

PUBLICAÇÃO MENSAL DIRIGIDA AOS ASSOCIADOS DO CLUBE PAINEIRAS DO MORUMBY

PAINEIRAS

SETEMBRO - 2008

Stella Almeida, sócia
desde 1997 e seu filho
Fernando, 8 anos

Plantando o Futuro

Em comemoração ao Dia da Árvore e ao início da Primavera, 400 crianças vão plantar e adotar uma árvore entre os dias 21 e 30 de Setembro

João Garcia

Novo chefe de cozinha do Paineiras prepara uma revolução no cardápio do clube

XXIII
Festival de
Escolas de Esportes

20, 21, 27 e 28
de Setembro

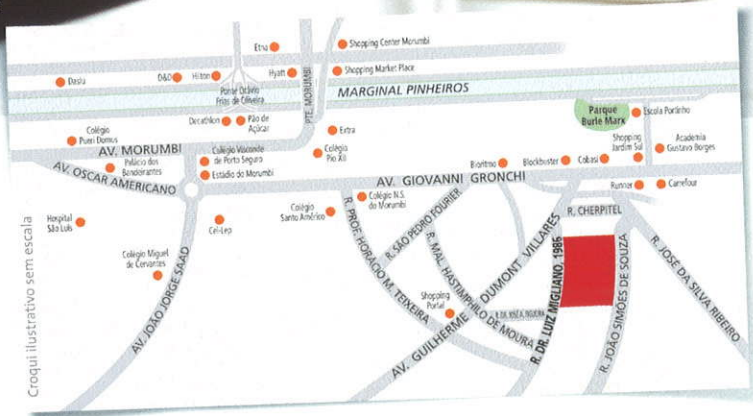
O complexo empresarial que faltava no seu bairro preferido.

O lugar perfeito para sua empresa em uma região valorizada,
com poucas salas comerciais disponíveis.

Conjuntos comerciais de 38m² a 300m²

Bonnaire convida você para um torneio de tênis com a participação especial de Fernando Meligeni e Jaime Oncins. Inscreva-se até 10/9 na Central de Atendimento ou pelo e-mail paulo.esportes@clubepaineiras.com.br

Foto illustrativa



R. Luiz Migliano, 1.986
Morumbi

Ligue: 3744-0654
www.bonnaire.com.br

**VISITE CONJUNTOS DECORADOS
POR FERNANDA MARQUES**



NOVOS ARES PARA O MORUMBI. NOVOS ARES PARA SUA VIDA.

Ogilvy



Perspectiva ilustrada da praça de alimentação

Projeto Arquitetônico:

de f a u
de fournier developers

Perspectiva ilustrada da fachada

**Leve sua empresa para um lugar sofisticado, cercado pela
conveniência de um mall boutique com mais de 30 lojas e serviços.**

Fácil acesso às principais vias
expressas e centros empresariais.

Informações:



Realização:

ODEBRECHT
Empreendimentos Imobiliários

das Nações Unidas, 4.777 – 18º andar – Alto de Pinheiros – CEP 05477-000. Projeto em fase de aprovação. Sujeito a alterações sem prévio aviso. LPS Brasil Consultoria de Imóveis S.A. – Rua Estados



CLUBE PAINEIRAS DO MORUMBY

Av. Alberto Pentead, 605, Morumbi - São Paulo
SP - 05678-000 - Tel.: (11) 3779-2000
www.clubepaineiras.com.br

Diretoria Executiva

gestão de 01/10/2006 a 31/12/2009

Presidente

Sileni M. de Arruda Rolla

1º Vice-Presidente

Roberto Manin Frias

2º Vice-Presidente

Carlos Alberto Papa

Secretário

Fernando Milliet Roque

Tesoureiro

Cláudio Gonçalves Longo

Departamento de Alimentos e Bebidas

Eventos: 3779-2120, 3779-2121 e 3779-2122

Restaurante Social: 3779-2124

DASP - Departamento de

Assistência Social do Paineiras: 3779-2039

Departamento de Esportes

Gerência: 3779-2100

Setor Fitness: 3779-2107

Setor Formativo: 3779-2103, 3779-2115

Setor Competitivo: 3779-2110

Setor Recreativo: 3779-2101, 3779-2102

Departamento Sociocultural

Setor de Eventos e Cerimonial: 3779-2051

Departamento Jurídico: 3779-2008 e 3779-2016

Departamento de Manutenção e Obras:

3779-2080 e 3779-2090

Departamento de Marketing e Comunicação:

3779-2098 e 3779-2099

Departamento de Qualidade: 3779-2140

Departamento de Suprimentos:

3779-2070, 3779-2071 e 3779-2072

Departamento de Recursos Humanos:

3779-2041, 3779-2042

Controladoria: 3779-2049

Ouvidoria: 3779-2006 e 3779-2038

Revista Paineiras

Direção de Comunicação:

Paula Bevilacqua

Jornalista Responsável:

Jean Carlo Martins - Mtb. 48.950

Produção:

Paula Bevilacqua e Célia Pulino

Fotografia:

Alexandre Kid

Produção Gráfica:

Morganti Serviços Gráficos

Publicação mensal dirigida aos associados do Clube Paineiras do Morumbi. A programação apresentada poderá sofrer alterações.

ÍNDICE

ADOTE UMA ÁRVORE NO PAINEIRAS

Em comemoração ao Dia da Árvore e ao início da Primavera, 400 crianças vão plantar e adotar árvores

PÁG. 08



PAINEIRAS REALIZA XXIII FESTIVAL DE ESCOLAS DE ESPORTES

Evento terá circuito olímpico, circuito esportivo e competições de diversas modalidades para crianças de 3 a 18 anos

PÁG. 12

JOVENS PAINEIRENSES ENCENAM MOZART E MARIA CLARA MACHADO

Alunos do Curso de Teatro Infantil do Paineiras apresentam as peças Maria Borracheira e A Flauta Mágica

PÁG. 16



A NOVA CARA DA COZINHA PAINEIRENSE

O chef João Garcia acerta os últimos detalhes do que pretende ser uma verdadeira revolução na cozinha paineirense

PÁG. 20

REESTRUTURADO PARA ATENDER MELHOR

O Centro Médico do Paineiras passou por reestruturação e, a partir de outubro, contará com uma nova nutricionista, um cardiologista e um fisioterapeuta

PÁG. 23



Forte como a raiz de uma árvore



Antes de tudo, queremos agradecer as muitas manifestações de apoio que temos recebido.

É sempre importante o Clube receber apoio de seus associados, pois este é o estímulo para buscarmos, cada vez mais, fazer do Paineiras o melhor Clube social, esportivo e cultural.

Esta Diretoria Executiva está sempre empenhada em definir ações e atitudes que garantam ao Clube Paineiras um crescimento com responsabilidade social, responsabilidade esta que compreende a ética, a transparência, a preservação do meio ambiente e a inclusão social.

Assim, quando trazemos bons resultados como os apresentados no balanço semestral de 2008, sentimos-nos felizes por correspondermos à confiança em nós depositada. Hoje temos uma situação de equilíbrio e um índice de liquidez elevado que nos dá mais tranquilidade.

Somos líderes na formação de atletas e, devido a esta nossa tradição formativa receberemos, a partir do dia 20 deste mês, atletas de mais

de 20 agremiações do Estado de São Paulo que participarão do Festival de Escolas de Esportes, iniciativa pioneira do Clube hoje definitivamente consagrada.

Nossas festas são sempre muito bonitas, alegres e concorridas como nossa Festa Junina com o compositor Almir Sater e nossa Festa de Aniversário com a apresentação exclusiva para os Paineirenses da cantora Dione Warwick.

Sediamos eventos de repercussão internacional tais como a apresentação exclusiva do astro de futebol Zidane e a realização do campeonato Pan-Americano de Pólo com a presença de seleções de dez países.

Saudando a chegada da Primavera e homenageando o Dia da Árvore, estamos lançando o programa “adote uma árvore frutífera”, voltado a deixar enraizado em nossas crianças o sentido de preservação de nosso verde.

