 costas.
- Vivien Lantieri – 1º lugar 50 peito, 1º lugar 100 borboleta, 1º lugar 100 peito, 2º lugar 4x50 livre.
- Gherda Hupfeld – 2º lugar 50 peito, 1º lugar 100 peito, 1º lugar 4x50 livre.
- Guilherme Cotomacci – 5º lugar 50 peito, 3º lugar 100 borboleta, 2º lugar 100 peito, 3º lugar 4x50 livre.
- Ivo Petroni – 5º lugar 50 peito, 6º lugar 50 livre, 4º lugar 100 livre, 3º lugar 4x50 livre.
- Lierson Brigido – 2º lugar 50 peito, 2º lugar 4x50 livre.
- Emilio P. Abdu – 3º lugar 50 peito, 2º lugar 50 livre, 3º lugar 100 peito, 2º lugar 4x50 livre.
- Maria Stella D’Almeida – 1º lugar 100 borboleta, 2º lugar 50 borboleta, 2º lugar 50 costas, 2º lugar 4x50 livre.
- Anete Guisard – 1º lugar 100 borboleta, 1º lugar 50 livre, 1º lugar 50 borboleta, 1º lugar 4x50 livre.
- Thiago Naufal – 1º lugar 100 borboleta, 1º lugar 50 borboleta, 2º lugar 100 peito, 3º lugar 4x50 livre.
- Olivia de Thuin – 4º lugar 50 livre, 2º lugar 50 borboleta, 2º lugar 100 livre, 2º lugar 4x50 livre.
- Marien Arndt – 1º lugar 50 livre, 3º lugar 50 borboleta, 1º lugar 100 livre, 2º lugar 4x50 livre.
- Bruna Lavoura – 8º lugar 50 livre, 3º lugar 100 costas, 2º lugar 50 costas, 2º lugar 4x50 livre.
- Márcio Cotomacci – 4º lugar 50 livre, 3º lugar 50 borboleta, 2º lugar 100 livre, 3º lugar 4x50 livre.
- Alexandre Mitzkun – 5º lugar 50 livre, 3º lugar 50 borboleta, 3º lugar 100 livre, 2º lugar 4x50 livre.
- José Orlando Loro – 1º lugar 50 livre, 1º lugar 100 costas, 1º lugar 50 costas, 2º lugar 4x50 livre.
- Nelson Campello Filho – 2º lugar 50 livre, 1º lugar 100 costas, 2º lugar 50 costas, 2º lugar 4x50 livre.
- Edna Zimbres – 1º lugar 100 costas, 2º lugar 100 livre, 1º lugar 50 costas.
- Carlos André Freitas – 5º lugar 100 livre, 2º lugar 50 costas.

## XXII Copa Brasil Masters de Natação

O evento realizado nos dias 6 e 7 de junho, na Vila Olímpica Parahyba, na cidade de João Pessoa / PB, contou com a participação de 35 entidades, somando um total de 343 atletas inscritos. Houve, no total, quebra de 8 recordes no evento: 1 Sul Americano e 7 Brasileiros. O campeonato foi dividido em: equipes grandes (15 a 120 atletas), equipes médias (7 a 13 atletas) e equipes pequenas (1 a 6 atletas). A equipe do Clube Paineiras do Morumby participou das equipes médias, conquistando o 2º lugar.



### QUADRO DE MEDALHAS

**Ouro:** 18

**Prata:** 15

**Bronze:** 2



### TROFÉU EFICIÊNCIA

Nessa disputa não há divisão de equipes e para participar é preciso ter um limite mínimo de 7 atletas inscritos. A equipe do Clube Paineiras do Morumby foi a equipe mais eficiente entre as 35 entidades participantes.

**1º lugar** – Clube Paineiras do Morumby (10 atletas) com 73,30 pontos por atleta.

**2º lugar** – Associação Paraense Masters de Natação (7 atletas) com 66,71 pontos por atleta.

**3º lugar** – Masters Paraná (9 atletas) com 65,56 pontos por atleta.

### CLASSIFICAÇÃO GERAL DAS EQUIPES MÉDIAS

**1º lugar** – Acqua / Itaipu (13 atletas) com 786,00 pontos.

**2º lugar** – Clube Paineiras Do Morumby (10 atletas) com 733,00.

**3º lugar** – Fluminense Football Club (11 atletas) com 641,00 pontos.

### ATLETAS FINALISTAS (ATÉ 8º LUGAR):

- Marcia de Thuin – 2º lugar 200 medley, 1º lugar 100 costas, 1º lugar 50 costas, 4º lugar 50 livre.
- Anete Guisard – 1º lugar 100 livre, 1º lugar 50 borboleta, 1º lugar 100 borboleta, 1º lugar 50 livre, 1º lugar 4x50 livre, 2º lugar 4x50 estilo misto.
- Helena Castro – 7º lugar 100 livre, 4º lugar 100 costas, 4º lugar 400 livre, 6º lugar 50 livre, 1º lugar 4x50 livre, 2º lugar 4x50 estilo misto.
- Nelson Campello Filho – 2º lugar 100 livre, 2º lugar 100 costas, 2º lugar 50 costas, 2º lugar 50 livre, 1º lugar 4x50 livre, 2º lugar 4x50 estilo misto.
- José Armando Abdalla Filho – 2º lugar 100 livre, 4º lugar 50 borboleta, 3º lugar 100 borboleta, 3º lugar 50 livre, 1º lugar 4x50 livre, 2º lugar 4x50 estilo misto.
- Hugo S. Morais – 1º lugar 50 peito, 1º lugar 100 costas, 1º lugar 100 peito, 1º lugar 200 medley, 1º lugar 4x50 livre, 2º lugar 4x50 estilo misto.
- Aroma Martorell – 1º lugar 50 costas, 1º lugar 4x50 livre, 2º lugar 4x50 estilo misto.

Parabéns aos nadadores pelas conquistas!

APOIO AO  
ESPORTE  
COMPETITIVO

Mater Dei

OBJETIVO  
Sistema de Ensino

Colégio  
Pentágono

KERT

BEBIDA  
ESPORTIVA

GATORADE

## Tênis

### Campeonato Paulista Interclubes

Os tenistas paineirenses fizeram bonito no Campeonato Interclubes. A equipe feminina, 10 anos, sagrou-se campeã paulista ao vencer o Alphaville Tennis Clube por 3/1. As tenistas que conquistaram os títulos foram: Manuela Dejean, Letícia Tourinho, Julia Viesi e Juliana Duarte. Também na Categoria 18 anos masculina, o Paineiras levou o título de campeão. Nessa categoria competiram os tenistas Renato Lima, Phillip Reller e Rodrigo Carvalho. E os títulos não pararam por aí! Na categoria feminina 12 anos as atletas foram vice-campeãs. Parabéns a todos os tenistas pelo empenho e dedicação ao defenderem a camisa do Paineiras! Estamos muito orgulhosos!



Tenistas da categoria feminina 10 anos



Equipe feminina campeã do Interclubes



Da esquerda para a direita: Renato Lima, Phillip Reller, Rodrigo Carvalho, o Coordenador Técnico Otaviano Santos e o diretor do tênis Marcel Almeida, momentos após a conquista em nossas quadras 1 e 2.



## Circuito de Tênis Escolar e Universitário

O atleta paineirense Rafael Marques da Silva foi o campeão do Circuito de Tênis Escolar e Universitário, no estado de SP, torneio apresentado pelo Itaú por meio da Lei Federal de Incentivo ao Esporte, no período de 30 de abril a 3 de maio. Após triunfar no Clube Atlético Indiano, o tenista foi contemplado com uma viagem com tudo pago para Barcelona em julho, para treinar na conceituada Academia Sánchez-Casal por duas semanas, além de estudar inglês ou espanhol.

Rafael comenta: "Passei por 6 jogos, mas foi nas quartas de final que enfrentei um jogo duro contra um adversário de quem eu nunca tinha ganhado, venci por 4x6, 6x2 e 11x9. Na semifinal, joguei muito bem, 6x3 e 6x1, errei pouco e consegui impor meu jogo, bem diferente do jogo da final contra o Matheus Lima, mais agressivo e mais forte. Nos 2 sets saí de quebra de vantagem para virar o placar, 1x4. Tive que mudar de estratégia, tive calma nos pontos e vi os pontos fracos dele, fui pra cima, não desisti, 6x4/6x3". Em 2013, Rafael foi vice neste torneio. "Desta vez é diferente, eu conquistei o título, graças a Deus, estou muito feliz. Quero agradecer o apoio e a parceria do meu treinador Otaviano e toda a equipe técnica paineirense que me acompanharam desde os 9 anos". Outros paineirenses se destacaram no circuito. A dupla Luccas Abramo e Paulo Henrique Gallo sagraram-se vice-campeões de duplas.



Paulo Issa e Luccas Silva acompanhados de seus adversários



Rafael Marques



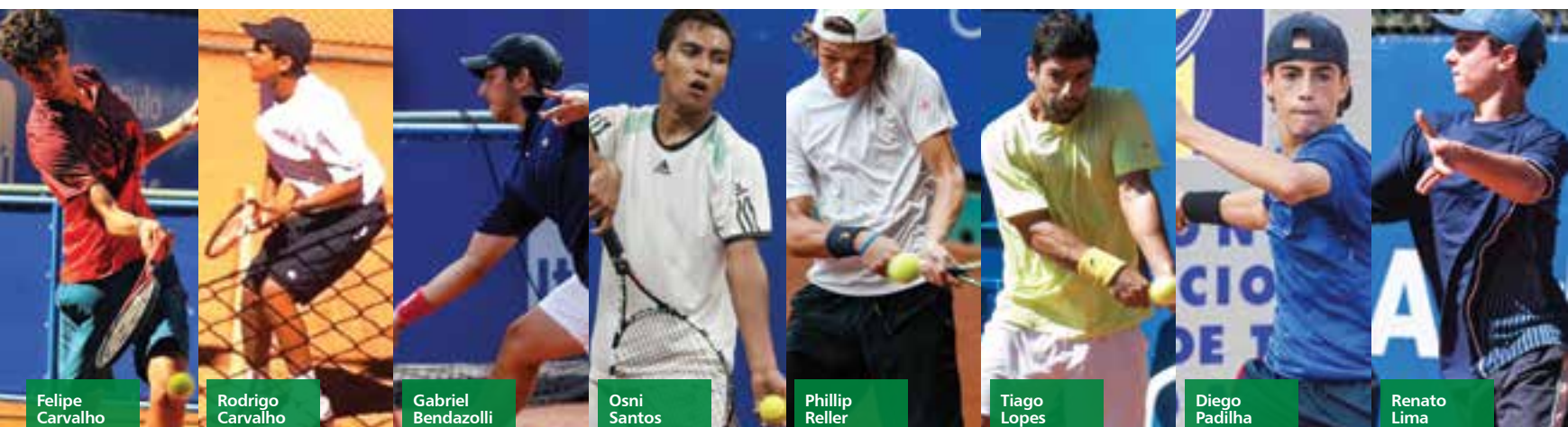
## Giovana Louzada é a tenista revelação do Paineiras

A atleta é a atual 4ª colocada entre as melhores tenistas do ranking Paulista e 10ª do ranking Brasileiro. Confira abaixo os títulos conquistados pela paineirense:

- Campeã do máster F12 da FPT 2014
- Vice-campeã Copa São Paulo – Troféu Marília Silberberg (Janeiro)
- Vice-campeã Copa Kirmayr (Janeiro)
- Semifinalista 1ª e 2ª Etapas Circuito Paulista (Janeiro)
- Semifinalista em simples e Vice-campeã em duplas Circuito dos Correios – Etapa Londrina G1
- Campeã Sírio Open (Abril)
- Campeã Slice (Abril)
- Campeã Jaraguá (Abril)
- Semifinalista Copa Itaú em simples e Vice-campeã em Duplas (Maio)

Parabéns, Giovana!

