



Paineiras

REVISTA MENSAL DO CLUBE PAINEIRAS DO MORUMBI - JUNHO DE 2000



● **Meninas do
Paineiras
brilham nas
piscinas**

Arraiá do Paineiras: três dias de danças e comidas típicas na festa junina mais divertida da cidade pág. 19

EXPEDIENTE

Clube Paineiras do Morumby

Av. Dr. Alberto Penteado, 605

Morumby – São Paulo – SP

05678-000 – tel.: 3779-2000

<http://www.clubepaineiras.com.br>

e-mail: central_atendimento@clubepaineiras.com.br

CONSELHO DELIBERATIVO

Presidente: Waldyr Arid

Vice-presidente: Álvaro Bruzadin Furtado

Secretário: Adolfo do Carmo Neto

DIRETORIA EXECUTIVA

Presidente: Gilberto Henrique Fleury Guimarães

1º vice-presidente: Luiz Cesar Pardini

2º vice-presidente: Nelson Berlanga Henriques

Secretário: Ciro Tadeu Alcântara

Tesoureiro: Sílno Ferreira

CONSELHO FISCAL

Presidente: Hélio de Lima Carvalho

Secretário: Carlo Vergara Caffarelli

Membros efetivos: Carlo Vergara Caffarelli,

José Ronael Piccin, Pedro José Dias Lima,

Renato Eduardo S. Ciamponi

Membros suplentes: Liomar Albuquerque Schil,

Walter Barone

Auditor externo: Boucinhas & Campos

COMISSÃO DE SINDICÂNCIA

Presidente: Odmir Antônio Martins

Secretário: Gil Pereira R. dos Santos

Membros efetivos: Emílio Geraissati Filho,
Silene M. de Arruda Rolla, Walter Tranchesi Roriz

Membros suplentes: Antonio José Bittar,

Alfredo Melo Grecco

COMISSÃO DE JULGAMENTO

Presidente: Álvaro Luiz Bruzadin Furtado

Secretário: Valter Lucato

Membros efetivos: Flávio Simões,
João Henrique A. Grillo, Joffre Antonio B. D. A. Sanin

Membros suplentes: Piergiorgio Helzel,

Antoninha H. Linares

Paineiras

Publicação mensal dirigida aos associados
do Clube Paineiras do Morumby

Marketing e Comunicação:

Cinthia Rosenberg

Assistente de comunicação:

Sandra Regina Proença Sabino

Melissa Cardoso Fraga Moreira

Produção editorial:

Editora Página Viva

Jornalista responsável:

Gabriel Tranjan Neto (MTB 9.161)

Editora: Anacarolina Garcia

Fotolitos: Picture

Impressão: Litokromia

Foto da Capa: Rita Narciso

Sumário.....

Editorial

3

Esportes

5.....



Isabela e Carolina de Moraes: atletas do Paineiras em Sydney.

Pólo Sul-Americano

12

Atletas do Pré-Olímpico

14

Enquete: namoro

16.....



A associada Mirella fala da infidelidade masculina.

Cinema

18

Social

19.....



Rosi Campos e Cláudia Borioni na peça As sereias da Zona Sul, dia 15 no Clube.

Agenda

27

Quarenta anos de conquistas

Caro associado

Em junho de 2000 o Clube Paineiras do Morumby estará pela primeira vez em sua história, ao longo desses quarenta anos, realizando sua festa junina em três dias. Estaremos juntos participando de uma das mais divertidas e tradicionais festas de São Paulo, particularmente do Morumbi, na noite do dia 9 (sexta-feira) e durante as tardes e noites dos dias 10 e 11 de junho, respectivamente sábado e domingo.

Prometemos, como sempre, várias atrações, shows e as tradicionais barracas de comes-e-bebes típicos da época, além de jogos e brincadeiras.

Esperamos proporcionar aos associados e seus convidados um evento digno do 40º aniversário de nosso Clube. Aliás, por falar em aniversário, a Diretoria do Clube Paineiras do Morumby já se prepara a todo vapor para a grande festa, quando comemoraremos os quarenta anos desse que é hoje, com toda a certeza, um dos maiores clubes esportivo, social e cultural do nosso país. Foi graças à abnegação de alguns, ao esforço de muitos e à camaradagem, cortesia e educação de todos que conseguimos alcançar essa grandeza.

Mantemos hoje, com nossos co-irmãos, uma relação cordial de colaboração. Concorremos quando necessário, sempre com espírito esportivo, até por sabermos que a disputa é uma prática por vezes dolorosa, mas que sempre produz ótimos resultados.

O Clube Paineiras do Morumby vem crescendo ano a ano, enfrentando as inúmeras crises econômicas



Dr. Gilberto H. Fleury Guimarães,
presidente do Clube Paineiras

Éric B.

vividas pelo nosso país. A cada gestão percebemos mudanças positivas que resultam em benefício para o associado. Entendo que isso acontece porque todos que me antecederam no comando do Clube acreditavam, como eu, que o espelho retrovisor revela, invariavelmente, maior nitidez que o vidro dianteiro.

É com o erro que aprendemos; portanto, estou certo de que nossos erros serão o acerto daqueles que vierem a nos suceder.

Muitas vezes nós, da Diretoria Executiva, tememos por algumas decisões. Sabemos que seremos alvo de críticas, mas durante todo o tempo temos certeza de que o valente não é aquele que não sente medo, mas sim o que luta e vence esse medo.

Aliás os perigos que conhecemos não devem ser os que mais nos assustam. Os desconhecidos, sim, devem inspirar nossos maiores receios.

O que nos conforta é saber que, sejam quais forem os perigos, conhecidos ou desconhecidos, quando enfrentados com amor não suportam dúvida, pois a crença no sucesso é fundamental.

Acreditando que estamos sempre fazendo o nosso melhor, reuniremos força e coragem para levar nosso trabalho até o fim, com dignidade e honestidade.

Ajudem-nos a fazer um Paineiras mais feliz!

GILBERTO H. FLEURY GUIMARÃES
Presidente

Eleições da Diretoria Executiva e do Conselho Fiscal

Senhores sócios

O Conselho Deliberativo se reunirá, ordinariamente, até o dia 15 de agosto do corrente ano para eleger a Diretoria Executiva e o Conselho Fiscal para o biênio 2000/2002.

O Regimento Interno do Conselho Deliberativo disciplina os trabalhos pré-eleitorais e eleitorais e estabelece as condições básicas para a participação dos sócios nesta importante assembléia.

Diretoria Executiva

A eleição para a Diretoria Executiva será por chapa completa, constituída por presidente, dois vice-presidentes, tesoureiro e secretário.

Só podem ser candidatos os associados eleitores que pertençam ao quadro social pelo menos três anos antes da data do escrutínio, e apenas conselheiros e ex-conselheiros poderão se candidatar à presidência e às vice-presidências.

Conselho Fiscal

A eleição para o Conselho Fiscal será por apresentação de candidaturas individuais, podendo ser candidatos os associados eleitores que pertençam ao quadro social pelo



Waldyr Arid, presidente do Conselho Deliberativo

menos três anos antes da data do escrutínio.

O Conselho Fiscal compõe-se de cinco membros efetivos e três suplentes. Não menos de três membros efetivos e dois suplentes deverão ser, indiferentemente, economistas, contadores, técnicos em contabilidade ou técnicos em administração (parágrafo único do Art. 108 do Estatuto Social).

As candidaturas deverão ser formalizadas por meio de inscrição na Secretaria do Conselho Deliberativo até vinte dias antes do pleito.

O edital de convocação para a reunião ordinária será amplamente divulgado com antecedência mínima de trinta dias da data das eleições.

Colégio Eleitoral

O sistema eleitoral do Clube Paineiras do Morumby está

disciplinado de acordo com a seguinte seqüência:

Os sócios (aproximadamente 5.500) elegem, nos anos ímpares, os integrantes do Conselho Deliberativo, que, juntamente com os conselheiros vitalícios (ex-presidentes, em número de treze), nos anos pares votam nas eleições para escolha da Diretoria Executiva e do Conselho Fiscal.

Algumas idéias estão sendo apresentadas à Comissão Temporária de Reforma do Estatuto Social, com a finalidade de possibilitar uma maior participação do quadro associativo na escolha dos dirigentes do Clube. Uma delas é o aumento do número de conselheiros vitalícios: os conselheiros com mais de 24 anos de mandato ininterrupto passariam à categoria de conselheiros vitalícios, abrindo vagas para mais e novos integrantes do Plenário do Conselho Deliberativo.

Envie sua sugestão. A Comissão Temporária de Reforma do Estatuto Social trabalha para que o Clube Paineiras do Morumby tenha um estatuto social moderno e eficiente.


WALDYR ARID

Presidente do Conselho Deliberativo

De Sydney para o Japão

Depois de mostrar a força do nado sincronizado brasileiro no Pré-Olímpico e garantir a classificação do Brasil na Olimpíada de Sydney, entre os dias 1º e 7 de maio, Carolina e Isabela de Moraes voaram para o Japão e participaram de uma competição para países convidados, que contou com a presença dos dez melhores duetos do mundo. Concorrendo com 28 adversárias, as gêmeas ficaram em sexto lugar. O Paineiras parabeniza as atletas e a técnica Andréa Curi.



As gêmeas do nado com a técnica Andréa Curi e o vice-presidente do Paineiras, Néelson Berlanga.

Éric B.

Isabela e Carolina de Moraes em ação.

Paineiras no Kim Mollo

Pela primeira vez em sua história o Paineiras classificou atletas para participar do Troféu Kim Mollo, competição que reúne os melhores nadadores das categorias Infantil e Juvenil e que aconteceu entre os dias 13 e 14 de maio. Por meio de seletivas são formados os grupos de cada região, e no selecionado Paulista da 1ª Região, realizado no dia 8 de abril, destacaram-se os seguintes atletas: Catherine Oliveira (Infantil I) 50 e 100 livre, 100 costas e revezamentos; Carlos Costa (Infantil II) 100 peito e revezamentos; Nami Kihara (Infantil II) 100 livre, 200 medley, 100 borboleta e revezamentos; Katrin Hubbe (Infantil II) 100 costas, 50 livre e revezamentos e Carla Moreira (Juvenil) 50 e 400 livre e revezamentos.

O Paineiras também parabeniza os demais nadadores e o técnico Wladmilson Veiga, o Wlad, pelo competente trabalho que resultou nessa inédita classificação.

Na próxima edição serão divulgados os resultados das provas.



As atletas classificadas para participar do Troféu Kim Mollo, um dos mais importantes da natação infantil e juvenil.

Natação em boa forma

Nos dias 22 e 23 de abril nadadores do Paineiras participaram da Copa Almirante Saldanha da Gama de Natação, uma das mais importantes competições infanto-juvenis do ano – quebraram-se recordes paulistas e brasileiros –, com prêmios em dinheiro aos melhores índices técnicos. Disputaram a Copa, realizada em Santos, 567 nadadores de clubes de Goiás, Minas Gerais, São Paulo e Rio de Janeiro, este último representado pela forte equipe do Vasco da Gama. Os atletas do Paineiras que capricharam na performance foram: Nami Kihara, 2º lugar nos 100 livre e 200 medley, Milena Maeda, 2º nos 100 borboleta, Carla Moreira, 3º nos 100 livre e Carlos Costa, 3º nos 100 peito.



Paineiras ESPORTES

Natação Master coleciona medalhas

Com o 2º e o 5º lugares obtidos respectivamente pelas equipes masculina e feminina, a natação Master do Paineiras conquistou o 2º lugar na classificação geral do Open Master Nada Mais, realizado em Santos nos dias 8 e 9 de abril. Parabéns à técnica Inês Corbetta e aos atletas Helena Castro, Regina Vieira, Jarbas Jakson, Ricardo Yamin, Luiz Roberto Ratto, Álvaro Teno Jr., Nadir Täubert, Mariana Guimarães, Paulo Motta, Virgílio Bassanelli, Marcos Saliture Neto e Luiz Fernando Fachini.

Entre 29 de abril e 1º de maio a equipe disputou o Campeonato Brasileiro em Salvador, Bahia. Ao lado, os resultados.