Temos priorizado as questões legais com o objetivo de preservar nosso patrimônio e, na medida em que essas questões vão sendo resolvidas, surge a oportunidade de realizarmos projetos que há muitos anos são discutidos no seio desta Sociedade, tal como a questão do estacionamento. O serviço de manobristas amenizou o problema, mas não é a solução definitiva. Nosso Clube deve oferecer condições de segurança e conforto a todos que aqui cheguem, inclusive os convidados para eventos esportivos ou sócio-culturais. Precisamos também manter uma convivência sem atritos com nossos vizinhos.

Pensar em ações preventivas que otimizem o consumo de energia é um dos nossos compromissos com o amanhã. Hoje estamos realizando cuidadosos estudos envolvendo diferentes matrizes energéticas para

que tomemos decisões que nos propiciarão a escolha da solução com a melhor relação custo/benefício para os anos futuros.

As obras do *playground* estão em andamento e, em breve, entregaremos mais uma área renovada para nossas crianças. Aproveitamos para convidar os pais cujos filhos utilizem a brinquedoteca a se manifestarem sobre a possibilidade de mantê-la no local em que está hoje. Temos recebido muitas sugestões no sentido da brinquedoteca ali permanecer.

Até o final deste mês teremos nossa pista de atletismo e campo de futebol iluminados, tal como já fizemos na piscina olímpica. Paralelamente, buscamos soluções de conforto quer no tocante aos elevadores do vale, quer na climatização e isolamento acústico das diferentes salas de atividades, sem esquecer da constante procura de melhoria na ampliação e manutenção de nossos prédios, quadras e equipamentos esportivos, sempre com os olhos no futuro.

Bons resultados e momentos memoráveis cada vez mais destacam o Clube Paineiras do Morumbi como um lugar “onde as coisas acontecem”, um Clube sólido e seguro, centrado na família, no esporte, na saúde e no lazer.

Nesta breve conversa esperamos ter passado um pouco do que é objeto de nossa atenção.

Está chegando a Primavera! E no Paineiras, onde todas as épocas são maravilhosas, a chegada da primavera certamente será sempre mais bonita.

Muito obrigada. 

Sileni M. de Arruda Rolla
Presidente



Gilberto Kassab - Prefeito e Roberto Manin Frias - Vice-Presidente do Clube Paineiras do Morumbi



Os diretores Fernando Roque e Paula Bevilacqua

GILBERTO KASSAB É HOMENAGEADO EM EVENTO NO PAINEIRAS

No dia 25 de agosto, no Cine Teatro do Clube Paineiras, foi realizada a Cerimônia Comemorativa ao 48º Aniversário de Pinheiros, ocasião em que foi prestada, pelas entidades da região, uma homenagem ao Engenheiro e Cidadão de Pinheiros Gilberto Kassab. O evento, seguido de coquetel no Restaurante das Cúpulas, reuniu diversas autoridades e teve a participação da presidente do Clube Paineiras, Sileni Monteiro de Arruda Rolla.



Humberto Luis Dias - Vice-Superintendente ACSP - Distrital Pinheiros, Silene M. de Arruda Rolla - Presidente do Clube e Roberto Manin Frias - Vice-Presidente do Clube



Sileni M. de Arruda Rolla, Gilberto Kassab, Moacir Roberto Boscolo - Vice-Presidente das sedes Distritais da ACSP e Roberto Manin Frias

TORNEIO DE PAIS E FILHOS

Realizamos o maior Torneio de Pais e Filhos da história do Paineiras. Foram 52 duplas divididas em 3 categorias (idades). Realizamos 49 partidas, num clima extremamente festivo e harmonioso. Nem o dia feio e chuvoso foi capaz de prejudicar o evento. Os primeiros colocados de cada categoria receberam prêmios do patrocinador.



Categoria A (até 12 anos): Campeão e vice-campeão: Flavio Bulcão com seus filhos Felipe e Rodrigo



Categoria B (de 13 a 15 anos): Campeão: Ricor Silveira e Natalie Vice-campeão: Carlos Santos e Lucas

TARDE DE TRANCA

Foi no último 23 de agosto o Torneio de Tranca Paineiras que, sempre antecede ao aniversário do Clube. Este ano o carteadado foi no espaço cultural devido a imensa procura pelas inscrições. Foram 58 duplas, com direito a fila de espera.