## Paineirenses no São Paulo Challenger de Tênis 2015



Tenistas paineirenses tiveram a oportunidade de participar desse grande torneio mundial. Entre os atletas que entraram em quadra estavam: na chave de duplas, Rodrigo Carvalho (16 anos) e Diego Padilha (16 anos), Tiago Lopes (profissional) e Felipe Carvalho (18 anos) e, no Qualy Simples, Gabriel Bendazolli (Sub-23), Osni Nery Jr. (Sub-23), Phillip Reller (18 anos) e Renato Lima (18 anos).

Sobre o desempenho desses atletas no Challenger, Otaviano Santos, Coordenador Técnico, afirmou: “Esse é um Torneio muito forte. Com exceção do Tiago, que já é profissional e fez toda a sua base aqui no Paineiras, o primeiro passo para esses atletas é jogar ‘Futures’, que são torneios mais fracos, tipo um vestibular. Os meninos do infanto-juvenil enfrentaram aqui uma prova de fogo. Mas, mesmo assim, eles não decepcionaram! O tenista Osni, mais experiente, sentiu menos a pressão. Em um Challenger jogado em casa, a camisa do Clube pesa uma tonelada. Eles precisam administrar a ansiedade. E um evento desse porte é fantástico para eles irem controlando essa ansiedade. O que eu mais gostaria é de obter mais investimento para participar de mais torneios internacionais. Arrumar patrocinadores para pegar estrada com esses meninos. O Paineiras oferece aos atletas uma infraestrutura de ponta. E técnica e talento eles possuem, falta experiência para administrar a ansiedade”. No modo geral os paineirenses superaram as expectativas e jogaram de igual para igual. Houve muita troca de bola, mas faltou finalização e experiência para decidirem as partidas. Todos os jogadores perderam na primeira rodada, mas apresentaram um bom volume de jogo, técnica e a parte física bem desenvolvidos. Todos são grandes promessas para futuro do tênis paineirense.

“A diretoria está de parabéns por realizar um evento dessa envergadura. Os tenistas ficam alucinados”, enfatiza Otaviano. O coordenador técnico aproveitou o evento para convocar toda a equipe competitiva desde os 8 anos aos 18 anos, para fazer um escalte, uma análise detalhada do jogo individual de todos os atletas competidores. Os técnicos, em grupo, analisaram junto com os atletas os saques, devolução de saque, backhand, forehand, entre outros detalhes. Além de toda a equipe técnica e atletas, os associados também estavam presentes avaliando as partidas e comentando. “Cheguei a ver senhoras comentando que precisavam melhorar as jogadas de esquerda, achei fantástico”, finaliza Otaviano.

Para os tenistas paineirenses foi um evento emocionante! Confira o que os atletas comentaram:

**Rodrigo Carvalho:** “Foi muito interessante para conhecer o nível profissional dos outros atletas. Já começo a me preparar para seguir uma carreira esportiva e preciso trabalhar duro para alcançar mais experiência e chegar a me destacar como tenista profissional”.

**Felipe Carvalho:** “Jogar o Challenger é bem difícil, pois envolve jogadores profissionais de vários países. Joguei em dupla com um profissional e fiquei nervoso no começo. Ao longo do jogo, fui me soltando. Acho bem interessante o Clube incentivar e promover esse tipo de evento e seus atletas. O Paineiras está de parabéns!”

**Phillip Reller:** “Me senti bem nervoso no começo. Achava que dava para ganhar e me cobrei muito. Fui me soltando aos poucos. A torcida do Clube também ajudou bastante a criar confiança”.

**Gabriel Bendazolli:** “Foi uma boa experiência e uma ótima oportunidade de jogar um campeonato de nível profissional, nas quadras onde costumamos treinar. Foi emocionante. Já sou profissional e almejo um dia chegar entre os 100 melhores tenistas do mundo”.

**Osni Santos:** “Foi muito importante jogar esse campeonato no Paineiras. Já tive outras oportunidades de disputar um Challenger, mas no Paineiras o ambiente é diferente, é como jogar em casa! É ainda mais emocionante! Estou me recuperando de uma lesão e pretendo, em breve, jogar mais torneios fora do país”.

**Diego Padilha:** “Foi uma experiência muito boa, com um nível muito alto. Saímos jogando bem e demos uma caída. Durante a partida o que mais mudava eram os saques e as devoluções. Jogamos bem e sem o compromisso de vencer. Jogar no Paineiras também favoreceu, contamos com a ajuda da torcida e o apoio dos técnicos”

**Renato Lima:** “Achei que foi completamente diferente dos Torneios Juvenis. O nível de jogo é bem superior. Quanto mais experiência tivermos nesse tipo de campeonato, melhor será nosso progresso técnico e força física. Precisamos participar de mais torneios desse nível para conquistarmos mais experiência. Acabei de jogar outro Qualy, em Itajaí, e quanto mais eu conseguir participar dessas competições, mais experiência vou conseguir e vai ficar mais fácil conquistar o meu objetivo que é ser um tenista profissional reconhecido”.

## Copa Interequipes da FPT

A FPT- Federação Paulista de Tênis realizou mais um torneio para a categoria 10 anos. O objetivo é organizar competições que, nas categorias de formação, têm a função de proporcionar amplas possibilidades de participação, incentivar a competir e motivar a treinar para melhorar. O formato utilizado para a Copa Interequipes consiste na realização de dois circuitos de quatro

etapas, organizados um a cada semestre ao longo do ano. Cada circuito conta com quatro etapas, três classificatórias e uma final.

Foram realizadas duas etapas. Uma nas quadras paineirenses e outra na Academia Play Tennis. Nove tenistas do Paineiras participaram dos jogos, formando duas equipes. Parabéns a todos!



## Realizações do 1º Semestre

A Comissão Técnica não mediu esforços para levar nossos atletas até as finais de cada torneio, concentrando energia para prepará-los para melhores resultados a partir do Banana Bowl.

O trabalho da equipe do Centro de Apoio ao Atleta favoreceu a obtenção dos bons resultados alcançados, deixando o polimento dos fundamentos mais ajustados com a condição física dos atletas. Se fossemos resumir em etapas, nos meses de novembro e dezembro do ano anterior é feita a pré-temporada. Nesta última, foram realizadas as Clínicas com Larry

Passos e Carlos Alberto Kirmayr. Os meses de janeiro e fevereiro serviram para a preparação dos atletas. Nos meses de março, abril, maio e junho tivemos o ápice das performances. Na segunda quinzena de julho chega o merecido descanso. Ele é necessário para retomarmos com força total na terceira quinzena do mês os trabalhos do segundo semestre que será ainda mais promissor com os Circuitos Correios, COSAT, ITF e Interclubes de classes.

**Bons jogos a todos!**

## Campeonato Interclubes Sênior

O Final de semana do dia 24 de maio foi bastante movimentado no Interclubes 2015 com a disputa de mais cinco decisões, agora na 12FE, 50MA, 50MB, 50MC e 70M.

Na categoria Masculino 50/54 anos "C", em jogo realizado no Paineiras, nosso time sagrou-se vice-campeão.

Tenistas que participaram dessa conquista: Fernando Magri, José Haroldo Cavalheiro, Masami Yokochi, Paulo Fernando Branco (Nando Jones) e o Técnico Alexandre Cirilo.



Da esquerda para a direita: técnico Alexandre Alves, Fernando Magri, Paulo F. Branco (Nando Jones), José Haroldo Cavalheiro e Masami Yokochi

PATROCÍNIO 

APOIO AO  
ESPORTE  
COMPETITIVO

 Mater Dei

 OBJETIVO  
Sistema de Treinos

BEBIDA  
ESPORTIVA



# Polo Aquático

## Campeonato Sul-Americano Sub-19



SATIRO SODRÉ/CBDA

Em abril, entre os dias 21 e 25, foi realizado na cidade de Lima, Peru, o Campeonato Sul-Americano Sub-19, masculino e feminino. O Brasil sagrou-se campeão nas duas categorias! Nessa disputa, o Clube Paineiras

foi representado pelos atletas: Caio Ribas, Eduardo Wainberg, Felipe Duarte, Lara Monteiro, Pedro Real, Rafael Real e Sofia Rivas. Estamos muito orgulhosos de vocês, paineirenses!

Seleção Brasileira Sub-17

ESPORTES



FOTO DE NICKY GIORGI

Atletas Paineirenses Sub-19



SATIRO SODRÉ/CBDA



Rafael Real, artilheiro da competição

## Seleção Brasileira Sub-17 Masculino e Feminino

Entre os dias 11 e 16 de maio, foi realizado na Venezuela o Campeonato Sul-Americano Sub-17 masculino e feminino. O Brasil venceu nas duas categorias. O Paineiras foi representado pela atleta Ana Alice Amaral no feminino e pelos atletas João Pedro Fernandes, Gabriel Poci, Alexander Kerkis, Rafael Real e Enrico Lucatto no masculino, além do Técnico Frank Almora Diaz. O atleta Rafael Vergara Real foi o artilheiro da competição.

Parabéns Paineirenses!



Caio Ribas



Felipe



Rafael Real



Lara Monteiro



Pedro Real



Eduardo Wainberg



Sofia Rivas

## Categoria Sub-13 Masculino e Feminino

No primeiro turno do Campeonato Paulista, a equipe realizou 5 jogos com 4 vitórias. As vitórias foram contra os times do Esporte Clube Pinheiros, Associação Brasileira A Hebraica, Clube Jundiaí e Clube Athletico Paulistano. Estes jogos serviram de preparação para o Campeonato Brasileiro.