Atletas	Resultados
Luiz Ratto	2º lugar 50 peito
Helena Castro	2º lugar 200 livre
Marcos Saliture Neto	3º lugar 100 costas
Carlos Michelini	1º lugar 100 e 200 costas
Regina Vieira	2º lugar 400 medley e 3º 200 borboleta
Vivien Lantieri	2º lugar 100 peito e 3º 200 peito
Nadir Täubert	1º lugar 200 peito, 2º 200 livre e 3º 100 peito
Mariana Guimarães	1º lugar 100 peito e 50 livre e 2º 200 peito
Viviane Novailhetas	1º lugar 50 livre, 50 borboleta e 100 borboleta
Gian Rastelli	2º lugar 200 costas e 800 livre e 3º 100 costas
Paulo Motta	1º lugar 100 e 200 borboleta, 2º 100 livre e 3º 50 borboleta
Gherda Hupfeld	1º lugar 100 peito, 2º 50 livre e 50 costas, e 3º 200 peito
José Eugênio Guisard	1º lugar 50 e 100 livre e 2º 100 e 200 costas
Jarbas Dinkhuysen	2º lugar 200, 400 e 800 livre, e 3º 50 borboleta

Revezamento	
Equipes	Resultados
Equipe 200+ Feminino Gherda Hupfeld, Vivien Lantieri, Viviane Novailhetas e Helena Castro	3º lugar 4x50 estilos e livre
Equipe 200+ Masculino José Guisard, Luiz Ratto, Paulo Motta e Evandro Ribeiro	2º lugar 4x50 estilos
José Guisard, Ney Borges, Paulo Motta e Jarbas Dinkhuysen	1º lugar 4x50 livre
Equipe 200+ Misto José Guisard, Viviane Novailhetas, Paulo Motta e Helena Castro	2º lugar 4x50 livre
José Guisard, Viviane Novailhetas, Paulo Motta e Vivien Lantieri	2º lugar 4x50 estilos

Cumprimentos da Federação

Mais uma vez a tenista do Paineiras Carolina Alves de Lima Salge foi cumprimentada por Raul Cilento, presidente da Federação Paulista de Tênis, pelos títulos conquistados entre os meses de fevereiro e abril. Ela foi campeã de simples, categoria 14 anos, na etapa do Paraguai do Circuito Cosat 2000, entre 28 de fevereiro e 5 de março, e no III Torneio Nacional Infanto-Juvenil do Harmonia Tênis Clube, entre 3 e 9 de abril, em São José do Rio Preto.

Craques da raquete

O Paineiras cumprimenta seus atletas que, com esforço, dedicação e técnica, se destacaram nas quadras de tênis em abril. São eles:

Francis Yoshimoto, campeão na categoria 18 anos e Patrícia Assumpção, semifinalista na categoria 16 anos, na 1ª etapa do Circuito Unimed, realizada em Joinville/SC, no período de 24 a 30 de abril.

Bruna Cunha, campeã na categoria 14 anos do 2º Bananna Cup, na Academia Bananna Sports.

Thomas Leite da Silva, semifinalista do 9º Torneio Aberto Kolynos Tennis Hill, nos dias 8 e 9 de abril, e do Word Cup 2000, nos dias 15 e 16 de abril, no Meyer Tennis.

Rosângela Fritelli, vice-campeã de simples e duplas do Torneio Internacional de Veteranos de Curitiba, entre 17 e 22 de abril, no Graciosa Country Club. Por esse título, ela recebeu os cumprimentos de Raul Cilento, presidente da Federação Paulista de Tênis.

João Paulo B. Casagrande (na foto ao lado), vice-campeão do 7º Aberto Infanto-Juvenil de Tênis, categoria 12 MB, entre 29 de abril e 1º de maio, na Sociedade Hípica de Campinas.



*A natureza
expressa suas
Belezas de
Muitas maneiras.*

Sua beleza natural,
rejuvenescida com a mais
alta tecnologia que a Auler
Clinic proporciona a você, com
os tratamentos para:

- Melhoria do tônus e textura da pele
- Correção de sulcos e cicatrizes
- Correção de rugas de expressão
- Reestruturação facial e corporal
- Tratamento para perda e recuperação capilar



Auler Clinic

Av. Angélica, 1.045
9º and. - cj. 93 - S. Paulo

Tels.: (0xx11)

826-1137 / 826-2699



No centro, o faixa-preta Eduardo Pinheiro.

Cuidado com ele

Eduardo Lacombe Pinheiro, aluno da turma de treinamento do Paineiras, prestou exame de graduação no dia 22 de abril e foi aprovado como faixa-preta 1º dan pela banca examinadora composta por membros da Confederação Brasileira de Karatê Tradicional e pelo mestre Tanaka 8º grau/Japão. Confirmando seu talento, dia 29 de abril ele conquistou o 3º lugar no Campeonato Paulista de Karatê Tradicional, categoria de 14 a 17 anos. Parabéns, Eduardo.

Tênis: um dos mais procurados

O curso de tênis da Área Formativa do Paineiras é atualmente um dos mais procurados pelos associados com idades entre 5 e 18 anos. Com o esporte, esses alunos – nada menos que 290 – desenvolvem os aspectos sócio-afetivo, cognitivo e motor por meio das estratégias criativas e motivantes aplicadas por seus professores. O curso estimula o convívio social entre crianças e jovens nas aulas em grupos, ministradas duas vezes por semana, com duração de 50 minutos.



A garotada se diverte nas aulas de tênis do Paineiras.



Muita diversão e brincadeira na festa de abertura do Circuito Esportivo da Acesc.

Brincando para comemorar

Os alunos do curso de Educação do Movimento, com idades de 3 a 6 anos, participaram da Gincana Lúdica, na abertura do Circuito Esportivo da Associação dos Clubes Esportivos e Sócio Culturais de São Paulo, a Acesc. Promovido pelo Paineiras, o evento trouxe mais de duzentas crianças para o Clube, além de inúmeros dirigentes dos clubes associados à Acesc, que se pronunciaram com palavras de incentivo e agradecimento.

Defesa física e mental

Preocupados com o desenvolvimento físico e mental, mais de cem associados estão matriculados no curso de karatê do Paineiras, dividido por faixa etária e graduação. Marcello Dutra, professor e 3º grau no estilo Shotokan, explica que "o karatê é mais do que uma luta, é uma arte marcial formativa que desenvolve o caráter saudável, levando o homem a vencer seu maior adversário, ele mesmo". Mais informações sobre o curso na Central de Atendimento.

Odontologia Cosmética e Restauradora Clareamento - ATM - Tratamento Anti-Stress



Maria Giuseppe Pellegrini Lopes, CD
Consultório 542.2770 Urgências 9931.6788

15% de desconto para sócios do Paineiras

Amigos até na luta

Atletas do Paineiras, Clube Harmonia de Tênis, Academia Aurélio Miguel, Colégio Boto, Ipê Clube e Objetivo (unidades Alphaville, Teodoro Sampaio, Paz, Cantareira, Granja Viana, Amparo e Marques) participaram do Torneio da Amizade de Judô, realizado no dia 9 de abril na quadra do Complexo do Vale do Paineiras. O clube agradece não só aos duzentos atletas, mas também aos pais e responsáveis presentes, que apoiaram e incentivam a prática desse esporte.

As medalhas entregues no final da competição: objeto do desejo dos judocas mirins.



Mais de duzentos atletas participaram do Torneio da Amizade de Judô.

AGENDA SAT 2000 – COMPETIÇÕES

Modalidades	Categorias	Período de realização	Eventos
Basquetebol	Mini e Infante – masculino 1984/85 – feminino 1978/82 – masculino	maio a novembro	Pré-olímpico Torneio Ipê de Basquetebol Torneio Ipê de Basquetebol
Futebol	Infantil/Infante/Juniors Livre – feminino	abril a junho maio a novembro	Camp. Metropol. Futebol Society II Torneio de Fut. Society Feminino
Futsal	Mirim e Infantil Iniciantes, Pré-mirim, Mirim e Infantil	abril a novembro maio a novembro	Copa Pentágono Copa Sindi-Clube – Pepac
Handebol	1984/85 – masculino 1981/80 – feminino 1981/82/83 – masc. e fem. Juvenil – feminino	junho a novembro maio a junho 21 a 25 de junho	Pré-olímpico Pré-olímpico II Circuito Aberto de Handebol VII Curitiba Cup
Pólo aquático	1987 – masculino Infantil, Infante-Juvenil fem. e Juvenil masc.	17 de junho maio a novembro	II Festival de Inverno de Pólo Aquático Copa Sindi-Clube – Pepac
Voleibol	1987/88 – feminino 1986/85 – feminino 1986/87 – masculino	junho – 2ª etapa outubro – 3ª etapa	Copa Paineiras de Voleibol

Campeões do Squash

Mais de cinquenta jogadores, divididos em três categorias, participaram do Campeonato Interno de Páscoa de Squash no Paineiras. O evento foi patrocinado pelo Fundamenta, Kopenhagen, D&D, Kopenhagen Moema e Raquetes e Cordas Cia. Ltda. Os jogadores ganharam camisetas, ovos, raquetes e sacolas. O Clube ganhou uma TV e um videocassete, que serão instalados no Squash para mostrar teipes do esporte. Veja os resultados:

Não perca o Campeonato Interno de Inverno de Squash em prol da Campanha do Agasalho. De 27 de junho a 2 de julho.

Categoria	Campeão	Vice-campeão
A	Alexandre Chow	Paulo Resston
B	André Havrenne	Marcelo Pereira
C	Paulo Nei	Ivo Ritcher

Aulas particulares de tênis

Maiores de 12 anos interessados em aumentar as chances de se tornar um Guga podem se inscrever nas aulas particulares de tênis entre os dias 27 e 28 de junho – somente alunos novos, não inscritos no primeiro semestre –, e 29 e 30 de junho – livre –, das 8 às 19 horas, nas quadras 5 e 6. É necessária a apresentação de teste de nível. Os professores estarão disponíveis para realização do teste no período de inscrição.

Corrida para a saúde

Inscreva-se no ScorP, Setor de Corredores do Paineiras, e obtenha orientação profissional, acompanhamento técnico, avaliações regulares e treinos práticos. Às terças-feiras, prática na pista de atletismo, e às sextas, teoria na sala de preparação física. Inscrições na Central de Atendimento.



A campeã na categoria amador, Roberta Rodrigues.

Troféu Brasil de Triatlon

Depois de mais de uma hora correndo, nadando e pedalando, a associada Roberta Fabiana Rodrigues conquistou o primeiro lugar na classificação geral da categoria amador, na 2ª etapa do 10º Troféu Brasil de Triatlon. A prova foi efetuada em 1h09m46s, no posto 6 da praia de Copacabana, no Rio de Janeiro, em 16 de abril. Roberta nadou 750 m em 11m34s, pedalou 20 km em 37m27s e correu 5 km em 20m45s. Com o tempo da prova a atleta obteve índice para participar da categoria profissional.

Além do incentivo do Paineiras, a associada conta com o apoio da academia Scandinavian e do restaurante Massas Florença, de Santos, onde reside e faz o curso de fisioterapia. A Adidas e a empresa Quality também apóiam a atleta.

Outros associados também participaram da prova nos respectivos "group age". São eles: Roberto Rodrigues, 2º colocado; Eduardo Brandel, 14º e Fábio Minozzo, 19º.

As próximas etapas serão realizadas em Belo Horizonte e Santos.

2ª Taça Ipê de Voleibol Master

A equipe de veteranas da categoria E do Clube faturou o 2º lugar na Taça Ipê, em 15 de abril, jogando contra o Clube Emeli. Placar final: Emeli, 1º lugar; Paineiras, 2º e Ipê, 3º.

Congratulações ao técnico Vagner B. da Silva e o assistente Vinicius Monteiro e às atletas Ana Maria M. Chao, Ana Monti, Ângela Maria, Blanche Taiar, Clélia M. de Souza, Eda Maria, Ilka Barbosa, Maria A. Nunes, Maria O. X. Grecco, Marina Letícia, Romilda V. Seixas, Silvana Vasconcelos, Solidea Afonso, Sônia Berger e Zita Maria.

VITAMINAS-SUPLEMENTOS-NUTRIÇÃO ESPORTIVA

e vita
www.e-vita.com.br

GNC-TWINLAB-WEIDER-SCHIFF-EAS
OPTIMUM NUTRITION-PROBIÓTICA

SANDUÍCHES DE METRO E TÁBUAS DE FRIOS PARA FESTAS

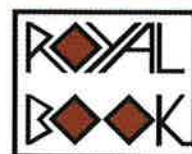
MORATO
LATICÍNIOS

ATACADO E VAREJO

QUEIJOS NACIONAIS E IMPORTADOS
GRANDE VARIEDADE DE FRIOS

Produtos de qualidade e ótimo atendimento

AV. PROF. FRANCISCO MORATO, 1328 **FONE: 3722 2441**



Livraria e Papelaria

Livraria
Papelaria
Presentes
Xerox

Real Parque:
3759.0133 / 3759.0333
Colégio Pio XII:
3758.8086
Colégio N. S. Morumbi:
3742.5513 - rl. 126

Cursos da Área Recreativa

Escolha o curso de sua preferência e inscreva-se. Mais informações na Central de Atendimento ou diretamente com os professores nos horários e locais de aula.