No Campeonato Brasileiro, a equipe, composta por meninas e meninos, ficou no grupo A junto com Associação Bauruense de Desportes Aquáticos, SESI, Botafogo Futebol Regatas e Associação Brasileira A Hebraica. Eles venceram a equipe do Botafogo e da Hebraica passando para terceiro lugar no grupo, onde enfrentaram a equipe do Tijuca, que venceu pelo placar de 8 x 2. Com esse resultado, a equipe terminou em quinto lugar na competição.

Nossos atletas: Ana Julia Amaral, Beatriz Ferreira, Ana Beatriz Matelatto, Andrei Damiani, Erick Damiani, Fernando Fortes, Rafael Salonikios, Fernando Vizvari, José Moreno, Pedro Paulo Tibério, Pedro Madureira, Rafael Lima, Bruno Salonikios. Técnico: Juan Domingues.



Parabéns a nossos atletas e técnicos!

## Sub-19 Masculino

A equipe do Paineiras realizou 3 jogos pelo Campeonato Paulista. Ganhou 2 jogos e perdeu apenas 1. As vitórias foram contra as equipes do Clube Athletico Paulistano e Esporte Clube Pinheiros. Já a derrota foi contra a equipe do SESI. No Campeonato Brasileiro a equipe teve uma campanha excepcional, venceu todas as partidas realizadas e conquistou o título de forma invicta! O atleta João Pedro Fernandes foi o goleiro menos vazado da competição. E o paineirense Pedro Vergara Real foi o artilheiro.

Na fase classificatória, venceu as equipes de Fluminense, Hebraica, Pinheiros e Botafogo. Na semifinal, venceu a equipe do Flamengo. E na final, o SESI. Parabéns aos nossos atletas e técnico pela conquista do título! Conheça nossos atletas: Adrian Grecco, Alexandre Kerkis, Caio Ribas, Eduardo Wainberg, , Enrico Lucato, Felipe Alterthum, Gabriel Lima de Carvalho, Gabriel Poci, João Pedro Fernandes, Pedro Real, Rafael Real e Willian Psanquevich. Técnico: Leonardo Vergara.



João Pedro Fernandes, goleiro menos vazado



Pedro Real, artilheiro



Victoria Chamorro

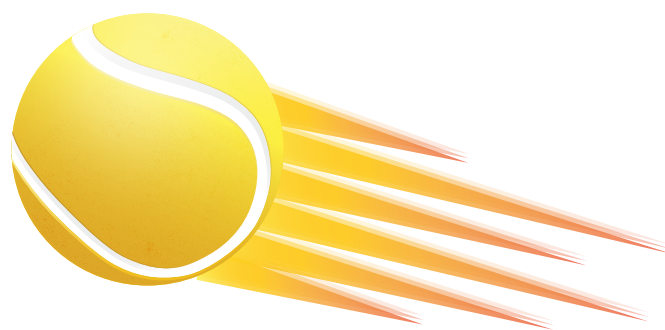


## Sub-19 feminino

No primeiro turno do Campeonato Paulista, a equipe feminina paineirense realizou 3 jogos, vencendo 2 e empatando 1. Ela venceu a equipe de Bauru e Sesi e empatou com Pinheiros. No campeonato Brasileiro, a equipe realizou 6 jogos, com 5 vitórias e uma derrota. Na fase classificatória venceu as equipes do Botafogo, SESI, Flamengo e Pinheiros. Na semifinal venceu a equipe do Botafogo. Já na final, contra equipe do Flamengo, acabou sendo derrotada pelo placar de 9 x 8. Com esse resultado, o Paineiras terminou vice-campeão da competição. A atleta Victoria Chamorro foi a goleira menos vazada da competição. Parabéns aos atletas e técnicos! Conheça nossa equipe feminina: Ana Alice Amaral, Ana Julia Amaral, Barbara Dias, Francesca Pallazi, Gabriela Longo, Giovanna Cardenuto, Lara Monteiro, Lorena Brant, Mariana Duarte, Sofia Vasconcelos, Victoria Chamorro e Victoria H. Mello. Técnico: Frank Diaz.

# Tênis Recreativo

## VII Torneio de Tênis Interequipes de Duplas



O torneio de duplas de tênis de campo aconteceu do dia 1º ao dia 13 de junho. Os jogos foram realizados no período noturno nas quadras 1, 2, 3, 4, 14 e 15 do Clube. Para o evento, foram programados 55 jogos, envolvendo cerca de 102 associados. O cerimonial de encerramento e premiação do Torneio foi no dia 13 de junho, em um sábado, e logo após o cerimonial, os associados foram convidados a participarem de um churrasco de confraternização, na churrasqueira do tênis.

Prestigiaram a cerimônia os associados e também os diretores, entre eles Sérgio Henri Stauffenegger (Presidente da Diretoria Executiva), José Miguel Spina (Presidente do Conselho Deliberativo) e Flavio Bulcão Carvalho (Diretor Geral de Esportes).

Sagrou-se campeã a equipe "C", composta pelos atletas: Adrian Fugante, Rodolpho Camargo, Paulo Tessari (capitão), Marcello Giusti, Charles Boechat, Valéria Fischeti, Laís Romanholi, Luiz Cunha, Adalberto Pimentel, Homero Azevedo, Salvador Caruso, Antonio Edgard, Paulo Mesquita, Otavio Ferreira, Guilherme

Figueiredo, Carla Monzani, Berenice Alves, Paula Tannuri, Marcos Coturri, Flávio Puliti e Carlos Freitas. Vice-campeã, a equipe "D" foi composta por: Marcel Almeida (capitão), Roberto Cantoni, Andre Kranjc, José Salazar, Flávia Cesar, Edilene Boechat, Waldir Pinheiro, Gennaro Velleca, Luiz Bessa, Marcelo Agopyan, Helder Mendonça, Nando Jones, José Haroldo, Fernando Magri, Olenca Hirt, Vera Lúcia Ireno, Bruna Brandão, Fernando Monteiro, Arthur Pacheco, Gastão Magalhães.

Para os participantes, foi um evento marcante e teremos outro no segundo semestre!

### Classificação Final do Torneio:

1ª colocada – Equipe C

2ª colocada – Equipe D

3ª colocada – Equipe B

4ª colocada – Equipe E

5ª colocada – Equipe A



Equipe campeã



Equipe vice-campeã



# Capoeira

## Uma ótima opção de atividade física para o 3º milênio!

Nascida dentro das Senzalas no período de colonização de nosso país e sendo criada por descendentes de escravos após o século XVI, essa arte tipicamente brasileira, presente em cerca de 160 países dos 4 continentes, conquistou recentemente o título de Patrimônio Imaterial da Humanidade pela UNESCO.

Passou pela marginalidade e conquistou seu espaço em todas as camadas sociais após o período republicano em função de sua pluralidade, podendo ser vista como Dança, Jogo, Defesa Pessoal e Atividade física (Esporte).

Seus movimentos evidenciam uma beleza plástica sem igual, devido a sua leveza, velocidade e precisão. Uma das principais características da prática da modalidade é a não exclusão de seus praticantes, agregando assim indivíduos de todos os gêneros, biotipos e idades.

A motivação é dada pelo envolvimento musical, visto que na roda os ritmos ditados pelo Berimbau são como códigos que determinam o início, término e até a conduta do jogo e dos jogadores. Atualmente, a Capoeira é uma ferramenta importante em vários segmentos de atuação de nossa sociedade, pois pode ser trabalhada para atender públicos diferenciados tais como:

**Público infantil** – Atividade lúdica que desenvolve características físicas como equilíbrio, coordenação motora e reflexo.

**Público adolescente e adulto** – Excelente atividade física que contribui na questão física, cognitiva e social dos praticantes.

**Projetos Sociais** – Ajuda na relação interpessoal dos praticantes e estimula o convívio saudável entre diferentes classes sociais.



**Arte marcial** – Pode ser considerada como uma eficiente técnica de luta para autodefesa ou para esportes de combate, desde o amador ao profissional (M.M.A).

**Deficiência Física (Capoeira Adaptada)** – Pode ser trabalhado como terapia ocupacional para diversos tipos de deficiência como Síndrome de Down, amputados, cadeirantes, surdos, mudos, entre outros.

**Melhor Idade (Capoterapia)** – Capoeira adaptada às características físicas da melhor idade, estimulando a integração social do idoso.

**Preparação física** – Método que evidencia movimentos de alto grau de dificuldade, expandindo a capacidade física do praticante como força muscular, tonicidade, expansão da capacidade cardio-respiratória, flexibilidade, redução do índice de gordura corporal, sendo assim um excelente auxílio na preparação física de atletas de alto rendimento.

No Clube Paineiras essa modalidade já é oferecida aos nossos associados há cerca de 15 anos, onde centenas de pessoas já passaram pelo curso e vivenciaram a experiência de ter contato com um esporte genuinamente brasileiro, regado à muita música, ritmo e descontração. As aulas acontecem às terças e quintas feiras das 17h às 21h, na Sala de Capoeira, próxima a entrada do Clube. O curso é ministrado pelo Mestre Marcos Verissimo do Grupo Caifazes Capoeira. Venha participar de uma aula! E quem sabe se apaixonar por essa atividade tipicamente brasileira que conquistou o mundo nos seus quase cinco séculos de existência!

Informações de dias e horários na Central de Atendimento – CAT.

# Squash

## Torneio de Inverno

Mais uma edição do Torneio de Inverno foi finalizada. O campeonato foi disputado por equipes, mas com a categorias misturadas para permitir uma melhor integração dos participantes.

Nessa edição, a equipe formada por Rui Pastor, Paulo Rocha, Julio Franco e Paulo "Português" Figueiredo ficou com a segunda colocação, perdendo na final para os Campeões Andre Palmier, Silvio Pereira, Jan Freundt e Sven Harsch.



### Revitalização da quadra

Em junho, a quadra 1 do Squash foi reinaugurada. O piso foi trocado por um piso amortecido para trazer mais conforto e menos contusões aos atletas e também a iluminação para LED, que além de muito mais econômica é muito mais clara e não cansa a vista. Sem dúvida o nosso complexo é um dos melhores do Brasil, se não o melhor!

O número de alunos da modalidade continua crescendo! E o de praticantes também. Não perca tempo, espante a preguiça e venha praticar esse esporte que, além de muito gostoso, ainda traz muitos benefícios à saúde.