CURSOS DA ÁREA RECREATIVA			
Curso	Horários	Local	Professor
Lian gong	Quartas e sextas-feiras, das 7h30 às 8h30 e das 9 às 10 horas	Salão Nobre	Rose
Jiu-jitsu	Quartas e sextas-feiras, das 19 às 20h30	Sala de Judô e Caratê	Anderson
Squash	Terça a sexta-feira, das 17 às 20 horas	Quadras de Squash	Mário
Xadrez	Quinta-feira, das 16 às 21 horas e sábado, das 10 às 18 horas	Sala de Cursos 2	Eduardo
Tai-chi-chuan	Terças e quintas-feiras, das 8 às 9h30, das 8 às 12 horas, das 16 às 17h30 e das 18 às 19h30. Sábados das 8 às 9h30 e das 8 às 12 horas	A confirmar	Douglas
Hidroginástica	Terça a sexta-feira das 11h15 às 12 horas, das 12 às 12h45 e das 15 às 16 horas. Terças e quintas-feiras, das 19h30 às 20h30.	Piscina social Piscina olímpica	Márcia e Cíntia

Acontece no Paineiras

Campeonato Interno de Snooker -

Terças, quartas e quintas, a partir das 20 horas, na Sala de Snooker.

Torneio de Bocha - Sábados e domingos, a partir das 10 horas, na Cancha de Bocha.

Desafios de Squash - Terças, quartas e quintas, a partir das 19 horas, nas quadras de squash.

Desafios de Tênis - Terças, quartas e quintas, a partir das 19h30, nas quadras 7 e 8 de tênis.

Desafios de Tênis - Acompanhe os top five da nova lista do ranking:

Colocação	Atleta
1º	Sylvio Rodrigues Júnior
2º	Sérgio H. Stauffenegger
3º	Guilherme M. Lutz
4º	Sérgio Nabhan
5º	Willian A. Ting

Férias do barulho

A criançada de 4 a 12 anos que ficar em São Paulo nas férias já tem garantida uma semana superagitada, com brincadeiras e atividades ministradas por experientes monitores. O 39º Paineiras Camp acontecerá entre 11 e 16 de julho, das 8h30 às 17 horas, durante a semana e em período integral no sábado, com pernoite opcional. Os inscritos receberão material, camisetas, café da manhã, almoço, lanche e jantar – este para quem pernoitar no sábado. A recepção e a entrega das crianças acontecem na Plataforma Infantil. Vagas limitadas e inscrições na Central de Atendimento. Até 30 de junho, o preço é promocional e pode ser parcelado em duas vezes. Faça as contas:

39º PAINEIRAS CAMP				
Preços promocionais para pagamento – a vista ou parcelado em duas vezes – até o dia 30 de junho:				
Sócio 150 reais	2 irmãos 270 reais	3 irmãos 370 reais	Não-sócios 270 reais	Sócios participantes das temporadas de julho e dezembro de 1999 135 reais
Preços para pagamento após o dia 30 de junho – somente a vista				
Sócio 165 reais	2 irmãos 300 reais	3 irmãos 410 reais	Não-sócios 300 reais	Sócios participantes das temporadas de julho e dezembro de 1999 150 reais

Grande festa de encerramento

Os alunos dos cursos de natação do Básico 1, Básico 2, Adulto Adiantado e Condicionamento Físico estão convocados para a Festa de Encerramento do Curso de Natação Adulto, promovida pela Área Recreativa, dia 27 de junho, às 20 horas. Na programação, uma divertida batalha cultural e um animado videokê.

6ª Maratona de São Paulo

Além do ScorP, os corredores do Paineiras terão outra grande chance de sair correndo, dessa vez pelas ruas da cidade. Dia 11 de junho acontece a 6ª Maratona de São Paulo, com 42,2 km, com largada na praça Charles Miller e chegada no Parque do Ibirapuera. Transmissão ao vivo pela Rede Globo no Esporte Espetacular. Inscrições via Internet – www.maratonadesaopaulo.com.br – ou pelo telefone 0800-502000.

Torneio de Biribol Paineiras 40 Anos

Iniciando as comemorações do 40º aniversário do Paineiras, nos dias 29 e 30 de abril, o Clube sediou o Torneio Interclubes de Biribol para atletas com mais de 40 anos. O professor Dario Miguel Pedro esteve presente ao evento, que contou também com as equipes de Birigüi, São Paulo FC, EC Pinheiros e Paineiras. A equipe de Birigüi, campeã invicta, conquistou novamente o 1º lugar com os seguintes atletas: Arnaldo Rossini Júnior, Dario Miguel Pedro, Roberto Fernandes Storti e Eloi A. Vicente Momesso.

A equipe A do Paineiras ficou em 2º lugar, com Adolfo do Carmo Neto, Vicente Melo, Fernando Monteiro, Álvaro Marques Júnior, Joel Garbi e Júpiter Pedrazza, e a equipe B ganhou bronze, com Walter Roriz, Nelson B. Henriques, José Carlos Souza e Silva – o Zeca, Marco Antônio e Jorge Chanette. O Pinheiros ficou em 4º e o São Paulo, em 5º.

Condicionamento físico: um bom negócio

"Para que as pessoas possam ser felizes em seu trabalho estas três coisas são necessárias: devem estar aptas para realizá-lo, não devem trabalhar em excesso e devem ter uma sensação de sucesso nele."

John Ruskin

Empregados fisicamente aptos representam um bom investimento. Milhares de empresas gastam milhões em programas de aptidão e saúde (bem-estar) para seus funcionários, e essas despesas são justificadas por diversas razões:

- ❖ Custo-benefício: cada real gasto com aptidão e bem-estar no local de trabalho pode economizar vários reais. Trabalhadores fisicamente aptos são menos propensos a fumar, e o tabagismo custa muito dinheiro à indústria e ao comércio, em forma de gastos com saúde e limpeza, perda de tempo e, obviamente, incêndios.
- ❖ Produção: empregados fisicamente aptos são mais produtivos em qualquer ramo de trabalho.
- ❖ Segurança: trabalhadores fisicamente aptos são seguros e menos propensos a ter problemas incapacitantes na região lombar e outras lesões; quando lesionados, faltam menos dias.
- ❖ Saúde: trabalhadores fisicamente aptos faltam

menos no trabalho e são menos propensos a sofrer problemas degenerativos, como doenças cardíacas. Eles gastam uma parte menor do dinheiro despendido pela empresa com cuidado com saúde.

❖ Disposição: trabalhadores fisicamente aptos e os que participam de programas de aptidão são mais dispostos. Programas de aptidão e saúde aumentam a lealdade e reduzem a rotatividade de pessoal.

Se a sua empresa ainda não tem um programa de aptidão e bem-estar, converse com a gerência, reúna um grupo de colegas interessados e vá em frente. Conforme o programa se desenvolve, considere maneiras de intensificar o hábito da atividade física e o clima propício para a aptidão.

*Setor de Medicina Desportiva do Clube Paineiras do Morumbi
Cemesg: Sandra Olivieri, Carlos Augusto Salles, David C. Stephan
(médicos do esporte) e Turíbio Leite Barros Neto (fisiologista).*

Certificação

Fundação Vanzolini


**FUNDAÇÃO
VANZOLINI**


THE INTERNATIONAL CERTIFICATION NETWORK

A ponte
para o amanhecer
deste novo milênio

Certificação

ISO 9001/2/3 QS - 9000 AVS Q 94 ISO 14001 OHSAS-18001 QUALIHAB

São Paulo (0__11) 814-7366 R. 370 e 380
Belo Horizonte (0__31) 273 9001
Recife (0__81) 441 7222

Vitória (0__27) 324 8096
Manaus (0__92) 233 3212
Home page: www.vanzolini.org.br

As aventuras do pólo na

O cheiro de mofo no hotel, que provocou sérias crises alérgicas em Valéria; a comida ruim, que deixou todas as meninas no quarto de Mayla com problemas intestinais; a torcida contrária que lotou o estádio; o roubo "descarado" do juiz. Apesar de todas essas dificuldades, e competindo com sua equipe B (a A estava na Itália, no Pré-olímpico), o time de pólo aquático do Brasil – com seis meninas do Paineiras – ainda conseguiu uma medalha de bronze no último Sul-Americano da modalidade, disputado em abril no balneário argentino de Mar del Plata. A tristeza ficou por conta da comparação com os resultados anteriores: o Brasil sempre venceu esse torneio.

De volta ao país, as atletas do Paineiras que participaram da competição – Carolina, Juliana, Mayla, Viviane, Valéria e Priscila – reuniram-se para comentar a aventura na Argentina e falar de suas expectativas para o futuro.

Decepção

O choro de todas as jogadoras depois da derrota para as donas da casa na semifinal – 2x1 na prorrogação – exprimiu a frustração de um time que acreditava firmemente em suas chances de vitória. Apaixonadas pelo pólo aquático, essas meninas se declaram grandes

amigas também fora da piscina. São todas muito jovens e com excelentes possibilidades de brilhar na equipe A do Brasil nos próximos anos. As histórias de como começaram no esporte, porém, são bem diversas. Algumas até surpreendentes.

Aos 14 anos **Viviane Costa** – faz questão

que a chamem Vivi – ainda não sabia nadar. Não era sócia de nenhum clube, mas costumava ir ao Paineiras com

uma amiga, que a deixava esperando enquanto tinha aulas de natação. Foi ali, sentada diante da piscina, que o técnico do pólo fez a ela o surpreendente convite. Nem Vivi sabe ao certo como a coisa aconteceu. "Eles estavam precisando de atletas", acredita. A verdade, porém, é que a aposta deu certo: um ano depois, em 1996, ela já estava na seleção brasileira júnior.

A goleira **Carolina Frederico** – a Loli – tem 22 anos e está no 4º semestre do curso de desenho industrial no Mackenzie. Caçula em uma família de esportistas, conta que "cresceu vendo os

irmãos treinarem". Fez ginástica olímpica e praticou nado sincronizado por seis anos, mas quase abandonou as piscinas. Só entrou para o pólo por insistência de um técnico. Novo acerto: em menos de seis meses Loli já treinava na seleção.

Mayla Siracusa, 19 anos, é uma das mais jovens do grupo.

Estudante de jornalismo na Fiam, trabalha em um escritório de comunicação visual e confessa seu desejo de ingressar na área de publicidade. Fã de esporte desde cedo, só começou no pólo aos 16 anos. Era verão, fazia muito calor e deu vontade de "cair na água". Foi o que bastou. Para quem nunca havia treinado natação, a convocação para a seleção júnior, em 1998, veio rapidamente.

Viviane



Carolina



a Argentina

Com seis atletas do Paineiras, a equipe brasileira de pólo trouxe o bronze de Mar del Plata.



Mayla

Valéria Oliveira – a Tita – diz que está “ficando velha e trabalhando muito” e que continua a jogar pólo “enquanto não atrapalhar”. Depois sorri. Só pode mesmo ser brincadeira. Para quem sofreu uma cirurgia razoavelmente complicada, ficou seis meses parada e entrou direto nos treinamentos para o Sul-Americano, seu desempenho foi admirável. Hoje, aos 25 anos, formada em educação física pela USP em 1998, ela conta que começou no pólo depois de ler uma matéria no jornal do clube onde treinava natação. Apaixonou-se pelo esporte e defende a seleção há oito anos.

Priscila Almeida – a Piu – vai ficar um ano em San Diego, na

Califórnia. Deseja aprimorar o inglês e fazer um curso de administração de empresas, sua área de estudos (faltam apenas dois semestres para se formar pela Mauá). Começou a jogar pólo aos 13 anos, “só de brincadeira, para fazer um esporte”. Assistia freqüentemente ao treino dos meninos e gostou do jogo, mas garante que “não tinha nada a ver com paquera”. Hoje orgulha-se de ter defendido a seleção em sete campeonatos, desde 1995.

Juliana Manfrini tem 20 anos e praticamente cresceu dentro do Paineiras. Entrou na escolinha de esportes aos 8 e nunca mais deixou o clube, que freqüenta diariamente, desde aquela época. Aos 14, depois de algum tempo treinando natação, canalizou seu ímpeto esportivo para o pólo, com muito sucesso. Na seleção desde 1996, sua maior dificuldade é conciliar a rotina de treinamentos – “que consome boa parte da vida” – com os estudos na PUC, onde cursa a Faculdade de Economia.

Na Argentina, que não pôde conhecer por absoluta falta de tempo, o sexteto do Paineiras abusou da criatividade para se

distrair. Certo dia as meninas dançaram samba em plena praça ao lado do hotel, chamando a atenção de uma



Priscila

pequena e admirada multidão. Em São Paulo tudo fica mais simples. Sair com o namorado ou com as amigas, ir a festas, cinema, bares – “curtir as baladas”, como diz Valéria – é o que elas costumam fazer para se divertir, pelo menos quando conseguem escapar dos treinos e das outras obrigações do dia-a-dia. “Para continuar praticando pólo, temos que abrir mão de outras coisas”, define Juliana. Todas concordam. “O pólo é um esporte fascinante: quem entra não sai mais”, resume Priscila. ■



Valéria



Juliana

Carolina

Isabela

Isabela
Moura

Sydney 2000: Atletas do Paineiras

Em quarenta anos de existência do Clube, é a primeira vez que atletas do Paineiras participam dos Jogos Olímpicos.

Carolina e Isabela de Moraes, praticantes do nado sincronizado há doze anos, vão a Sydney tentar uma medalha para o Brasil na categoria dueto. Equipes brasileiras já estiveram em duas outras Olimpíadas – Seul e Barcelona –, mas só agora houve uma seletiva, e nela as gêmeas ficaram em 14º lugar. “Estamos felizes com o resultado, mas esperávamos a décima colocação”, conta Carolina, explicando que os juízes eram de nível B e por isso estavam desinformados sobre a qualidade do nado brasileiro.

Décima ou décima quarta, elas conseguiram a colocação, e um dos motivos de sua competente performance – bronze nos XIII Jogos Pan-Americanos de Winnipeg, em 1999 – é o fato de morarem e treinarem há cerca de dois anos nos EUA. “Lá elas competem

umas sete vezes a mais do que no Brasil, tornam-se conhecidas pela arbitragem, o que dá prestígio ao atleta, e fazem uma constante manutenção na coreografia”, explica Andréa Curi, técnica de Isabela e Carolina há onze anos. “Além da estrutura, que é muito boa, e do apoio da universidade”, completa Isabela.

Como em Winnipeg, a canção que vai embalar o balé das gêmeas será de Tom Zé e José Miguel Wisnik. Como prometido, eles compuseram *Peixe viva* especialmente para a dupla, que faz questão de levar a cultura brasileira para todos os lugares em que compete.

Falta de patrocínio

Além de Carolina e Isabela de Moraes, mais três atletas do Paineiras participaram do Pré-Olímpico: Isabela Moura, no conjunto do nado sincronizado, e Andréa Berlanga Henriques e Mariana Roriz na equipe do pólo aquático. Apesar do esforço e dedicação, elas não conseguiram a classificação, todas pela mesma

razão: falta de incentivo. “O nado compete pouco internacionalmente, não acumula experiência e não é conhecido da arbitragem”, queixa-se Isabela Moura, 17 anos, nove deles no nado. Mariana integra o coro: “Apesar de termos dado o máximo, não treinamos o suficiente por falta de recursos. Depois de Winnipeg não estivemos em nenhum campeonato internacional e o pólo se aprende e se aperfeiçoa na prática”. Ela esclarece que a equipe dos EUA, embora apresentando um jogo parecido com o do Brasil no Pan-Americano, se classificou em segundo lugar no Pré-Olímpico, pois recebeu um grande impulso. Passado o Pan-Americano, o pólo norte-americano se profissionalizou, ganhou recursos.

No Pré-Olímpico o pólo brasileiro jogou contra Espanha e Hungria. Da primeira ganhou por 4 a 3, numa partida “difícil, mas ao mesmo tempo muito boa para mostrar que o nosso jogo não está tão abaixo do europeu”, desabafa



Andréa

Mariana

De 15 de setembro a 1º de outubro acontecem os Jogos Olímpicos de Sydney, na Austrália. Duas atletas do Paineiras se juntam a mais de 10 mil esportistas na disputa por medalhas e recordes.

nos Jogos Olímpicos

Andréa Berlanga, 20, no pólo há aproximadamente seis anos. Da Hungria perdeu por 15 a 4, pois as húngaras estavam fisicamente melhores e mais bem preparadas. Andréa lembra que lá elas ganham para jogar, podem se dedicar totalmente ao esporte, enquanto as brasileiras, ao contrário, são obrigadas a trabalhar para se manter.

Depois do Pré, o Sul

Como o dueto, o conjunto do nado também ficou com a 14ª colocação, mas, diferentemente das gêmeas, não conseguiu a classificação. No dueto classificam-se vinte países e no conjunto, somente oito – vale lembrar que uma vaga já pertence à anfitriã, a Austrália. E, conforme Andréa e Mariana alertaram, a falta de apoio e patrocínio também atinge as atletas do nado: “Competimos pouco internacionalmente, não adquirimos experiência e o nado é o tipo do esporte que depende muito da arbitragem”, diz Isabela Moura.

Mesmo sem classificação – e patrocínio –, entre 18 e 23 de abril Isabela esteve em Mar del Plata, na Argentina, para participar do Sul-Americano e, ao lado de Carolina e Isabela de Moraes, trazer o primeiro lugar na classificação geral para o Brasil – o dueto ficou em primeiro e o conjunto em segundo. O pólo também competiu no Sul-Americano, mas com a equipe B, pois a A, à qual pertencem Mariana e Andréa, disputava o Pré-Olímpico em Palermo, na Itália. (Detalhes do Sul-Americano de Pólo na matéria da página 12.)

Depois do Sul-Americano, Carolina e Isabela viajaram ao Japão, para participar de uma competição com países convidados. (Mais detalhes na página 5.)

Muito, muito, muito treino

O caminho das atletas integrantes das seleções brasileiras de pólo e nado – e são muitas as do Paineiras – é sempre árduo e longo. Isabela Moura, Carolina e Isabela de Moraes começaram no

nado aos 8 anos: Moura, após assistir a uma apresentação no Paineiras; e Carolina e Isabela, depois de convidadas por uma amiga a experimentar o esporte. “Adoramos e no final do primeiro ano já estávamos na seleção”, recorda Carolina. Isabela Moura chegou à equipe nacional depois de três anos, mas desde o princípio as três trouxeram o primeiro lugar para o Brasil.

Mariana Roriz e Andréa Berlanga estrearam no pólo aos 14 anos. Passados dois anos, já faziam parte da seleção. “Para os campeonatos brasileiros eles convocam uma média de vinte a 25 garotas, que vão treinando na seleção e sendo cortadas até ficarem apenas treze, número de integrantes da equipe”, conta Andréa.

Mas para chegar nesses treze é preciso dedicação, treino e força de vontade. Para quem pensa em começar a treinar, um conselho desse quinteto da pesada: “Treinar muito, muito, muito, sem se importar com o calor ou com o frio, e sempre!”. ■

Amar é mudar a alma de casa

Com poucas palavras, o grande poeta gaúcho decifrou o mistério do amor – tema universal sobre o qual todo mundo tem uma ou várias opiniões

(Mário Quintana)

Cumplicidade, intimidade, companheirismo. Ciúme, posse, brigas.

Os ingredientes variam de casal para casal, mas misturando tudo e mexendo bem tem-se um típico relacionamento a dois. Quem trai mais, quem é infiel, qual dos dois quer um compromisso sério: cada time defende o seu lado, mas todos concordam que namorar é uma delícia e que um relacionamento saudável e feliz envolve aprendizado contínuo e respeito ao parceiro.

Depois de muitos anos gastando neurônios sonhando com casamento e filhos (ou fugindo deles), a mulher de hoje continua romântica, mas muito mais prática e exigente. Não namora só para fugir da solidão ou pelo medo de “ficar para titia”. Ela faz questão de se relacionar com quem realmente vale a pena e batalha pelo respeito mútuo e pela igualdade de sentimentos e deveres. E não apenas as mulheres têm essa nova mentalidade. Sócios e sócias do Paineiras, com idades

entre 15 e 30 e poucos anos, já perceberam que a melhor coisa no relacionamento a dois é o companheirismo e o respeito, e o maior perigo, a perda da individualidade. As mudanças se observam, por exemplo, nas respostas dos associados(as) às perguntas que se seguem.

O que é melhor e pior no namoro?

Lívia Taccari Nogueira, 17 anos, integrante da equipe de handebol do Paineiras: “Um dos lados mais legais do namoro é ficar com quem gostamos e descobrir as coisas juntos; amadurecer em todos os sentidos com o outro”.

Márcia Bindo, 21, estudante de jornalismo na PUC: “O namoro tem um lado que não é nada agradável, que é o lance da posse, de achar que a pessoa pertence à outra”.

Quem é mais infiel?

Mirella Ramacciotti, 16, integrante da equipe de handebol do Paineiras: “Ah, os meninos, claro. Quando a gente gosta, não ‘chifra’, mas eles,

mesmo gostando, se tem uma menina bonita que dá em cima, eles ‘ficam’”.

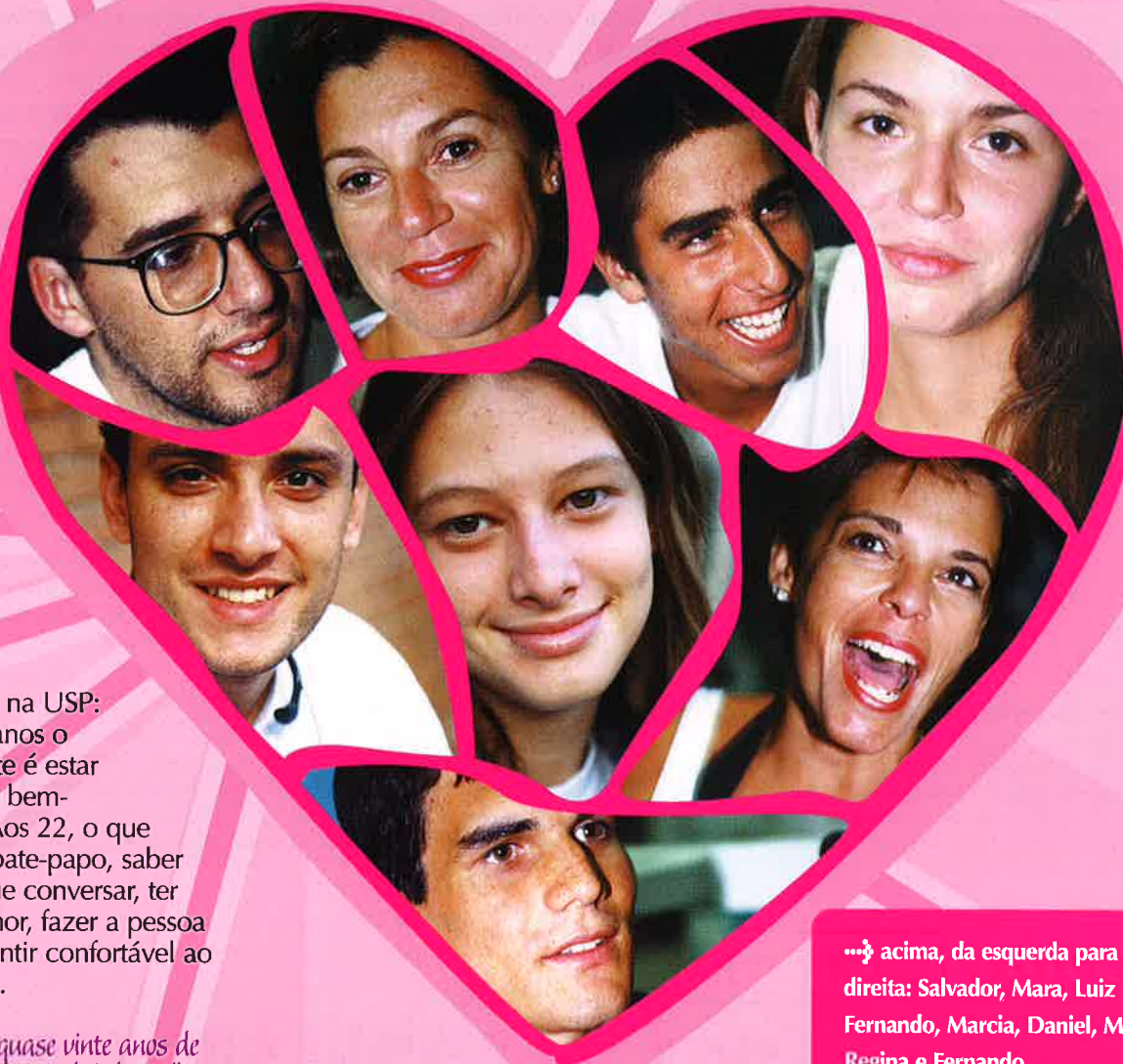
Salvador Addas Zanata, 25, praticante de halterofilismo: “Eu acho que a traição é um desrespeito absurdo à outra pessoa, mas tenho que admitir que o homem é educado para não sentir culpa ao trair. O negócio é não dar o primeiro passo, pois por onde passa um boi passa uma boiada. Traiu uma vez...”.