# Rumo ao Rio 2016!

## Os Jogos Olímpicos sempre revelam novas estrelas... Quem são as promessas paineirenses para o Rio 2016?

À medida que se aproximam os Jogos do Rio 2016, cresce a vontade dos atletas em conquistarem uma vaga entre os melhores do mundo e se consagrarem como estrelas esportivas. Mas quem são as promessas paineirenses que vão competir lado a lado com seus ídolos no maior evento esportivo mundial?

Confira os atletas do Paineiras que podem fazer bonito nos Jogos Olímpicos do Rio.



**Allan Eiji Kuwabara, 23 anos, atleta do Judô** – Terceiro colocado no ranking mundial em sua categoria, 60kg. Allan é atleta militante e passou a defender a camisa do Paineiras este ano. Desde 2014 integra a Seleção Brasileira Adulta de Judô. Anteriormente, como atleta de base, chegou a ficar em 3º lugar Mundial Sub-21, conquistou o título de Tetracampeão Pan-Americano, Tetracampeão Paulista e foi nove vezes Campeão Paulista.

O judoca veio para o Paineiras exatamente para buscar um chance de chegar aos Jogos Olímpicos. “Na verdade, vim para o Clube para aumentar meu desempenho. O Paineiras é o local que tem a melhor infraestrutura e técnica para me ajudar a chegar às Olimpíadas”. Quanto a possibilidade de disputar um título dessa importância em território brasileiro, ele comenta: “É motivador, mas a responsabilidade também aumenta”.



**Mariana Barros, 29 anos, atleta do Judô** – Segunda colocada no ranking de melhores atletas da categoria -63kg. Foi afastada de suas atividades em julho do ano passado, quando lesionou o ombro esquerdo no Treinamento de Campo na Rússia.

No currículo, Mariana tem como principais conquistas o ouro no Grand Slam do Rio de Janeiro em 2012, o vice-campeonato mundial militar em 2013 e os títulos do Grand Prix de Almaty, no Cazaquistão, e de Tashkent, no Uzbequistão, também em 2013.

“Meu foco principal agora são as Olimpíadas, ainda mais por ser no Rio, mas tenho que recuperar minha posição. Tenho que correr atrás do que eu perdi para voltar para onde eu estava no ranking”, explica Mariana que voltou a treinar, agora no Paineiras, em 2015. “Estou treinando forte todos os dias. O Clube oferece uma boa estrutura, com uma equipe técnica que envolve desde o técnico até a nutricionista. Estou bem focada e se conseguir medalhar até o final do ano tenho chance de chegar aos Jogos Olímpicos”, finaliza a atleta.

**Renato Leite, 33 anos, atleta paralímpico do Vôlei Sentado** – Foi um dos primeiros atletas do voleibol sentado no país. É atleta militante do Paineiras desde 2013 e faz parte da Seleção Brasileira desde 2003. “Na Seleção, treino 1 vez por mês e fazemos muitos intercâmbios. Já fomos para a Europa, Bósnia e agora estamos indo para a Holanda. No Paineiras, treino forte 3 vezes por semana e faço a preparação física com o Cavani, às terças e quintas. Sou o mais experiente dos atletas. Ano passado, ganhei o título de melhor líbero. Tenho confiança e consigo conduzir bem a equipe. Acredito que, com meu esforço e determinação, estaremos jogando nas Paralimpíadas”, comenta com confiança.



Renato conquistou o ouro nos Jogos Parapan-Americanos Rio 2007 e Gaudalajara 2011. Também foi vice-campeão no mundial em 2014. Sobre competir no Brasil, ele afirma: “Vai ser fantástico jogar no nosso país, será uma sensação indescritível!”

**Wellington Anunciação, 30, anos, atleta paralímpico do Vôlei Sentado** – Atleta da seleção desde 2005, Wellington começou a defender a camiseta do Paineiras em 2012. Voltou da Bósnia recentemente e está embarcando para a Holanda, junto com o time brasileiro. O atleta foi campeão nos Jogos Parapan-Americanos e vice-campeão no Mundial de 2014. Treina uma vez por semana com a Seleção e três vezes por semana no Clube. Ele comenta: “Estamos treinando em um ritmo bem forte. Nesses últimos anos progredimos e ganhamos muitos títulos. O ano de 2014 foi bem motivador para a nossa equipe. Acreditamos que seremos campeões olímpicos em 2016”.



**Pedro Vergara Real, 19 anos, atleta do Polo Aquático** – Atleta militante do Paineiras desde 2014, Pedro faz parte da Seleção Brasileira Junior e da Sub-19 Adulto. “Estamos treinando forte. Agora, vamos competir no Universia na Korea do Sul e nas seletivas preparatórias para o Mundial em Kasan. As expectativas para as Olimpíadas são enormes. Esta é uma oportunidade de outro mundo. E ainda com sede no Brasil. Competir assim deve ser mágico!”



# Peteca

## 2ª Etapa do Campeonato Paulista 2015

O Paineiras participou da 2ª Etapa do Campeonato Paulista de Peteca, disputada em São João da Boa Vista, nos dias 23 e 24 de maio. Nossos atletas obtiveram ótimas colocações. Na Categoria Master IV, Jose Carlos Degaspere (Taborda) sagrou-se campeão. Augusto, Bezerra e Candido ficaram com o 2º lugar. Na Categoria Master II, Emilio e Mauricio conquistaram o 3º lugar.

O Campeonato deste ano promete muitas emoções! A 3ª etapa acontece dias 25 e 26 de julho nas Quadras do Vale. Aguardem os resultados e não deixem de prestigiar esse autêntico esporte brasileiro, iniciado pelos nossos índios, atualmente praticado em países como a França.



Paulo e Caio, de frente. Ao fundo, Emilio e Mauricio, de costas.



Emilio e Mauricio



Bezerra, Augusto e Candido em 2º lugar. José Carlos em 1º lugar.

# Boxe

## Conheça os benefícios da prática do Boxe

A prática do Boxe é exercida em muitos lugares, como academias, clubes e até mesmo parques, desde a recreação e busca por uma melhor qualidade de vida até a formação profissional. Portanto, vamos lembrar a todos sobre os benefícios que a modalidade traz aos seus praticantes.



A modalidade de Boxe no Clube Paineiras tem como objetivos o bem estar dos seus alunos e o aprendizado de uma modalidade nova e muito motivadora.

Dentro desses objetivos, os professores montam aulas que possibilitam todo esse aprendizado com aplicação das técnicas e exercícios simuladores da luta, com atividades dentro do ringue montado na sala de Boxe.

Além disso, o Boxe proporciona ganhos com coordenação, equilíbrio, força e potência muscular, não se esquecendo do gasto calórico de cada treino, devido às atividades mais gerais como o tradicional exercício de pular corda.

Não deixe de experimentar pelo menos uma vez o Boxe no Paineiras, que conta com profissionais qualificados e dedicados para o ganho de todos esses benefícios.

**Consulte os horários na Central de Atendimento – CAT.**

# Voleibol

## Venha jogar!

Estamos terminando mais um semestre do Voleibol Master feminino do Paineiras. As equipes competitivas jogaram mais de 40 jogos entre março e junho. Você, associada que quer participar de treinamentos e jogos ou apenas recrear, converse com os técnicos nos horários de treinamento, de segunda à quinta, das 8h às 10h e das 20h às 22h.

Acompanhe os jogos do Paineiras que acontecerão no Clube, no mês de agosto:

Dia	Horário	Jogo
05/08, Quarta-Feira	20h30	C. Paineiras do Morumby 2 x Tênis Clube Pta. Master E-ch2
10/08, Segunda-Feira	20h30	C. Paineiras do Morumby x Círculo Militar S.P. Master E2-ch1
13/08, Quinta-Feira	20h30	8 de Março x C. Paineiras do Morumby 2 Master D2
18/08, Terça-Feira	20h30	C. Paineiras do Morumby x C.A.Tremembé Master D1
19/08, Quarta-Feira	21h00	C. Paineiras do Morumby 2 x A.D.C. Mercedes Benz Master E-ch2
20/08, Quinta-Feira	20h30	C. Paineiras do Morumby 2 x S.E. Palmeiras Master D2
24/08, Segunda-Feira	20h30	C. Paineiras do Morumby x São Paulo F.C. 1 Master E2-ch1
24/08, Segunda-Feira	21h	C. Paineiras do Morumby 1 x São Caetano E.C. Master E-ch1
27/08, Quinta-Feira	21h	C. Paineiras do Morumby x A.D.S.Bernardo Master D1
27/08, Quinta-Feira	21h	C. Paineiras do Morumby 2 x São Bernardo T.C. Master D2

Venham nos prestigiar!

# Futebol

## A X Super Copa de Futebol de Campo

O campeonato está chegando à reta final de seu primeiro turno! Até o momento, tivemos 4 jogos para cada categoria. As partidas estão emocionantes, com grande disputa pela artilharia e pelas primeiras colocações!



Rússia, Categoria A



Alemanha, Categoria A

## O Torneio Inteclubes 2015

O Campeonato está em disputa com nossas 4 categorias: Principal, 39+, 48+ e 54+.

O Clube Paineiras do Morumby tem estado bem nessa competição, com destaque para a categoria 39+, onde lideramos a competição com 8 pontos em 4 jogos, com Massimiliano Pagano como artilheiro.



Equipe Paineiras 39+

# Fitness

## Treinamento de Força com a Inclusão de Exercícios Funcionais



O termo treinamento funcional surgiu a partir das reabilitações das lesões de soldados na Segunda Guerra Mundial e também de atletas olímpicos que necessitavam de treinos específicos e diferenciados, em meados dos anos 50 (Bossi, 2011; Coutinho, 2011). Desde os anos 90, estudos vêm mostrando que os treinamentos por meio de exercícios multiarticulares com variações de velocidade e com movimentos semelhantes aos do cotidiano, resultaram em uma melhora da agilidade, força e coordenação. Clark (2011) afirma que movimentos funcionais são movimentos integrados multiplanares e que envolvem diferentes ações musculares na produção de força.

Musculação é o termo utilizado para a preparação física com o objetivo de desenvolver qualidades físicas relacionadas com as estruturas musculares (Tubino, 1984). É ainda o conjunto dos processos e meios que levam ao aumento e ao aperfeiçoamento da força muscular, associada ou não a outra qualidade física (Lambert, 1987).

Musculação e funcional são dois modelos de treino que podem caminhar juntos, eles estão diretamente ligados às suas ações motoras, o que geralmente acontece em situações diferentes entre máquinas e peso corporal. A combinação de ambos só pode ser benéfica, uma vez que hoje a busca por

saúde e uma melhor qualidade de vida vem aumentando cada vez mais, e ainda a busca por um treino variado e motivante, que sai da rotina e traz motivação ao praticante, aumentando assim a sua frequência à academia, diminuindo a evasão.