Quem leva mais a sério a relação a dois?

Luiz Fernando Carvalho, 18, atleta do Paineiras e integrante da Equipe Tênis 2000: “A mulher é mais sentimental e costuma dizer: ‘Estou amando’. O homem não dá muita bola, simplesmente diz: ‘Estou namorando’. A mulher dá mais na cara, mostra mais os seus sentimentos”.

Que conselho daria a quem está sozinho, procurando alguém?

Daniel Ciampi Araújo de Andrade, 22, estudante de



Fotos: Éric B

medicina na USP:
"Aos 17 anos o importante é estar bonito e bem-vestido. Aos 22, o que vale é o bate-papo, saber e ter o que conversar, ter bom humor, fazer a pessoa rir e se sentir confortável ao seu lado".

Depois de quase vinte anos de casamento, o que há de melhor na relação a dois?

Regina Célia P. Pereira, secretária, casada há dezoito anos: "A troca de experiências, o constante aprendizado, tanto mútuo quanto individual. Depois de dezoito anos ainda estamos nos conhecendo. E, em alguns casos, até a discordância pode ser positiva, pois é com ela que atingimos a harmonia, objetivo em comum num casal".

E as ciladas do casamento?

Mara Castro, arquiteta, casada há dezesseis anos com um engenheiro: "Uma delas é a falta de independência. Apesar de casados, cada um tem que saber

caminhar sozinho e continuar gostando do que já gostava, sempre buscando as afinidades comuns. É preciso respeitar as vontades de cada um. Afinal, tivemos criação diferente e nos encontramos já adultos e formados. Sem contar que o homem e a mulher pensam e vêem a vida de modo diferente um do outro. Quer uma prova? Leia *Homens são de Marte, mulheres são de Vênus* (de John Gray, editora Rocco, disponível na biblioteca do Clube) e divirta-se bastante encontrando você e seu parceiro em várias situações do livro.

...↗ acima, da esquerda para a direita: Salvador, Mara, Luiz Fernando, Marcia, Daniel, Mirella, Regina e Fernando.

Qual o tipo de pergunta que nunca se deve fazer ao outro?

Fernando Barros Athanas, 20, há um ano sem namorada e que pretende se casar só quando chegar aos trinta: "Com quantos caras você já saiu?".

Fernando tem o apoio veemente de Mirella, Livia, Regina e Mara, que em coro concordam: "Sobre a ex, nunca pergunte nada! Adoraria ouvir que sou a melhor, a mais bela, a mais interessante, enfim a mais maravilhosa, mas odiaria saber que não fui a única, que com outra foi melhor e que antes de mim houve várias...". ■

Aviso importante

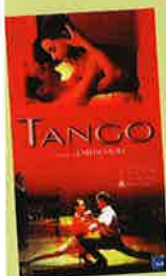
Com exceção dos cursos de natação do Seffe e de tênis da Escolinha, as rematrículas para o segundo semestre serão automáticas. Quem não estiver interessado em continuar deve comparecer à Central de Atendimento até o dia 30 de junho para efetuar a exclusão, pois a cobrança de taxa será emitida automaticamente, via boleto bancário, com vencimentos a partir de agosto. As atividades se iniciarão em 1º e 2 de agosto. Mais informações na tabela a seguir:

SEFFE/SAT/RECREATIVO/CULTURAL – MATRÍCULAS E REMATRÍCULAS PARA O 2º SEMESTRE			
Data	Horário	Local	Assunto
Até 30/6	Das 8h30 às 20 horas	Central de Atendimento	Rematrícula automática: Seffe/SAT (educação do movimento, basquete, futebol, futsal, handebol, nado sincronizado, pólo aquático, vôlei, judô, caratê e ginástica olímpica); Recreativo (todos os cursos, exceto natação B1, B2 e Adiant., e tênis aula particular); Cultural (todos os cursos). Os sócios terão até o dia 30 de junho para fazer a exclusão do curso.
27 e 28/6	Das 8 às 19 horas	Central de Atendimento	Rematrícula direto com professores: natação/Seffe e tênis/Escolinha. Vagas preenchidas por ordem de chegada.
29/6	Das 8 às 19 horas	Central de Atendimento	Inscrição para sorteio da natação/Seffe para os alunos novos – Teste na Piscina Social, das 8 às 18h45.
30/6	Das 8 às 12 horas 14h30	Central de Atendimento Boate	Inscrição para sorteio da natação/Seffe para os alunos novos – Teste na Piscina Social, das 8 às 11h45. Sorteio das vagas da natação/Seffe.
após 4/7	Das 8h30 às 20 horas	Central de Atendimento	Matrícula para alunos novos: Seffe/SAT (todos os cursos). Testes para natação/Seffe, ginástica olímpica e tênis/Escolinha, de terça a sexta-feira, das 8 às 11 horas, e das 14 às 17 horas. Somente em julho. Recreativo (todos os cursos). Cultural (todos os cursos, exceto os de dança, violão, flauta e guitarra, cujas inscrições serão efetuadas na 1ª semana de agosto, após realização de teste).

Informações básicas para todos os cursos

São as seguintes as modalidades que exigem teste prévio para matrícula de alunos novos: natação, tênis, ginástica olímpica, dança, violão, flauta e guitarra; a escolha do horário ocorre por ordem de chegada; na natação as vagas disponíveis serão sorteadas; as matrículas para os cursos de nado sincronizado, educação do movimento e caratê só devem ser feitas no nível I; os cursos do Seffe e do SAT sem vagas disponíveis possuem lista de espera válida até o último dia de setembro; inscrições, transferências e exclusões devem ser feitas na Central de Atendimento; cada modalidade possui uniforme próprio, que deve ser usado corretamente pelos praticantes; leia atentamente o Regulamento de Cursos e de Cobrança de Taxas.

Os filmes que você vai assistir em junho



Tango

Indicado para o Oscar de melhor filme estrangeiro, conta a história de um diretor que depois de abandonado pela mulher se envolve com a namorada do principal investidor de seu novo filme. Direção de Carlos Saura. Censura 12 anos, dia 2, às 20h30.

Um tira muito suspeito

Depois de ganhar a liberdade, o ladrão de jóias Miles Logan quer reaver o diamante escondido no centro de um distrito policial. Usando a sua experiência criminal, ele posa de detetive e vai subindo de posto. Comédia dirigida por Les Mayfield. Censura 12 anos, dia 4, às 19 horas.

Em luta pelo amor

Baseado em uma história real, conta a trajetória de Veronica Franco, inteligente, sensual e famosa cortesã da velha Veneza, que se revolta por não poder casar com Marco

Venier, de classe superior a sua. Censura 14 anos, dia 16, às 20h30.

Terra de paixões

O oeste americano do pós-Segunda Guerra é o cenário do faroeste dirigido por Stephen Frears (*Os imorais*) e estrelado por Woody Harrelson e Patricia Arquette. Censura 14 anos, dia 18, às 19 horas.

Mero acaso

Comédia romântica em que três amigos se apaixonam pela mesma mulher. Com Joseph Fiennes (*Shakespeare apaixonado*). Censura 14 anos, dia 22, quinta-feira, às 17 horas.



Instinto

Anthony Hopkins (*O silêncio dos inocentes*) é um alucinado antropologista internado num manicômio judiciário que vai ser avaliado por Cuba Gooding Jr. Suspense dirigido por Jon Turteltaub. Censura 12 anos, dia 23, às 20h30.

A fortuna de Cookie

Só o elenco já vale o filme: Chris O'Donnell, Liv Tyler, Glenn Close, Julianne Moore. Com Robert Altman na direção desta comédia que mostra o que o ser humano é capaz de fazer por causa do dinheiro. Censura 12 anos, dias 24, às 20 horas, e 25, às 19 horas.

O alarmista

Tommy Hudler (David Arquette) está feliz da vida, pois em seu primeiro dia de trabalho ele vendeu um completo sistema de alarme para a bela Gale (Kate Capshaw). Tudo vai bem até a descoberta de que o seu chefe rouba as casas que protege. Comédia dirigida por Evan Dunskey. Censura 14 anos, dia 30, às 20h30.

PROGRAMAÇÃO INFANTIL

Mac – Na trilha do tesouro

Pokémon – Primeape endoidece

Pokémon – Eu escolho você Pikachu

Pokémon – A torre do terror

Dias e horários na agenda, página 27.

Que festa animada, uai!

Como o nome já diz, junho é mês de festa junina, e uma das mais esperadas e caprichadas de São Paulo é a do Paineiras. Muita música, dança e principalmente barracas de jogos e guloseimas para o associado e seus amigos se divertirem nos três dias em que o Clube vira um tremendo e divertido arraial! Marque na agenda os dias e horários – sexta-feira, dia 9, das 19 às 2 horas, sábado, 10, das 15 às 2 horas, e domingo, 11, das 12 às 22 horas – e dê uma olhada em algumas das barracas presentes na festa: aparelhos de diversão eletrônica, argola, bingo, boca do palhaço, caça ao pato, canaleta, coelhinho, minibolicho, pescaria, tiro-ao-alvo e tiro-d'água, algodão-doce, arroz-doce, bolinho de bacalhau, calabresa, canjica, capelleti, casquinha de siri, chope, churrasco, coquinho torrado, crepe, curau, doces diversos, favo holandês, hot-dog, maçã-do-amor, massas, milho verde, pamonha, pão de batata, pão de queijo, pastel, pernil, pescado, pipoca, pizza, quebra-queixo, quentão, refrigerante, sanduíche, strudel e vinho quente.

A entrada, liberada para sócios, custa 15 reais para convidados e pode ser adquirida a partir do dia 1º de junho, no caixa da Central de Atendimento.



Éric B

Sextas mais do que nobres

Além de curtir a música de qualidade de diversos grupos musicais e saborear deliciosos pratos especialmente preparados pelo *chef* da cozinha social Rui Valter Mendes Lara, o associado pode comemorar o aniversário e participar das promoções das Sextas Nobres no Restaurante das Cúpulas. Informe-se pelo telefone 3779-2053 e não se esqueça de que, por causa da festa junina e do feriado do dia 22, não haverá Sexta Nobre nos dias 9 e 23 de junho.

Programação de junho do Piano Bar

Dia 3 – Espírito Cigano, com seu estilo flamenco.
Dia 10 – Devido à festa junina no Clube, o Piano Bar estará fechado.
Dia 17 – Cores do Brasil, apresentando uma MPB acústica.
Dia 24 – Denise Mello e Grupo.
Dia 1/7 – Isaías do Bandolim Entre Amigos. Isaías é considerado o maior bandolinista da atualidade no Brasil.

Videokê do Paineiras

Quem gosta de cantar já tem dia e endereço certo para colocar o gogô para funcionar. Todas as quintas-feiras, das 19 às 24 horas, o Piano Bar, um dos espaços mais bonitos do Clube, recebe os associados e seus convidados para se esbaldarem com mais de 500 músicas, nacionais e internacionais, no Videokê do Paineiras. Convidado de sócio tem acesso liberado, sem a cobrança da taxa de portaria, e o serviço é *à la carte*.

Arraiá
do
Paineiras

"A melhor Festa de São Paulo"

Dias 09, 10 e 11 de junho



Clube Paineiras do Morumbi

O convite da festança, que além de guloseimas e músicas típicas, terá sorteio de vários prêmios surpresa.



Christiane Torloni,
estrela da peça *Joana
Dark – A Re-volta*.

Uma visão surpreendente de Joana d'Arc

Os associados têm agora motivos extras para assistir à peça *Joana Dark – A Re-volta*, estrelada por Christiane Torloni, em cartaz no Teatro da Faap (R. Alagoas, 903, sextas e sábados, às 21 horas e domingo, às 19 horas). Durante as Sextas Nobres haverá sorteio de ingressos e, além disso, os associados que comparecerem à bilheteria do teatro terão desconto de 20% no preço normal.

Christiane Torloni faz o papel de uma Joana D'Arc observada de um ponto de vista inteiramente novo, traçando um paralelo com a história das mulheres de hoje e mostrando que pouco mudou em quinhentos anos de história. Presa numa gaiola, a atriz contracenando com quatro atores-bailarinos, levando os espectadores a um passeio da Idade Média à atualidade. Utilizando linguagem contemporânea, a montagem integra tecnologia, técnicas de dança e de circo e efeitos multimídia.

Joana D'Arc já foi tema de vários autores e apresentada como santa e herege, mártir e charlatã, heroína e traidora, iluminada e prostituta.

Nessa versão, o espetáculo é baseado em texto de Carolyn Gage (*The Second Coming of Joan of Arc*), de 1994, com tradução de Maria Adelaide Amaral. A premiada autora americana desconstrói, com humor inteligente, todas as imagens conhecidas de Joana D'Arc. O mais surpreendente é que o texto, polêmico e atual, foi construído inteiramente sobre os registros originais dos processos de julgamento e reabilitação de Joana.

"Sobre o que interessa falar na passagem para o século 21?", pergunta Torloni. "Sobre novas abordagens para eternos problemas, a partir de uma reflexão madura, nova, polêmica e instigante, como faz Carolyn Gage, que recua cinco séculos para nos mostrar o quão pouco mudamos em questões como preconceito, homossexualismo e corporativismo. Questões ainda não suficientemente aclaradas até hoje", diz a atriz.

Um encontro com Paulo Gorgulho

No dia 25 de abril, os associados e os integrantes dos núcleos de teatro do Paineiras tiveram a oportunidade de conversar com o ator Paulo Gorgulho, que proferiu palestra no Cinema, numa troca de experiências entre artistas amadores e profissionais. Paulo contou um pouco das experiências vividas em seus 21 anos de profissão, desde quando morava no interior de Minas Gerais, até seu sucesso como ator de cinema, teatro e TV, passando pelo período em que estudou artes cênicas na Escola de Artes Dramáticas da Escola de Comunicação e Artes da USP.

Ele disse que uma de suas dificuldades foi convencer os pais de que queria realmente ser um artista. "Meus pais queriam que eu prestasse vestibular na USP. Prestei e falei que tinha entrado em primeiro lugar. Eles ficaram tão contentes que nem perguntaram em qual curso eu tinha entrado. Foram descobrir em 1979, quando eu os convidei para assistir à peça *Síndica, qual é a tua?*, no Teatro de Arena. Enquanto representava, dei uma olhada na platéia, e lá estava a minha família, estática, assistindo ao espetáculo."

Paulo falou também do momento em que foi chamado para atuar na televisão: "Fui convidado para uma novela da Globo, mas quando li o roteiro de *Pantanal*, da Manchete, não tive dúvidas e fui correndo gravar, pois tinha certeza de que ela iria estourar". A conversa, que começou às 20h30, durou nada menos que cinco horas, e segundo Moisés Miastkowsky, diretor dos núcleos de teatro, foi muito útil para aprimorar o trabalho dos artistas amadores, acrescentando novos elementos ao constante aprendizado do ator.

Muito humor em peça de Falabella

Outro bom programa para junho é a peça *A partilha*, com o grupo de teatro do Clube Athletico Paulistano, no dia 3 de junho, às 20 horas, no Cinema do Paineiras. Trata-se de uma premiada comédia de Miguel Falabella, contando a história de quatro irmãs que se encontram, depois de muito tempo, no velório da mãe. Selma, Regina, Maria Lúcia e Laura são mulheres fortes e marcantes, com diferentes personalidades e um único objetivo: fazer a partilha dos bens deixados pela mãe. Mas como mexer no passado sem revolver lembranças e recordações, muitas delas complexas? Com muito humor, *A partilha* aborda situações que levam os espectadores à experiência pessoal de cada um. Com direção de Cláudia Spinelli e Roberto Gotts, o elenco é formado por Dalva Pompeo de Camargo (Laura), Meméia Garcia (Regina), Mari Malta (Maria Lúcia) e Dirce Nobre Simões (Selma).



Da esquerda para a direita, as atrizes Dirce, Dalva, Meméia e Mari, em *A partilha*.

As sereias da Zona Sul

O espetáculo que inaugurou o gênero teatral besteiro e levou o nome de Miguel Falabella a um lugar de destaque na comédia brasileira está de volta aos palcos. *As sereias da Zona Sul* foi escrita por Vicente Pereira e Falabella, que também assina a direção da peça, e é estrelada por Rosi Campos e Cláudia Borioni. O espetáculo promete crítica social, deboche e muitas gargalhadas ao mostrar as agruras de duas dondocas transformadas em estrelas de cinema, em quatro histórias que ironizam detalhes do cotidiano feminino, não poupando emergentes, sacoleiras e todo um universo de tipos. São quatro histórias, costuradas por uma locução de Miguel Falabella. Na primeira, *A sauna*, narra-se o



Rosi Campos e Cláudia Borioni em quatro histórias hilariantes de Vicente Pereira e Miguel Falabella.

hilarante encontro de duas emergentes, Hildinha Mamelô Baby e Ivete Mourão, que cheias de jóias e maquiagem revelam seus podres na sauna de um condomínio de luxo. Em *Cristal japonês*, duas amigas de escola, Tânia e Neuza, trocam seus sonhos e diplomas por perfumes ordinários, cremes e Viagras falsificados, trazidos em enormes sacolões paraguaios.

O *gabinete da dra. Huly Gully* fala de uma médica, andróide, traficante de órgãos, que vende um rim a dona Lélia, uma senhora simples em busca de salvação. Em *Não se fuma em Cingapura*, dona Virgínia, poeta renomada, escolhe uma agência de turismo para viver seus últimos momentos de vida. Sua lucidez e inteligência levam ao inferno a balconista Beatriz, em profunda crise de identidade.

Dia 15 de junho, às 20 e 22 horas, no Cinema. Ingressos à venda no Sociocultural, a 20 reais.

Sherazade e a festa junina

Dia 17 de junho, às 11 horas, no Cinema. A princesa Sherazade das *Mil e uma noites* reaparece nessa peça infantil, mas dessa vez ela conta histórias do folclore brasileiro, como as lendas de São João e Santo Antônio, além de mitos como a criação da noite. Sherazade interage com a platéia, e muitas vezes os personagens são interpretados pelo público, diretamente ou manipulando bonecos. Assim, brincando, a capacidade de absorção dos conceitos se amplia, estimulando a leitura e a linguagem, num processo fácil e gostoso de memorização.

Em todo o Brasil, a fogueira de São João é acesa anualmente, repetindo a celebração da grande festa da terra, da roça. E os quitutes presentes agora são bem diferentes dos gafanhotos e do mel que São João comia. A quadrilha, importada dos nobres salões franceses e ponto alto da festa, acabou se transformando em dança popular. E tem ainda a sanfona, o correio elegante, as prendas nas barracas, os fogos de artifício, o pau de sebo...

São diversos comportamentos, de todos os lugares do mundo, que se juntaram para se transformar numa das mais tradicionais festas da cultura brasileira. E quando Isabel acendeu uma fogueira para comunicar o nascimento de seu filho João à prima Maria, não tinha idéia do que provocaria. Para saber, só assistindo à peça.

O médico camponês ou a princesa engasgada

Numa teatralização do conto medieval que deu origem à peça *Médico à força*, de Molière, o espetáculo conta a história do camponês que, com medo de ser traído, aplica uma surra diária em sua bela mulher. Cansada de apanhar, ela planeja e realiza uma vingança completa, envolvendo o arauto do rei, uma princesa com uma espinha de peixe na garganta e outros personagens. No final, a mulher admite que "mirou no que viu", numa história muito engraçada.

Dia 3 de junho, às 11 horas, no Cinema.

O médico camponês ou a princesa engasgada, dia 3 no Paineiras.



Educação Infantil

English by

alumni

Quintal

Natação desde bebês

3742-5899

Site: www.quintal.com.br

Programação do Seart em junho

- 1º e 2 – Homenagem à colônia italiana: colagem e pintura com macarrão
- 3 – Confeção de trabalhos com sucata (manhã) e piquenique (tarde)*
- 6 e 7 – Confeção de cestos com jornais
- 8 e 9 – Dia do Porteiro: construção de uma maquete de uma cidade
- 10 – Confeção de fantoches caipiras
- 13 e 14 – Pintura direcionada, a guache, tendo as drogas como tema
- 15 e 16 – Confeção de colares e pulseiras com miçangas
- 17 – Confeção de quadros com fitas (manhã)*
- 20 e 21 – Trabalhos com *biscuit*: massa de modelar
- 23 e 24 – Dia do Disco Voador: confeção de um disco voador
- 27 e 28 – Construção de um caminhão
- 29 e 30 – Dia da Telefonista: confeção de um telefone

* Para participar do piquenique do dia 3, as crianças deverão se inscrever no Seart e trazer um prato de doces ou de salgados. Nos dias 3 e 17, o Seart estará fechado no período da tarde, devido ao piquenique e ao aniversário da Brinquedoteca.



A criançada se diverte na Brinquedoteca, que no dia 17 completa dois anos.

Dois anos de brincadeiras

Os pequenos associados do Paineiras participarão de um programa especial no dia 17 de junho, quando será comemorado o segundo aniversário da Brinquedoteca. Das 13 às 16 horas, no Playground, haverá atividades recreativas, oficina infantil, música e muitas outras atrações. Funcionando sob a responsabilidade do Departamento Sociocultural, a Brinquedoteca tornou-se um dos espaços preferidos pela criançada, que se diverte nos brinquedos lúdicos e pedagógicos e se encanta com a Hora do Conto, realizada mensalmente por uma monitora que, depois de contar histórias, promove oficinas.

Projeto Dando Bandeira

Vestidas de índias, as alunas do nível Baby da professora Sílvia Lassalvia participaram do encerramento da exposição de artes, no dia 28 de abril. As fantasias foram confeccionadas em barbante pelas mães das garotas e pelas monitoras do Seart, e a elaboração dos colares coube às próprias alunas. A festa contou com a participação especial do coral infantil da escola Pueri Domus, sob a regência de Alais Dias e Regina Pinheiro. No final da apresentação as crianças presentes demonstraram seus dotes artísticos, criando "obras de arte", ao lado dos expositores.

As indiazinhas da professora Sílvia.

Coral Infantil do Pueri Domus.



Éric B.



O Playground ficou lotado de coelhos e coelhas ávidos por ovos de chocolate.

Éric B.

Mostra de dança

No dia 17 de junho, às 18 horas, no Cinema, as alunas de jazz, flamenco, dança do ventre, dança contemporânea e moderna e as do 4º, 5º e 6º ano de balé clássico estarão apresentando os trabalhos desenvolvidos no primeiro semestre.



Éric B.

A magia dos tapetes orientais

Eles não voam como nas histórias das mil e uma noites, mas o clima de beleza e mistério não estará ausente na exposição de tapetes árabes e persas que se realizará no Saguão Social, de 13 a 18 de junho, das 9 às 22 horas. Sob o comando do libanês Atef Issa, a arte milenar de tapeçaria árabe será muito bem representada pelos tapetes de diferentes países e pelas verdadeiras relíquias vindas diretamente do antigo Líbano para adornar as mais requintadas salas da sociedade brasileira. Com a mesma maestria, Atef Issa dirige o Grupo Folclórico Cedro do Líbano, que apresenta espetáculos de danças e músicas típicas.



O Grupo Folclórico Cedro do Líbano, que apresentará espetáculos de danças e músicas típicas.

Arte primitivista

Orlandine Gonzales, pintor primitivista premiado em vários salões e conhecido como Pintor Festeiro, vai expor suas obras no saguão social do Paineiras entre 6 e 11 de junho, das 9 às 22 horas. Os quadros retratam as festas juninas, bailes e Carnavais passados no interior da cidade em que passou a juventude.

Batismo de capoeira

Aconteceu em 15 de abril, na Quadra do Vale, o batismo dos novos alunos de capoeira, que jogaram pela primeira vez com um professor ou mestre. Os alunos antigos trocaram cordas.



Técnica, concentração e malabarismo na apresentação do Batismo de capoeira.

Começa a maratona cultural do Festival Acesc 2000

Encontro de corais, exposição e concurso de fotografia, festival de teatro, música e dança: isso e muito mais estarão no Festival Acesc Arte e Cultura, um projeto que valoriza e divulga os talentos artísticos de sócios dos clubes de São Paulo. Já começaram os preparativos para as múltiplas atividades do evento, e os associados do Paineiras não podem deixar de participar, a fim de que se repita o ótimo desempenho do Clube na edição anterior.

O festival tem o apoio da Secretaria de Estado da Cultura, e os regulamentos iniciais para as inscrições já estão disponíveis na Secretaria do Sociocultural.

Concurso de fotografia - De 1º a 6 de agosto haverá exposição e concurso interno de fotografia, com o tema "Esporte no meu Clube" (regulamento disponível no Sociocultural). As fotos devem retratar uma atividade esportiva desenvolvida dentro dos limites físicos do Paineiras, obedecendo aos seguintes critérios técnicos: em preto e branco, no tamanho 18x24 cm, ou em cores, tamanho 20x25 cm, para concorrentes nas categorias Infantil (de 8 a 12 anos), Juvenil (de 13 a 17 anos) e Adulto (acima de 18 anos). Cada participante poderá inscrever no máximo duas fotos por modalidade, até o dia 15 de julho, na Secretaria do Sociocultural. Os três primeiros colocados em cada categoria participarão do Concurso de Fotografias Acesc - Arte e Cultura 2000, que será realizado em setembro no Clube Alto dos Pinheiros.