É importante lembrar que a musculação auxiliada por aparelhos é segura no que diz respeito à execução, podendo o aluno treinar sem a presença do treinador personalizado, para o não iniciante. Já o treinamento funcional, que geralmente tem materiais alternativos e/ou o peso corporal, exige uma atenção maior, já que a probabilidade de erro é maior em relação à execução do exercício, aconselhando assim um acompanhamento mais rigoroso em relação ao treinador. A introdução de algum exercício funcional na série de musculação vai depender da individualidade biológica do praticante, devendo ser avaliada pelo Profissional de Educação Física, levando em consideração o histórico do praticante, como o condicionamento físico, lesões, tempo de treino e, principalmente, respeitando o perfil do aluno, que poderá ou não gostar da mudança no estilo de treino.

Por Michele Cristina Teixeira Cardoso  
Professora de Educação Física CREF 0004153-G/SP  
Treinadora Personalizada

# SEFFE/SAT

## Amistoso de Handebol com Colégio Domus Sapientiae

No dia 29 de maio, sexta-feira, foi realizado um gostoso jogo amistoso no estilo "aulão" com o Colégio Domus Sapientiae. Os esportistas paineirenses e seus colegas fizeram um aquecimento juntos e exercícios específicos, depois realizaram um jogo que, apesar de reunir alunos de várias idades, foi bem proveitoso. No final, o

Paineiras venceu a partida. As atletas Carolina Borges e Paola Roldão se destacaram durante o jogo. Participaram do evento 8 atletas paineirenses nascidos entre 20001 e 2004. Entre eles: Ana Carolina Schaffer, Caio Paixão, Carolina Borges, Luca, Paola Roldão, Rafaela Araujo, Patrick Nunes e Sophia Sano.

## Educação do Movimento de Festival do Anhembi Tênis Clube

O curso de Educação do Movimento participou do Festival do Anhembi Tênis Clube no dia 30 de maio. Os alunos representaram o Clube Paineiras com muita alegria e motivação, orientados pelo professor Julio C. Pires e a estagiária Mariana dos

Reis. Ao término das atividades todos foram premiados pelos super-heróis que brincaram com as crianças em todo evento.

**Parabéns a todos os participantes!**

## Circuito Lúdico Ipê

Alunos paineirenses de 4 e 5 anos da Educação do Movimento participaram do Primeiro Evento do Ipê Clube no dia 16 de maio. As crianças se divertiram muito e fizeram a maior festa. Não viam a hora da premiação, as medalhas eram motivo de perguntas a

todo instante. Os pais, que também acompanharam, vibraram com os pequenos atletas! Alunos participantes: Ana Nagamine, Arthur Hatanaka, Beatriz Benítez, Eduardo de Oliveira Dias, Kenzo Nagamine, Rafaela Oliveira Dias e Vinicius Xavier.



## Torneio Pais e Filhos de Tênis

No dia 16 de maio, a galera do tênis formativo participou de um evento diferente e muito alegre, convidaram os pais para uma gincana voltada totalmente para o tênis de campo.

Entre pais e alunos, o evento contou com mais de 200 participantes que se divertiram nas atividades feitas em aulas e se apoiaram no desafio entre famílias. Entre alguns choros, logo sanados por um monte de abraços, tivemos muito sorrisos e muito carinho numa relação de fraternidade e amor. Foi com esse objetivo que os professores do tênis formativo organizaram tal evento, que foi um sucesso.

Parabéns a todos os envolvidos!



## Gincana do Dia das mães

Os cursos de Educação do Movimento e Iniciação Esportiva realizaram no último dia 09 de maio, a "Gincana Dia das Mães". A gincana consistiu em atividades em forma de circuito, onde mães e filhos participavam juntas, desenvolvendo o que os pequenos aprenderam em aulas. O circuito foi com-

posto com atividades de equilíbrio, corrida, arremesso, saltos e habilidades de manipulação. Cerca de 90 mães participaram e brincaram com suas crianças durante uma hora. Os professores Julio César Pires e Rodrigo Jose Oliveira parabenizam todas as mães pela participação na gincana.



## Basquete no Festival do Esperia

O basquete paineirense também marcou presença no Festival. Os alunos da categoria Sub-12 demonstraram um bom desempenho e os jogos foram bem equilibrados. O placar final ficou em 19 x 18 para o Esperia. Thiago foi o atleta paineirense que mais pontuou.



Equipe de Basquete: Christian K. Ito Strerath, Felipe Corominas Visconde, Giovani G. Ottaviano, Pedro Afonso Pimentel, Pedro Freire Matos, Pedro Paulo C. Pierangeli e Thiago Giannini.



## Festival de Ginástica Artística de Jandira

No dia 30 de maio, sábado, foi realizado o Festival de Ginástica Artística no Ginásio Central do município de Jandira e 7 ginastas paineirenses, com 5 anos ou mais, marcaram presença no evento. Foram elas: Carolina Mazzetto, Catarina Zanutello,

Joana Gonzalez, Maitê Cabral, Manuela Generali, Maria Luiza Daumichen e Valentina Zanutello. Todas realizaram provas de salto, trave e solo com muita disposição e capricho, alegrando a tarde de sábado, e todas foram premiadas pela participação.

## Karatê no Festival de Esportes do Anhembi Tênis Clube

Os atletas do karatê também participaram desse Festival. Quatro paineirenses, entre 8 e 15 anos, foram ao Anhembi Tênis Clube acompanhados pelo professor Marcelo da Silva Dutra. Atletas que marcaram presença no evento: Guilherme Acurso Siciliano, Henrique Dell Orfanello Raposo, Pedro Negrão Armaganijan e Rodolfo Estevam Correa Gibrail.

**Parabéns aos participantes!**



## Festival Esperia de Futsal

Onze jogadores paineirenses compareceram ao Esperia para este evento, realizado no dia 16 de maio. As disputas de bolas aconteceram com as participações dos atletas do Esperia, Piaget e Paineiras. Nossos alunos da categoria Sub-9 e Sub-10 jogaram juntos e ficaram na

segunda colocação. Confira o placar:

**Paineiras 5 x 2 Esperia**  
**Paineiras 4 x 4 Colégio Piaget**  
**Nossos craques estão de Parabéns!**

## SEFFE Paineirense visita o CAD Paineirense

Visando um intercâmbio de informações entre os professores e também entre os alunos, nossos paineirenses foram até o Clube Pinheiros, onde participaram das aulas do esporte formativo.

A visita foi realizada no dia 29 de abril e, na ocasião, foram observadas as diferenças e os pontos em comum entre as crianças e as aulas de educação do movimento. Foi uma experiência muito divertida para os pequenos de ambos os clubes e muito enriquecedora para os professores.



## Ginástica Artística promove a Festa da Família

Em comemoração ao mês das mães, as professoras da Ginástica Artística elaboraram uma aula especial para as famílias das alunas do Paineiras. No dia 23 de maio, o Ginásio da modalidade recebeu a presença de 160 participantes entre pais, mães e filhos, que realizaram exercícios de força, flexibilidade e equilíbrio, numa aula animada, com muita música. Todos se divertiram juntos. Parabéns a todos que contribuíram para o brilhante evento acontecer!



## Liga Aprendiz de Polo Aquático

No dias 30 e 31 de maio tivemos a 2ª rodada da Liga Aprendiz de Polo Aquático para os alunos entre 12 e 15 anos, o Festival Petiz para alunos entre 10 e 12 anos e a Categoria Mirim para alunos entre 7 e 9 anos, organizados pela Federação Aquática Paulista.

Foi a primeira vez que a categoria mirim participou e o Paineiras deu um show. O evento foi recorde em participantes, entidades e números de jogos. Tivemos mais de 200 alunos participantes divididos em 7 entidades: Paineiras, Paulistano, A Hebraica, ABDA Clube Internacional de Santos, Colégio Santo Américo, SESI Ribeirão Preto e SESI Vila Leopoldina. Ao total foram realizados 27 jogos. Parabéns a todos nossos alunos!!!

**Categoria Aprendiz:** David Mendes, Erik Guimarães, Felipe Achatz, Gustavo Ambrosio, Gustavo Issa, João Arap, João Pedro Cardoso, Lucas Marturano e Ricardo Reis.

**Categoria Petiz:** Bruno Roque, Camila Madureira, Felipe Dias, Gabriela Rogê, Gustavo Foz, Henrique Tibério, João Arap, Laura Bastos, Lucas Marturano, Luiz Rodolpho Gibraíl, Rafael Budeu, Thiago Rodrigues, Tiago Colin e Vitor Baena.

**Categoria Mirim:** Arthur Spendecer, João Frágoso, Luiz Eduardo Ludovice, Tiago Colin e Thiago Rodrigues.

## Intercâmbio de Polo Aquático

No dia 20 de maio ocorreu o intercâmbio de Polo Aquático na piscina do Paineiras, entre os nossos, que fazem aulas de 2ª e 4ª, e a Escola EMEF José Saramago. Foi um dia bem proveitoso com troca de experiências e novas amizades!



## Voleibol no Festival de Esportes do Anhembi Tênis Clube

No dia 31 de maio os alunos do Voleibol participaram do Festival do Anhembi. Com a ausência de alguns clubes foi realizado apenas um jogo com 5 sets, onde o Paineiras venceu todos os sets. Entre as atletas paineirenses estavam: Ana Carolina C. Faliva, Camila C. Boanova, Eduarda N. Ferreira, Giulia M. Codorniz, Isabella G. Ramblas, Julia do Prado Mansur, Larissa R. Fernandes, Luiza C. Costa, Luiza C. Lagazzi, Marina Tereza C. França e Patricia C. Machado.

Parabéns, garotas!



Da esquerda para direita, de pé: Gabriela Di Fiori, Anna Fantin, Maria Fernanda Tubel. No meio: Stella Dini, Beatriz Dixo, Joana Spencer. Abaixo: Júlia Flexa, Carolina Okumura, Yara Okumura, Maria Clara Arap, Gabriela Amarin.

## Ginástica Artística no Festival do Anhembi Tênis Clube

No dia 31 de maio, domingo, 11 ginastas alunas do curso do nível 1 representaram o Clube Paineiras do Morumby no Festival do Anhembi Tênis Clube. Foi a primeira participação das meninas, que possuem 6 a 10 anos, em festivais, e a maioria das jovens ginastas fizeram ótimas apresentações nos aparelhos solo e salto. Parabéns a todas as paineirenses!

Da esquerda para direita: Beatriz Dixo, Joana Spencer, Maria Fernanda Tubel, Maria Clara Arap, Carolina Okumura, Yara Okumura, Júlia Flexa, Stella Dini, Anna Fantin, Gabriela Di Fiori, Gabriela Amarin.



## Clínica de Karatê com Professor Jurandir Andrade

Alunos acima de 14 anos das turmas de karatê participaram de uma clínica com o Professor convidado Jurandir Andrade, no dia 23 de maio. O professor foi atleta de alto nível, sendo mais de dez vezes campeão brasileiro e estadual. Representando o Brasil, conquistou medalha de bronze nos jogos Pan-Americanos de Santo Domingo, foi duas vezes quinto do mundo na Finlândia e Japão na modalidade Kata.

É também responsável pelo departamento de karatê da Faculdade de Medicina da USP (Oswaldo Cruz). Toda essa experiência proporcionou uma ótima didática transmitida aos alunos do Paineiras nos fundamentos básicos e essenciais para a prática do Karatê.



## I Festival Esportivo Ipê de Natação

Os alunos do Paineiras participaram no dia 16 de maio de uma prova de 25m nado crawl e circuito lúdico, com o tema reciclagem. Todos representaram o Clube muito bem! Entre os alunos estavam: Ana Luiza M. Nagamine, Manuela M.A. dos Santos e Rodrigo Zaninette.

## Festival Interno de Basquetebol

No dia 9 de maio aconteceu o Festival Interno de Basquetebol do Paineiras. Foi um ótimo evento que contou com a participação de todos os alunos da modalidade, divididos em níveis. Os jovens estavam bem motivados e tiveram uma ótima performance.



## Aula especial do Dia das Mães com alunos na Piscina Kids

Evento participativo e dinâmico, em homenagem às mães, aconteceu no dia 9 de maio, com auxílio dos professores. Cerca de 32 alunos e suas respectivas mães participaram, brincaram e puderam se divertir juntos na piscina.

## 13º Festival de Judô da "A Hebraica"

O evento aconteceu dia 17 de maio e nosso Clube foi representado por 22 atletas. O festival contou com a presença de 1.259 atletas representando 39 entidades esportivas, entre clubes, academias, escolas e projetos sociais.

Este tipo de evento teve como objetivo principal a integração entre os alunos e a inserção dos mesmos no mundo competitivo do Judô.

Entre os alunos que se destacaram tivemos: Arthur de A. Domingues, Bruno de A. Abreu, Carolina Ribeiro Cocco, Enrico G. Hirsch, Felipe Taveira Lira, Leticia da F. Aguiar Amaral, Lis Coelho Caodaglio, Lucas R. Fernandes, Luis Felipe S. Reinas, Pedro Meili Dell'aquila, Pedro Taveira Lira, Rodrigo Fekete Zaninetti e Thiago Steiner Pecorari. Todos estes venceram suas lutas.

Agradecemos a importante presença dos pais que incentivaram seus filhos na prática de um esporte saudável, pois sabem que mais importante que vencer lutas é a vitória de seus filhos sobre seus próprios limites.



## Festival Paineiras de Judô 2015

O evento aconteceu no dia 30 de maio e teve como objetivo principal a confraternização entre todos participantes, estimular a prática do Judô e incentivar aqueles que estão iniciando no esporte. Não houve classificação entre os atletas e todos foram premiados. Foi uma grande confraternização com aproximadamente 700 judocas de 32 entidades entre escolas, clubes e institutos. Compareceram na Tribuna de Honra o Diretor do SEFFE, Sr. Silvio Rosa e o Diretor do Judô, Sr. Daniel Dell'Aquila.

Parabéns a todos envolvidos na realização da primeira edição do Festival Paineiras de Judô!



## Festival Interno de Voleibol

O evento aconteceu dia 16 de maio com a participação de 50 alunos do Voleibol, em 3 etapas de acordo com a faixa etária: de 8 a 12 anos, de 12 e 13 anos, e de 14 a 16 anos. O festival teve suas quadras e regras adaptadas para melhor integração do grupo. As equipes foram formadas em duplas e trios, onde todos puderam jogar contra todos. Por se tratar de um evento onde as regras eram adaptadas, os jogos foram realizados por tempo e não por pontos como no Voleibol tradicional, tornando a disputa mais descontraída. Ao término do evento todas as crianças foram presenteadas com brindes de participação.





## Festivôlei do Clube "A Hebraica"

O evento de caráter totalmente formativo e participativo aconteceu dia 23 de maio, onde crianças de várias escolas e clubes de São Paulo se encontraram para jogar Voleibol.

O Festival foi dividido em dois momentos. No período da manhã, com regras e dimensões de quadra adaptadas, as crianças praticaram o Minivôlei, com equipes formadas por trios ou quartetos, onde as crianças tiveram a oportunidade de realizar vários jogos e elas mesmas contavam os pontos e decidiam algumas situações. Foi uma ótima oportunidade para os jovens jogadores aprenderem a conviver com as vitórias

e derrotas, sendo que não havia uma classificação. Já no período vespertino, aconteceram jogos sob o comando de árbitros, com as regras oficiais.

O evento contou com a participação de 6 equipes que foram divididas em duas chaves. As equipes jogavam entre si dentro da chave e não havia uma final, por se tratar também de um evento formativo e participativo. Cada equipe jogou duas vezes. O Clube Paineiras do Morumbi venceu seus dois jogos pelo placar de 2x0, apresentando ótimos fundamentos técnicos, e muita concentração mesmo nos momentos de dificuldades.



# SCORP – SETOR DE CORREDORES DE RUA DO PAINEIRAS

## 15ª Corrida e Caminhada GRAACC



A 15ª Corrida e Caminhada GRAACC teve o objetivo de divulgar o combate ao câncer infantil, conscientizando a população sobre a importância do diagnóstico precoce, além de arrecadar recursos para a manutenção dos tratamentos oferecidos às crianças e adolescentes no Hospital do GRAACC.

A 15ª Corrida aconteceu no dia 10 de maio. A largada foi na Avenida Pedro Álvares Cabral e a prova teve dois percursos: 10 km para corredores e 3 km para os caminhantes.

Confira os resultados dos Corredores do Paineiras:

### 3 km:

Maria Solange Medeiros Yamasaki ..... 27:45

### 10 km Masculino:

Bernardo Patury Assumpção ..... 47:57  
 Gustavo Cortese ..... 48:30  
 Filipe Oliveira ..... 49:38  
 Oswaldo Dos Santos Paris ..... 49:54  
 Roberto Carneiro De Oliveira ..... 52:03

Newton Carlos Nishi ..... 53:45  
 Dalmo Naville ..... 55:04  
 Paulo Sérgio De Barros Ferreira ..... 55:15  
 Wagton Lincoln Barreto ..... 56:51  
 Murilo Barretto D'ávila ..... 59:03  
 Marcos Caselli ..... 01:00:31  
 Claudio De Souza Gouvea ..... 01:06:29  
 Ricardo Melaragno ..... 01:12:00

### 10 km Feminino:

Marcela Alonso Ferreira ..... 48:18  
 Ítala Raphaela Garavatti Ignácio ..... 48:48  
 Andréa Szentmiklosy Teixeira Nogueira ..... 52:59  
 Giselle Giovannetti Naves ..... 58:03  
 Diana Jaen Saad ..... 58:04  
 Claudia Alves Dos Santos ..... 58:46  
 Paula Rossetto Diniz De Souza ..... 59:31  
 Carla Lozardo ..... 01:00:12  
 Luisa Duque Nahas ..... 01:02:25  
 Haidee Salgado Alonso Ferreira ..... 01:03:16  
 Márcia Sampaio Gouvea ..... 01:06:30  
 Eliane Cinelli ..... 01:12:01

Parabéns, atletas!

## Guarani Race

A Guaranis Race foi a primeira corrida realizada dentro de uma aldeia indígena brasileira. O evento aconteceu na Praia de Boracéia, no litoral norte de São Paulo, na Aldeia Rio Silveiras, em uma área de 948 hectares, onde vivem cerca de 400 índios da etnia Guarani que ainda cultivam a história e a cultura dos seus antepassados. No dia 30 de maio, a Guaranis Race proporcionou uma experiência fascinante aos participantes,

um encontro com a nossa própria história através de danças, artesanatos, comidas e bebidas típicas dos índios Guaranis.

### Três paineirenses finalizaram o percurso de 13 km:

Celso Cukier ..... 01:34:00  
 Andréa Szentmiklosy T. Nogueira ..... 01:35:00  
 Diana Jaen Saad ..... 01:36:00

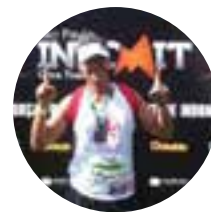
## Corrida Rei da Montanha Noturna 2015

A prova aconteceu no dia 9 de maio, em Mogi das Cruzes, em meio a natureza, montanhas, trilhas e muita aventura.

O paineirense Rogério Augusto enfrentou o desafio e concluiu o percurso de 7 km em 34:55, 1º lugar em sua faixa etária e 14º lugar na classificação geral. Parabéns!



## INDOMIT São Paulo Ultra Trail



São Bento do Sapucaí sediou, no dia 30 de maio, a segunda edição da INDOMIT São Paulo Ultra Trail, corrida de montanha com percursos de 12 km, 21 km e 50 km. Localizado na Serra da Mantiqueira, o município é caracterizado por sua ampla área verde e relevo montanhoso variado, um prato cheio para corredores que buscam superar cada vez mais seus limites.

O paineirense Rogério Augusto correu a meia-maratona (21 km) e mais uma vez subiu ao pódio em 1º lugar com tempo de 03:06:00 e 19º na Classificação Geral. Parabéns!

## 21º Maratona Internacional de São Paulo

O evento aconteceu no dia 17 de maio, percorrendo as ruas e avenidas da Capital Paulista. A principal prova do gênero do país teve, além dos 42,1 km, disputas de 15 milhas (24.140 metros) e 5 milhas (8.046 metros) e uma caminhada de 2 milhas (3.211 metros). As largadas e chegadas foram dadas na avenida Pedro Álvares Cabral – Ibirapuera – Monumento Obelisco Mausoléu ao Soldado Constitucionalista da Revolução de 1932 e Monumento ao Arquiteto Ramos de Azevedo. A prova de 15 milhas teve local distinto para chegada, a avenida Escola Politécnica.