Concurso literário - Com tema livre, o concurso destina-se a revelar pessoas com talento literário e que não têm oportunidade de mostrar suas obras. Além de poesia e contos, foi introduzida este ano também a modalidade crônica. As inscrições e a entrega dos trabalhos devem ser feitas até o dia 12 de agosto na Secretaria do Sociocultural.

Mostra de dança - Nos dias 21 e 22 de outubro, no Teatro Arthur Rubinstein do Clube A Hebraica. As alunas dos cursos de dança dos diversos clubes participantes apresentarão coreografias nas modalidades de sapateado, jazz, flamenco, contemporâneo, clássico, dança do ventre, moderno, street dance e danças de caráter.

As datas em que ocorrerão os festivais de teatro, bandas, MPB vocal e música instrumental erudita serão divulgadas posteriormente, aqui mesmo na Revista do Paineiras.



Sonorização profissional para festas e eventos.

Cobrimos qualquer orçamento!

Rodrigo ou Freddy

Fones: 5660.7334 - 9176.6117 - 9272.2082



Éric B.

Difundindo cultura

Em abril, mais uma vez o acervo da Biblioteca teve significativo crescimento, graças aos livros doados pelos seguintes associados, a quem o Paineiras agradece: Regina Helena Canedo Henrique, Roberto Carroza, Irene Amaral, Claudete Fávero, Márcia Marrach, Daniela Monteiro, Maria Tereza Ilton Magri, Nilze Massade, Fernando Dias de Souza, José Beltrão Cavalcante Filho, Márcia Medeiros, Regina Augusta B. Botelho, Maurício Martins, Fátima La Blanca, Lígia Cortoni, Sérgio Paulo do Amaral Chaves, Ana Constância Katsuya, Itacira Casagrande, Patrícia Furtado, Maria Cecília Portela, Eva Wilma M. Rampone, Ana Lúcia Souza Trabanco, Ana Lúcia Gullo e Elias.

Dançando os 500 anos

Em homenagem aos 500 anos do Descobrimento, as alunas de dança do Clube fizeram uma bela apresentação no Cinema, no dia 8 de abril. Participaram as alunas de jazz dos professores Wagner, Raquel e Silvia, o Corpo de Baile e Coral do Paineiras.

De olho no prazo

O Clube lembra aos associados que a devolução dos livros dentro do prazo ou a renovação do empréstimo, por telefone, evitam a cobrança da multa prevista no regulamento da Biblioteca.

A ioga e o esporte

Marcos Rojo Rodrigues*

Quando entendemos a ioga como um procedimento educativo, por meio do corpo, não fica difícil aproximá-la do conceito de educação física. Educação pelo corpo, como é próprio da educação física, não é o mesmo que educação do corpo, como é próprio do esporte, mas muitos dos conceitos podem ser utilizados ao mesmo tempo para o esporte e para a educação física.

Mesmo não tendo esse propósito, muitas técnicas de ioga podem colaborar na performance de atletas, pelo desenvolvimento da capacidade de concentração, aquisição de boa postura, bom tônus muscular e melhoria da condição cardiorrespiratória.

O atleta tem como objetivo a aquisição de habilidades extraordinárias para o um bom desenvolvimento na sua modalidade. A ioga é uma disciplina com objetivos muito mais complexos. O iogue é um pretensioso, que deseja o contato com o universo e com as principais questões da nossa existência.

Em comum, as duas atividades destacam a importância do controle, embora com sentidos diferentes. Técnicas de ioga colocam o indivíduo em contato com ele mesmo, com o intuito de desenvolver o autoconhecimento e conseqüente autocontrole.

Pessoalmente, tenho tido bons resultados com atletas que se dedicam à ioga. Alguns desejam resultados rápidos e não se dedicam como deveriam e, portanto, usufruem menos dos benefícios. Os que se aprofundam nas técnicas adquirem resultados importantes não só para sua modalidade, mas também para a sua vida.

*Marcos Rojo Rodrigues, autor desse texto, ministrará a palestra "Ioga e Saúde", no dia 15 (mais informações ao lado).

Uma arma contra o estresse

A relação entre ioga e saúde será o tema da palestra que Marcos Rojo Rodrigues irá proferir no dia 15 de junho, das 14 às 17 horas, no Cinema do Paineiras. Professor de educação física formado pela USP e diplomado pelo Instituto de Kaivalyadyama, na Índia, Rodrigues é também coordenador do curso de pós-graduação em ioga na Faculdade de Educação Física da UniFMU, coordenador do curso de Difusão em Yoga na USP, treinador de atletas e autor do livro *O que é ioga*.

Segundo ele explica, ioga significa união, numa tradução literal, mas a compreensão do seu sentido é mais vasta e requer muito mais do que uma palavra. Entre seus conceitos está o de saúde: "O mais alto estágio da meditação é também compreendido como um estado de saúde perfeita", afirma. "Saúde perfeita não é apenas a definição da Organização Mundial de Saúde, ou seja, o bem-estar. Significa, além disso, a reserva de saúde necessária para suportarmos as sobrecargas do dia-a-dia."

O professor esclarece que a ioga, como um sistema filosófico, prevê a aquisição e a manutenção de saúde por várias frentes: "A conduta ou as atitudes, o trabalho por meio do corpo, o trabalho por meio da respiração e o trabalho por meio da mente. Não desvinculada dos objetivos espirituais da ioga, a palestra do dia 15 tratará da importância de suas técnicas para a manutenção da saúde e o combate ao estresse."



Pela Internet

Já está funcionando em caráter experimental, na Biblioteca, o Orelhão Net, que permite aos associados navegar pela Internet, consultar saldos bancários e pagar conta, entre outras operações. O acesso pode ser feito por meio de cartões adquiridos no caixa do CAT e que dão direito a 30 minutos (4 reais) ou 1 hora (7 reais) de navegação. O Orelhão Net funciona de terça a sexta-feira das 8 às 20 horas, aos sábados das 8 às 17 e aos domingos e feriados das 9 às 13 horas.



Feira de livros

Foi um sucesso a Feira de Livros realizada no Paineiras entre o final de março e o início de abril, registrando-se a venda de cerca de 2.500 volumes de vários gêneros literários.



O associado visita a Feira de Livros para conferir os diversos gêneros disponíveis.



A Feira de Livros lotou o saguão social do Clube e vendeu cerca de 2.500 exemplares

Fórmula 1 no Cinema O GP de Mônaco, no dia 4 de junho, e o GP do Canadá, em 18 de junho, serão transmitidos ao vivo no telão do Cinema.

Vigilantes do Peso As reuniões são realizadas pela coordenadora Isabel às terças-feiras, a partir das 19 horas, na sala de Carteados. Às 19h30 inicia-se palestra com orientações do programa de redução de peso. A taxa de inscrição de 47 reais é cobrada no primeiro dia do programa, e a taxa semanal de manutenção, de 14 reais, é paga diretamente à coordenadora.

Plano Diretor de Informática Liderado pelo setor de Tecnologia, um grupo de funcionários diretamente envolvidos com o software de gestão integrada visitou as empresas Microsiga, RM Sistemas, Star Soft, IFS, People Solution e Areco Chaves, em busca da solução de ERP (Enterprise Resource Planning) mais compatível com as necessidades do Clube.

Reservas para a pizzeria Os associados interessados em reservar a pizzeria do Clube devem procurar diretamente o Departamento de Alimentos e Bebidas com antecedência de pelo menos três dias, apresentando relação de não-sócios e assinando um termo de responsabilidade (a taxa de convidados não é descontada). O limite diário de reservas é de sessenta pessoas e cada associado pode reservar até trinta lugares. O atendimento ocorre de terça a sexta-feira das 8h30 às 17h30 e aos sábados das 8h30 às 16h30. Não serão aceitas reservas por telefone.

Planejamento e qualidade Em 28 de abril, a Fundação Vanzolini, da USP, realizou auditoria de acompanhamento semestral do sistema de garantia da qualidade da Central de Atendimento do Clube, sem registrar nenhum tipo de não-conformidade que comprometa o serviço. No dia 26 de maio, a mesma fundação promoveu auditoria externa semestral na área de Formação Esportiva (Seffe/SAT), cujo resultado será divulgado na próxima edição da revista.

Além disso, estão sendo desenvolvidos procedimentos nas demais áreas do Paineiras, para a obtenção do certificado NBR ISO 9002/94, que atesta a qualidade do Clube como um todo.

Achou? Perdeu? Procure a Central de Atendimento ou a segurança do Clube. Alguém pode estar procurando o que você achou ou ter em mãos o que você perdeu.

Nova cobertura A GE Structured Products está fornecendo novas chapas de policarbonato alveolar para a reforma da cobertura do Conjunto Poliesportivo, que apresentava goteiras devido a problemas de instalação e danos causados pela forte chuva de granizo ocorrida no começo do ano passado. As chapas foram produzidas na unidade de Campinas, utilizando a exclusiva tecnologia anti-amarelamento desenvolvida pela GE. Além disso, a nova cobertura apresentará perfis de alumínio com vedações de borracha e selante de silicone, fabricado pela GE Silicones. A instalação está a cargo da Semit Comércio e Serviços Ltda.

Confira na edição de julho detalhes da Noite das Árábias e do chá beneficente com desfile de modas da Tarde entre Amigas.

Confirme seu programa As informações e programações publicadas nesta revista ou divulgadas pela Central de Atendimento podem sofrer alterações, conforme as necessidades do Clube. As confirmações devem ser feitas na Central de Atendimento, telefone 3779-2010.

O mestre-cuca das delícias

Entre panelas gigantescas, caldeirões fumegantes – que exalam os mais saborosos aromas –, exaustores, fogões industriais, grelhas, fritadeiras, estufas, churrasqueiras e à frente de onze funcionários, Rui Valter Mendes Lara, do alto de seu 1,68 de altura, reina absoluto na cozinha social do Paineiras, supervisionando tudo e dando aquela incrementada que só quem tem mais de vinte anos de profissão sabe e pode fazer.

Rui nasceu em Santos, mas foi criado em Itanhaém, onde começou sua carreira de *chef*, trabalhando em restaurantes de cozinha internacional e na colônia de férias da Caixa Econômica Federal. Aos 21 anos veio para São Paulo e durante quatro anos trabalhou com Jean Carlo Bolla, dono do La Tambouille e ex-sócio do Leopoldo, de quem guarda muito carinho: “Ele foi meu professor”. Continuando suas andanças, trabalhou como autônomo, passou pela cozinha da Alpargatas – onde ficou durante oito anos – e pelos restaurantes La Traviatta e Mezza Luna.

Há dois anos no Paineiras, Rui trabalha com a nutricionista Aline Pereira da Fonseca, que comenta o jeito simples e agradável do *chef*: “Eu nunca o vi gritando, ele é supercalmo, tranquilo e adora contar ‘causos’”. Juntos, eles elaboram o cardápio da ocasião – bufê, festas ou eventos –, ela cuidando da parte nutricional e ele experimentando combinações e caprichando nos sabores, aromas e texturas, sempre preocupado em trazer algo novo e atraente para o sócio.

Outra preocupação de Rui são os ingredientes que ocupam um lugar especial em sua culinária: “Só trabalho com produtos de primeira qualidade e com fornecedores de confiança. Verdura, por exemplo, somente sem agrotóxicos”, ele revela, e Aline completa alertando que o *chef* está sempre atento ao prazo de vencimento das mercadorias e ao estoque. Quando precisa de uma massa ou de um corte de peixe diferentes, ele trata diretamente com os fornecedores.

Novidades apetitosas

Entre as novidades que trouxe para o Paineiras estão os pratos *lights* – à base de salada acompanhada de filé mignon, peixe ou frango –, os infantis – arroz, feijão, filé mignon ou de frango, salada, legumes e fritas, e que, ele garante, fazem o maior sucesso entre a garotada –, além dos pratos de verão e inverno, entre outros. Especialista em cozinha italiana, ele também adora criar e incrementar molhos.



O *chef* Rui vestido a caráter: é ele quem dá o toque final nos saborosos pratos servidos no Clube.

Quem quiser conferir os dotes culinários do *chef* Rui pode almoçar ou jantar no Restaurante das Cúpulas ou no Salão Nobre – com um cardápio diferente e duas sugestões do *chef* todas as semanas –, que funcionam de terça a domingo, nos seguintes horários: de terça a sexta das 11h30 às 15 horas, com serviço *à la carte* no almoço, e aos sábados e domingos das 12 às 16 horas.