Confira o desempenho dos paineirenses nessa prova:

### Oswaldo dos Santos Paris

Maratona (42.195 km) ..... 04:20:00

### Claudia Alves dos Santos

15 Milhas (24.14 km) ..... 02:34:10

## 30ª Edição da prova 10 km Tribuna FM – Unilus

A prova que aconteceu no domingo, 17 de maio, é resultado de 30 anos de muito sucesso. Uma corrida que já começou grande – para a época – e ganhou uma dimensão para figurar entre as maiores do mundo, hoje com 21 mil atletas. Grandes nomes e o crescimento a cada edição, inovações e a participação popular marcaram essa trajetória de três décadas.

E os paineirenses não podiam deixar de marcar presença também nessa prova! Murilo e Roberto estiveram em Santos para correr ao lado de grandes nomes do atletismo. Confira o tempo dos paineirenses:

Murilo Barreto D'Avila ..... 58:19

Roberto de Oliveira Gonçalves ..... 01:08:44

## Run The Night 5 e 10 km

A Run The Night é uma corrida noturna que aconteceu em São Paulo, no dia 31 de maio, e contou com uma arena interativa e cheia de atrações com DJ, luzes, malabaristas, painéis de fotos e muito mais! Nas provas de 5 km e 10 km dois paineirenses se aventuraram nessa agradável noite de sábado:

### 5 KM

Tatiana Cortese ..... 33:27

### 10 KM

Gustavo Pasquale Cortese ..... 47:32

## Etapa Portugal da Série Delta

Com três etapas em cada cidade, a Série Delta estimula os atletas a correrem atrás de suas metas de uma maneira única: viajando pelo mundo! A etapa de Portugal aconteceu dia 31 de maio, com percursos de 5 e 10 km. A largada foi dada às 7h da manhã, no Parque da Independência.

Dois paineirenses finalizaram os 10 km. Confira os tempos:

Claudia Alves dos Santos ..... 01:02:38

Oswaldo dos Santos Paris ..... 01:10:46



## 4ª Etapa Circuito Amigos da Riviera

A 4ª etapa do Circuito de Corridas dos Amigos da Riviera – Tour 2015 aconteceu no dia 07 de junho (domingo), feriado de Corpus Christi! O percurso foi de 6 km para corrida e 3,5 km para caminhada. A Categoria Infantil também esteve presente com os percursos de 200 e 400m para as idades de 5 a 9 e 10 a 13 anos, respectivamente. A corredora do SCORP, Mirele Rinaldi Tripoli Moraes participou da prova dos 6 km, finalizando o percurso em 39:00.

# Centro de Apoio ao Atleta

## Paineiras oferece total infraestrutura para atletas de alto desempenho



Aos atletas paineirenses, o Clube oferece total assistência e apoio para que eles consigam enfrentar os grandes desafios das competições. Uma equipe de profissionais integra o “Centro de Apoio aos Atletas” que visa atender todas as necessidades do atleta, possibilitando seu total rendimento.

Formado por fisiologista do exercício, preparador físico, nutricionista e psicólogo do esporte o Centro oferece a mais completa infraestrutura. Conheça esses profissionais e o trabalho que eles fazem junto aos competidores paineirenses:

**Vinícius Cavani** é fisiologista do exercício e preparador físico responsável pelo planejamento e supervisão do condicionamento físico de atletas dos esportes competitivos. Formado pela Barry University Miami, EUA (2001), com mestrado e bacharelado em Ciência do Movimento Humano e especialização em Fisiologia do Exercício. Sobre sua atuação no Paineiras, Vinícius comenta: “Juntamente com mais dois preparadores físicos, os professores Thiago Rodrigues e Felipe Fernandes, e mais quatro estagiários fazemos a preparação física de todos os atletas competitivos. A preparação física é um dos elementos importantíssimos que interfere diretamente no desempenho do atleta, pois ela é composta de um conjunto de exercícios físicos gerais, específicos e especiais que ajudam a potencializar os sistemas de energia (anaeróbio alático e láctico, aeróbio) e o sistema neuromuscular (potência, força, resistência muscular), permitindo que ele produza esforços máximos nas ações curtas e de longa duração do seu respectivo esporte. Além da melhora da performance, a preparação física contribui na prevenção de lesão, pois um terço das atividades são destinadas ao fortalecimento de músculos específicos que são responsáveis pela estabilização das articulações, a correção dos desequilíbrios musculares oriundos da modalidade específica, e a produção de movimentos complexos para uma melhor assimilação neuromotora. O atleta deve ter o conhecimento de todos os elementos que interferem na capacidade de desempenho, como as capacidades e habilidades técnicas, as capacidades táticas e cognitivas, as capacidades sociais, as capacidades psíquicas, a condição física, os fatores constitucionais endógenas e de saúde. Todos esses elementos apresentados devem ser trabalhados diariamente, pois o resultado final de um jogo ou de uma competição está ligado diretamente com o desenvolvimento pleno desses elementos. Uma competição internacional como os Jogos Olímpicos, por exemplo, exige uma preparação perfeita diante do grau de exigência que o atleta é submetido. Essa preparação deve ser feita em um ciclo olímpico que dura 4 anos. Tenho observado que os atletas e as equipes que estão tendo resultados significantes no Clube são aqueles que estão realmente aproveitando

tudo o que o Paineiras está oferecendo no que diz respeito a infraestrutura física e técnica. O Clube oferece espaço físico e material condizentes com a necessidade, e um corpo de profissionais competentes e experientes no esporte. Portanto, existe um ambiente favorável para o atleta ter sucesso”.

**Kerolyn de Souza Valente** é nutricionista do Departamento de Esportes cujo atendimento prestado é focado apenas nos atletas de modalidades de caráter competitivo. Diretora Técnica e Nutricionista da Nutri and Fitness Coaching. Formada em nutrição na USP, em nutrição e ciência dos alimentos na University Of Florida (EUA) e pós-graduada em fisiologia do exercício pela Unifesp. Sobre seu trabalho, Kerolyn explica: “Como nutricionista esportiva, busco sanar todas as questões pertinentes à alimentação para períodos de treino, assim como salientar e incentivar hábitos saudáveis para que a recuperação muscular dos atletas ocorra de modo satisfatório a cada final de treino e temporada de competições. O foco de todos os esforços é, com toda certeza, além de promover saúde e qualidade de vida aos nossos atletas, permitir a realização de sonhos, os quais, no caso deles, estão intrinsecamente relacionados ao desempenho. Um atleta deve saber selecionar os alimentos, por sua qualidade e/ou benefícios, esse é o principal aprendizado. É essencial que eles conheçam a composição dos alimentos, se são fontes de carboidrato, proteína ou lipídeo. Assim, se torna mais fácil a categorização dos mesmos quanto a: alimentos que devem compor minhas refeições pré, durante e pós-treinamento. Do mesmo modo, ao conhecer os alimentos, o atleta torna-se apto a melhor selecionar sua alimentação para todo o dia, seja este um dia de treino ou de competição. Um tópico também fundamental e de não menos importância é a hidratação. Compreendendo a importância do treinar bem e se recuperar bem, o atleta torna-se pronto para enfrentar seus maiores desafios competitivos: os Jogos Olímpicos. Ao se aproximar o dia da competição, contudo, é essencial que o atleta se preocupe com as diferenças de fusos horários locais e passe a se adaptar o quanto antes (se possível, já alguns dias antes de sua decolagem). Modificações na alimentação podem auxiliar ainda mais este processo de readaptação local e propiciar, claro, um desempenho melhor durante as provas. Ganhar ou perder uma competição é, do meu ponto de vista, sempre uma conquista. Por isso, não posso deixar de comemorar cada segundo a menos e o “melhor da vida”, dos meus atletas da natação; a luta finalmente ganha contra aquele mesmo adversário, dos meus atletas do judô; o gol marcado ou defendido, que quase nunca acontecia, mas que aconteceu na hora certa, dos meus atletas do polo aquático; o final do set sempre cansado, que foi superado, e partimos para a final, dos meus atletas do tênis; e aquela alçada





que não saiu quase o ano todo, mas que foi perfeita no dia do Sul-Americano, das minhas atletas do nado sincronizado. Eles são a minha maior conquista, todos os dias!”.

**Arthur Ferraz** é psicólogo formado pela PUC-SP, especialista em Psicologia do Esporte do Conselho Federal de Psicologia. Atua na área desde 2001 como psicólogo clínico de esporte. Já atuou como psicólogo da CBDA (desportos aquáticos) nas Olimpíadas de Atenas 2004 e Londres 2012, e também na CBDN (desportos na neve) nas olimpíadas de inverno de Sochi 2014. Está no Paineiras desde 2003 e em 2013 passou a integrar a equipe do Centro de Apoio. Sobre o seu trabalho junto aos atletas, ele explica: “A psicologia do esporte desenvolve os aspectos mentais, emocionais e cognitivos envolvidos na prática esportiva. No esporte competitivo, cada detalhe faz a diferença e a forma como o atleta pensa e se envolve com sua atividade irá determinar o seu desempenho. No nosso trabalho, desenvolvemos três áreas principais: as habilidades psicológicas, como motivação, atenção, confiança, concentração, controle do nível de ativação e etc.; os fatores ambientais, como as expectativas com a competição, relação técnico-atleta, metas pessoais, organização, atitudes de treino e competição; e os fatores emocionais. Um atleta desenvolvido é capaz de controlar estas três áreas no momento do treino e na competição terá certamente um desempenho superior. O processo de preparação para um grande evento é similar a preparação para qualquer outro, e ter esta consciência é o primeiro passo para o sucesso. A grande diferença é a carga emocional envolvida. As expectativas são maiores, a ansiedade é maior e a capacidade de motivação, realização, assim como a de frustração são muito mais intensas. O atleta precisa conseguir usar isso a seu favor, estar tranquilo para se dedicar ao máximo, com o foco no processo, durante toda a preparação, usando a importância do evento como forte motivador e desenvolver a capacidade de gerenciar as expectativas e ansiedades quando o evento se aproxima. Nestes eventos, ocorrem muito mais erros em função destes estados e o atleta equilibrado terá a capacidade de obter desempenhos melhores e inclusive vitórias surpreendentes. O trabalho de psicologia exige uma relação próxima o suficiente para que o atleta confie no profissional para falar de seus medos, inseguranças e sentimentos, mas ao mesmo tempo precisa de um distanciamento para não se tornar apenas alguém que dá conselhos, e possa também cobrar e criticar. Muitos dos atletas, principalmente as equipes do nado sincronizado, acompanho há vários anos, desde a categoria infantil até o sênior, e com esse vínculo o trabalho fica muito mais fácil, pois existe uma relação de confiança, respeito e parceria. Já tive momentos marcantes na minha carreira com o Nado Sincronizado, nos

jogos olímpicos em Atenas e Londres, com a Vela em Londres e o Ski Cross Country em Sochi, mas quando nos envolvemos com os atletas, cada equipe e torneio é importante. Já houve campeonatos paulistas e brasileiros de categoria que me emocionaram tanto quanto os grandes eventos, pois participar de uma conquista importante na vida do atleta e saber que pôde ajudá-lo a se superar é uma grande realização”.

**Augusto Barbosa** é preparador físico com doutorado em Educação Física e atualmente dirige sua empresa, a Measure Ciências do Esporte, e fornece serviços de biomecânica e análise de desempenho para importantes equipes de natação no Brasil e também para o Comitê Paralímpico Brasileiro. Participou da preparação de atletas convocados para os Jogos Olímpicos (Pequim 2008, e Londres 2012), Jogos Olímpicos da Juventude (Singapura 2010) e Campeonatos Mundiais (Dubai 2010, Shanghai 2011, Istambul 2012, Barcelona 2013, Doha 2014), e presta consultoria científica a empresas ligadas ao desenvolvimento da tecnologia no esporte. Também é membro do conselho de revisão de inúmeras revistas científicas do esporte e está envolvido em diversos projetos de pesquisa em algumas das principais universidades do país, tendo resultados disponíveis em publicações nacionais e internacionais. Sobre sua atuação no Clube Paineiras, ele comenta: “A minha função é traduzir em números os movimentos executados pelos atletas. Ângulos, distâncias, velocidades, forças são quantificados por meio de diversos equipamentos de alta tecnologia. Com esses dados é possível comparar os nossos atletas com as referências mundiais, identificar suas potencialidades e limitações, prevenir lesões, além de orientar e monitorar os treinamentos. Após obter as informações passamos ao segundo estágio, que é a intervenção. Para que seja bem sucedida, é extremamente necessária a atenção e o foco de ambos, técnico e atleta, que buscarão juntos a construção de um novo movimento, mais eficaz e eficiente. Muitos fatores estão envolvidos em uma grande realização como a participação nos Jogos Olímpicos. De modo geral, os muitos estágios no caminho até lá serão atingidos inegociavelmente por meio de um bom treinamento, que exige equilíbrio adequado entre esforço e descanso”.

Os profissionais do “Centro de Apoio ao Atleta” interagem entre si com trocas de informações importantes como controle de peso corporal, controle de hidratação, controle de desgaste e de recuperação, e também controle do humor e do comportamento dos atletas. Essa troca de informação se dá através das planilhas de controle fisiológico geral on-line e também nas reuniões semanais. Assim, com essas informações é possível ter um trabalho adicional individualizado corrigindo as prováveis deficiências dos atletas.

# AGENDA PAINEIRAS

## JULHO/AGOSTO

### 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

#### KARAOKÊ

Das 20h à 1h. Piano Bar.

### TODOS OS SÁBADOS

#### TREINO DE CORRIDA NA USP (SCORP)

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

### TODOS OS FINAIS DE SEMANA

#### MONITORIA INFANTIL

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

### CINE PAINEIRAS

Em julho o Cineteatro passará por uma reforma para melhor atender aos associados. Sendo assim, não haverá exibição de filmes nesse período.

- INSTITUCIONAIS
- SOCIOCULTURAIS
- KIDS
- ESPORTIVOS



### 13 A 18 DE JULHO

#### 2º CIRCUITO BROADWAY FÉRIAS COM FERNANDA CHAMMA

Informações na Central de Atendimento – CAT.

### 13 DE JULHO

#### INSCRIÇÕES PARA ESTUDO E MONTAGEM DO MUSICAL "A NOVIÇA REBELDE"

Informações no Estande de Vendas.

### 13 A 18 DE JULHO

#### 68º PAINEIRAS CAMP – 2ª TURMA

Informações na Central de Atendimento – CAT.



### 18 DE JULHO

#### NOITE DO QUEIJO E VINHO

A partir das 21h30. Piano Bar.  
Ingressos no Estande de Vendas.

## 20 A 24 DE JULHO

### MASTER CLASS DE DANÇA PAINEIRAS DO MORUMBY

Ingressos e mais informações no  
Estande de Vendas.

## 25 E 26 DE JULHO

### 3ª ETAPA DO CAMPEONATO PAULISTA DE PETECA

Quadras do Vale.

## 3 A 24 DE AGOSTO

### EXPOSIÇÃO DE OBRAS DE SÉRGIO LEMOS DE OLIVEIRA

Centro Cultural.



## 4 DE AGOSTO

### LES MISÉRABLES IN CONCERT

Às 21h. Cineteatro.

## 4 A 11 DE AGOSTO

### EXPOSIÇÃO E APRESENTAÇÃO DO 18º ANUÁRIO LATINOAMERICANO DE LAS ARTES PLÁSTICAS

Das 9h às 22h. Saguão Social.

## 8 DE AGOSTO

### SÁBADO MUSICAL COM PEACEMAKERS ROCK BAND

A partir das 21h30. Piano Bar.

## 9 DE AGOSTO

### ALMOÇO ESPECIAL DE DIA DOS PAIS

A partir das 12h. Salão Nobre.

## 15 DE AGOSTO

### APRESENTAÇÃO DO CISNE NEGRO CIA. DE DANÇA

Às 20h. Salão Nobre.

## 15 DE AGOSTO

### TORNEIO DE TRANCA

Às 14h. Sala de Carteados.

## 22 DE AGOSTO

### APRESENTAÇÃO DA ORQUESTRA PINHEIROS

Às 17h. Cineteatro.

## 27 DE AGOSTO

### HORA DO CONTO ESPECIAL – MITOS E LENDAS DO FOLCLORE BRASILEIRO

Às 16h. Biblioteca.

## 29 DE AGOSTO

### 55 ANOS DO CLUBE PAINEIRAS DO MORUMBY. "GOD SAVE THE QUEEN", COM UM TRIBUTO A BANDA QUEEN

A partir das 21h. Salão Nobre e Saguão Social.



# Serviços que você encontra no Paineiras:

Horários especiais durante as férias de julho! Em caso de dúvida consulte a Central de Atendimento.

## 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 diferenciado no período de férias:

De 29/06 a 19/07, segunda a sexta: 8h às 19h

De 20/07 a 31/07, segunda a sexta: 9h às 19h

Sábado, domingo, feriado e emenda de feriado (10/07): 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 de Tênis) – 3779.1737

Horário de atendimento:

Terça e quinta: 14h às 20h

Quarta e sexta: 10h às 20h

Sábado, domingo e feriado: 9h às 14h

### Hobby Vídeo

(Rampa de acesso à Portaria Social – Ao

lado do Cineteatro) – 3779.2036

Horário de atendimento:

Segunda a sábado: 10h às 20h30

Domingo e feriado: 10h às 20h

### Lava-rápido Girassol

(Estacionamento – Terceiro subsolo Piso Paineira

das Pedras -3) – 3779-1731

Horário de atendimento:

Segunda a sexta: 8h às 18h

Sábado: 8h às 18h

Domingo: fechado | Feriado: 8h às 17h

### Reprografia

(Sede Social, piso 1S – Próximo

ao Memorial Paineiras) – 3779.2019

Horário de atendimento:

Segunda a sexta: 8h30 às 17h

Sábado: 8h às 16h

\*Fechada para almoço das 12h às 13h

Domingo e feriado: fechado

## Diversos (Infraestrutura e Serviços)

### Academia

(Complexo Esportivo, piso 2S) - 3779.2107

Horário de atendimento:

Segunda a sexta: 6h às 22h

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

### Boliche 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

### 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

### E Se Sushi?

(Boliche) – 3779.1700

Horário de Atendimento: Terça a domingo: 12h às 22h.

### 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 pizzaria

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

## Estudo do Meio - Aprendizado Presencial

Alunos dos 2º e 3º anos do Ensino Fundamental I realizaram uma viagem de Estudo do Meio para Socorro no mês de maio.

Lá tiveram a oportunidade de conhecer o funcionamento do apiário, da pecuária, do pomar, do cafezal, da energia utilizada em fazenda, da horta e trilhas no próprio Hotel.

Nos três dias de estudo, visitaram algumas fábricas da região e puderam perceber a diferença entre a produção artesanal e industrial. Foram a uma malharia e viram máquinas de última geração preparando a malha. Também visitaram uma fábrica de cerâmica, onde os funcionários pintam peça por peça.

Segundo a Coordenadora Educacional e Pedagógica, Erica Mantovani, os Estudos do Meio são extremamente importantes, pois tornam concreto o conteúdo trabalhado na Escola. "É prazeroso ver o interesse dos alunos e as relações que eles criam através do aprendizado".

"Outro fator importantíssimo é a oportunidade de convivência social e estreitamento de laços de amizade em um ambiente descontraído e interessante", pondera a coordenadora.



COLÉGIO  
**Mater Dei**



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



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



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



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

**ITAIM NOBRE – 258 M<sup>2</sup> ÚTEIS**  
3 Suítes/Escritório/4 Vagas/11 Vagas  
para Visitantes  
Ampla Terraço – Linda Vista para Novo  
Parque – Ótima Oportunidade!  
Consulte-nos, Atendemos  
Preferencialmente aos Colegas dos  
Clubes Paineiras, Paulistano,  
Pinheiros e Hebraica  
Veja Fotos REF. 72177  
[www.cheznousimoveis.com.br](http://www.cheznousimoveis.com.br)  
[contato@cheznousimoveis.com.br](mailto: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  
Av. Rouxinol, 55 – cj. 1.202 – Moema

[solschneider@hotmail.com](mailto:solschneider@hotmail.com)  
(11) 9.9595-3550

**VENDO APARTAMENTO NO REAL  
PARQUE, 370 M<sup>2</sup> DE ÁREA ÚTIL  
RUA MARQUÊS DE SABARÁ**  
**R\$ 2.700.000,00**  
Impecável com Armários Novos  
Todo Reformado  
Área de Lazer Completa

Anúncio ZAP Imóveis:  
Código – IM36595743  
[estela@estelaaranha.com.br](mailto:estela@estelaaranha.com.br)  
(11) 9.9109-4416

**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 [karina.marketing@clubepaineiras.com.br](mailto:karina.marketing@clubepaineiras.com.br), até o dia 15 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!



## 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

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
- ✓ 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](https://www.facebook.com/materdeisp)



[@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

Mundo do Enxoval

OFF

*até 50%  
de desconto*

MOEMA - JARDINS - SHOP. D&D  
SHOP. CIDADE JARDIM - SHOP. IGUATEMI ALPHAVILLE

[WWW.MUNDODOENXOVAL.COM.BR](http://WWW.MUNDODOENXOVAL.COM.BR)  
TELEVENDAS: 11 2348-9999