Aos sábados o sócio pode escolher entre a tradicional feijoada e o cardápio *à la carte*, e aos domingos, o bufê com trinta tipos de saladas e seis pratos quentes – duas massas, um assado, um frango, um peixe e uma carne.

O Paineiras também aluga o Restaurante das Cúpulas ou a Boate para sócios e não-sócios que queriam realizar uma festa e ter as mãos caprichosas do *chef* Rui abrilhantando o cardápio.

Paineiras | PROGRAMAÇÃO DE JUNHO

DIA 1º – QUINTA-FEIRA

Inscrições abertas para o Paineiras Camp – Central de Atendimento.
19h Desafio de Squash – quadras de squash.
19h Noite do Vídeo – Piano Bar.
19h30 Desafio de Tênis – quadras 7 e 8.
20h Campeonato Interno de Snooker – Sala Snooker.

DIA 2 – SEXTA-FEIRA

7h30 Lian gong – Salão Nobre.
19h Jiu-jitsu – Sala de Judô/Caratê.
20h30 Cinema adulto *Tango* (aventura) – 12 anos.
 Sexta Nobre – Restaurante das Cúpulas – Informações no r. 2053.

DIA 3 – SÁBADO

10h Torneio Interno de Xadrez – Sala de Cursos 2.
10h Campeonato Interno de Bocha – Cancha de Bocha.
11h Teatro infantil *O médico camponês ou a princesa engançada* – Cinema.
14h Cinema infantil *Mac – Na trilha do tesouro* (filme 88') – Livre.
20h Teatro adulto *A partilha* – Cinema.
22h Show das Dez apresenta Espírito Cigano – Piano Bar.

DIA 4 – DOMINGO

GP de Mônaco – transmissão ao vivo no telão do Cinema.
10h Torneio Interno de Xadrez – Sala de Cursos 2.
10h Campeonato Interno de Bocha – Cancha de Bocha.
13h Torneio de Futebol Soçaite Feminino.
14h Cinema infantil *Mac – Na trilha do tesouro* (filme 88') – Livre.
19h Cinema adulto *Um tira muito suspeito* (ação/comédia 94') – 12 anos.

DIA 5 – SEGUNDA-FEIRA

Vôlei Veterano Pepac D “B”

DIA 6 – TERÇA-FEIRA

9h Exposição do artista plástico Orlandine Gonzales – Saguão Social.
19h Vigilantes do Peso – Sala de Carteados.
19h Desafio de Squash – quadras de squash.
19h30 Desafio de Tênis – quadras 7 e 8.
20h Campeonato Interno de Snooker – Sala Snooker.

DIA 7 – QUARTA-FEIRA

7h30 Lian gong – Salão Nobre.
9h Exposição do artista plástico Orlandine Gonzales – Saguão Social.
19h Desafio de Squash – quadras de squash.
19h Jiu-jitsu – na Sala de Judô/Caratê.
19h30 Desafio de Tênis – quadras 7 e 8.
20h Campeonato Interno de Snooker – Sala Snooker.

DIA 8 – QUINTA-FEIRA

9h Exposição do artista plástico Orlandine Gonzales – Saguão Social.
19h Desafio de Squash – quadras de squash.
19h30 Desafio de Tênis – quadras 7 e 8.
19h Noite do Vídeo – Piano Bar.
20h Campeonato Interno de Snooker – Sala Snooker.

DIA 9 – SEXTA-FEIRA

Vôlei Veterano Pepac D “B”.
7h30 Lian gong – Salão Nobre.
9h Exposição do artista plástico Orlandine Gonzales – Saguão Social.
19h Jiu-jitsu – Sala de Judô/Caratê.
19h Festa Junina – Plataforma Infantil/Mezanino Piscina Social.
 Excepcionalmente, não haverá Sexta Nobre.

DIA 10 – SÁBADO

9h Exposição do artista plástico Orlandine Gonzales – Saguão Social.
10h Torneio de Tênis de Campo.
10h Campeonato Interno de Bocha – Cancha de Bocha.
15h Festa Junina – Plataforma Infantil/Mezanino Piscina Social.
 Devido a realização da Festa Junina, neste dia o Piano Bar estará fechado.

DIA 11 – DOMINGO

9h Exposição do artista plástico Orlandine Gonzales – Saguão Social.

6ª Maratona de São Paulo 42,2 Km – Inf. 0800-502000.

10h Torneio de Tênis de Campo.
10h Torneio de Futebol Soçaite Feminino.
10h Campeonato Interno de Bocha – Cancha de Bocha.
12h Festa Junina – Plataforma Infantil/Mezanino Piscina Social.

DIA 13 – TERÇA-FEIRA

9h Exposição de tapetes árabes – Saguão Social.
19h Desafio de Squash – quadras de squash.
19h Vigilantes do Peso – Sala de Carteados.
19h30 Desafio de Tênis – quadras 7 e 8.
20h Campeonato Interno de Snooker – Sala Snooker.
20h Vôlei Veterano Pepac D “B” – Ginásio Novo.

DIA 14 – QUARTA-FEIRA

7h30 Lian gong – Salão Nobre.
9h Exposição de tapetes árabes – Saguão Social.
19h Jiu-jitsu – Sala de Judô/Caratê.
19h Desafio de Squash – quadras de squash.
19h30 Desafio de Tênis – quadras 7 e 8.
20h Campeonato Interno de Snooker – Sala Snooker.

DIA 15 – QUINTA-FEIRA

9h Exposição de tapetes árabes – Saguão Social.
14h Palestra loga e saúde – Cinema.
19h Desafio de Squash – quadras de squash.
19h30 Desafio de Tênis – quadras 7 e 8.
20h Campeonato Interno de Snooker – Sala Snooker.
19h Noite do Vídeo – Piano Bar.
20h/22h Teatro adulto *As sereias da Zona Sul* – Cinema – Convites no Sociocultural.

DIA 16 – SEXTA-FEIRA

7h30 Lian gong – Salão Nobre.
9h Exposição de tapetes árabes – Saguão Social.
19h Jiu-jitsu – na Sala de Judô/Caratê.
20h30 Cinema adulto *Em luta pelo amor* (romance 111') – 14 anos.
 Sexta Nobre – Restaurante das Cúpulas – Informações no r. 2053.

DIA 17 – SÁBADO

9h Exposição de tapetes árabes – Saguão Social.
11h Teatro infantil *Sherazade e a festa junina* – Cinema.
10h Campeonato Interno de Bocha – Cancha de Bocha.
13h Festa de aniversário da Brinquedoteca – Playground.
13h Torneio de Futebol Soçaite Feminino.
17h Encerramento do Campeonato Interno de Snooker.
18h Mostra Interna de Dança – Cinema.
22h Show das Dez apresenta Cores do Brasil – Piano Bar.

DIA 18 – DOMINGO

GP do Canadá – Transmissão ao vivo no Cinema.
9h Exposição de tapetes árabes – Saguão Social.
10h Campeonato Interno de Bocha – Cancha de Bocha.
13h Torneio de Futebol Soçaite Feminino.
14h Cinema infantil *Pokémon – Primeape endoidece* (desenho 45') – Livre.
19h Cinema adulto *Terra de paixões* (drama 114') – 14 anos.

DIA 20 – TERÇA-FEIRA

19h Desafio de Squash – quadras de squash.
19h Vigilantes do Peso – Sala de Carteados.
19h30 Desafio de Tênis – quadras 7 e 8.
20h Campeonato Interno de Snooker – Sala Snooker.

DIA 21 – QUARTA-FEIRA

7h30 Lian gong – Salão Nobre.
19h Jiu-jitsu – Sala de Judô/Caratê.
19h Desafio de Squash – quadras de squash.
19h30 Desafio de Tênis – quadras 7 e 8.
20h Campeonato Interno de Snooker – Sala Snooker.

DIA 22 – QUINTA-FEIRA

14h Cinema infantil *Pokémon – Eu escolho você Pikachu* (desenho 45') – Livre.
17h Cinema adulto *Mero acaso* (comédia/romance 88') – 14 anos.
19h Noite do Vídeo – Piano Bar.

DIA 23 – SEXTA-FEIRA

7h30 Lian gong – Salão Nobre.
19h Jiu-jitsu – Sala de Judô/Caratê.
20h30 Cinema adulto *Instinto* (drama 127') – 12 anos.

Excepcionalmente, não haverá Sexta Nobre.

DIA 24 – SÁBADO

10h Campeonato Interno de Bocha – Cancha de Bocha.
14h Cinema infantil *Pokémon – A torre do terror* (desenho 45') – Livre.
20h Cinema adulto *A fortuna de Cookie* (comédia 118') – 12 anos.
22h Show das Dez apresenta Denise Mello e grupo – Piano Bar.

DIA 25 – DOMINGO

10h Campeonato Interno de Bocha – Cancha de Bocha.
14h Cinema infantil *Pokémon – A torre do terror* (desenho 45') – Livre.
19h Cinema adulto *A fortuna de Cookie* (comédia 118') – 12 anos.

DIA 27 – TERÇA-FEIRA

Campeonato Interno de Inverno de Squash em prol da Campanha do Agasalho.
 Inscrições abertas para aulas particulares de tênis – alunos novos.
8h Rematrículas natação/Seffe e tênis/Escolinha – direto com os professores.
19h Vigilantes do Peso – Sala de Carteados.
19h Desafio de Squash – quadras de squash.
19h30 Desafio de Tênis – quadras 7 e 8.
20h Campeonato Interno de Snooker – Sala Snooker.
20h Festa de encerramento do Festival de Nataação Adulto – Boate das Cúpulas.

DIA 28 – QUARTA-FEIRA

Campeonato Interno de Inverno de Squash em prol da Campanha do Agasalho.
 Inscrições abertas para Aulas Particulares de Tênis – Alunos novos.
7h30 Lian gong – no Salão Nobre.
8h Rematrículas natação/Seffe e tênis/Escolinha – direto com os Professores
19h Desafio de Squash – quadras de squash.
19h Jiu-jitsu – Sala de Judô/Caratê.
19h30 Desafio de Tênis – quadras 7 e 8.
20h Campeonato Interno de Snooker – Sala Snooker.

DIA 29 – QUINTA-FEIRA

Campeonato Interno de Inverno de Squash em prol da Campanha do Agasalho.
8h Inscrição para o sorteio da nataação/Seffe (alunos novos) – Piscina Social.
 Inscrições abertas para aulas particulares de tênis (livre) – quadras 5 e 6.
19h Noite do Vídeo – Piano Bar.
19h Desafio de Squash – quadras de squash.
19h30 Desafio de Tênis – quadras 7 e 8.
20h Campeonato Interno de Snooker – Sala Snooker.

DIA 30 – SEXTA-FEIRA

Último dia para inscrições com desconto para o Paineiras Camp – Central de Atendimento.
 Campeonato Interno de Inverno de Squash em prol da Campanha do Agasalho.
 Inscrições abertas para aulas particulares de tênis (livre) – quadras 5 e 6.
7h30 Lian gong – Salão Nobre.
8h Inscrição para o sorteio da nataação/Seffe (alunos novos) – Piscina Social.
14h30 Sorteio das vagas de nataação/Seffe – Boate.
19h Jiu-jitsu – Sala de Judô/Caratê.
20h30 Cinema adulto *O alarmista* (comédia 92') – 14 anos.
 Sexta Nobre – Restaurante das Cúpulas – Informações no r. 2053.

Atenção: as sinopses dos filmes estão na página 18. Os horários podem ser alterados quando houver transmissão, no telão, de jogos de futebol ou provas de Fórmula 1. Confirme a programação de cinema com a telefonista, pelo número 3779-2000.

COLÉGIO

OBJETIVO

Educação Infantil • Ensino Fundamental • Ensino Médio
Educação de qualidade

VINÍCIUS
CIFÚ LOPES

BRUNO
FERNANDES
LEITE

1º e 2º lugares na
FUVEST



SALA DE AULA DO FUTURO



ESCOLAS NA
NATUREZA

MANAUS

ANGRA DOS REIS

MULTIMÍDIA



MATERIAL DIDÁTICO



PROGRAMA OBJETIVO DE INCENTIVO AO TALENTO - ROBÓTICA



LABORATÓRIOS



APOIO AO ESTUDO

DISQUE-PROFESSOR
(11) 253-4066



24 HORAS
À SUA DISPOSIÇÃO

TAREFA
NET

A sua tarefa
agora é
interativa!

www.objetivo.br
www.unip-objetivo.br

CD-ROM



(11) 3170 3800 • www.objetivo.br

DPG Convênios

e-mail: dpgconvenios@unip-objetivo.br
São Paulo: (11) 3170 3715 • Interior: (11) 288 7713