Nas fotos: 01 - em terceiro lugar e animadíssima a dupla Helga Miralla e Maria de Las Nieves Lopes; 02 - as amigas Suzanna Longo e Alessandra Litmanowicz, que pela primeira vez participam do evento; 03 - a dupla vice-campeã Elias e Vera Alves; 04 - Flávio Bevilacqua, Paola e Ivandro Vannetti, também participaram do carteadado; 05 - a dupla Maria Aparecida Coppola e Hermann Stettiner também esteve presente; 06 - em momento pré carteadado, Maria de Las Nieves Lopes, Neide Porta e Maria Lúcia tomam um cafezinho; 07 - a sócia Hercília Mascarenhas circulava entre as mesas; 08 - a dupla campeã Renata e Vittorina Miotti; 09 - Padel Cagno se preparando para jogar.



Categoria C (acima de 16 anos):
Campeão: Jean Jacques e Laurent
Vice-campeão: Roberto Santos e Luiza



NO RESTAURANTE PAINEIRAS

Na primeira foto Detlof Von Oertzen e sua esposa Yara, - fundadores do Clube Paineiras e na segunda Alaiza Lorenz Pereira e Carlos Alberto Pereira, Sócios desde 1960.

PRIMAVERA

PLANTANDO O

Então, é chegada a Primavera, estação que inspira poesia. Com o fim do inverno, os dias voltam a ser mais longos e quentes, os animais se reproduzem e constroem seus ninhos, a natureza se enche de verde e de flores. Os dias ganham um novo colorido.

A estação representa a época primeira, que antecede o Verão. É o momento em que a vida recomeça

à nossa volta, e nos influencia para um novo capítulo, uma nova fase. Por tudo isto, este é um período, mais do que perfeito, para refletirmos sobre a conservação da natureza e preservação do nosso meio ambiente.

Com a preocupação de promover o Desenvolvimento Sustentável que, de acordo com a definição da Organização das Nações Unidas – ONU, é o “desenvolvimento que

Giulia Pizzata Merenna, Sofia Ruiz, Oderlei Rocha dos Santos, Vitoria Cursini, Camila Ramos e Daniela Ramos

FUTURO NO PAINEIRAS

satisfaz as necessidades presentes, sem comprometer a capacidade das gerações futuras de suprir suas próprias necessidades”, o Clube Paineiras do Morumbi, desenvolveu uma ação/evento para comemorar o dia da árvore, 21 de setembro e, o início da primavera, 23 de setembro.

Entre os dias 21 a 30 de setembro de 2008, o Clube promove uma ação educacional com 400 crianças, associadas, na faixa etária entre 5 e 12 anos, que farão o plantio de mudas de árvores frutíferas em suas dependências. As árvores plantadas serão sinalizadas com o nome popular, nome científico, data do plantio e o nome da criança que a plantou. As mudas que serão utilizadas na iniciativa foram doadas pela Secretaria Municipal do Verde e Meio Ambiente.

Uma das crianças que irá adotar uma árvore é Fernando, de oito anos. Inspirada pela iniciativa, sua mãe Stella Almeida, associada do Paineiras desde 1997, não encontrou forma melhor para expressar seu sentimento a não ser pela poesia:

“Plantar uma árvore é como semear a esperança por um mundo melhor Teremos mais sombra, mais beleza, mais frutos e mais verde

Buscamos um novo equilíbrio entre os homens e a natureza

Aprenda a amar as árvores e aprenderá a amar a si mesmo”

Stella ressalta, ainda que a ação do clube incentiva as famílias paineirenses a exercitarem o “verde”.

400 crianças paineirenses poderão adotar uma árvore e plantá-la entre os dias 21 e 30 de Setembro, em comemoração ao Dia da Árvore e ao início da Primavera

QUAIS OS BENEFÍCIOS DAS ÁRVORES?

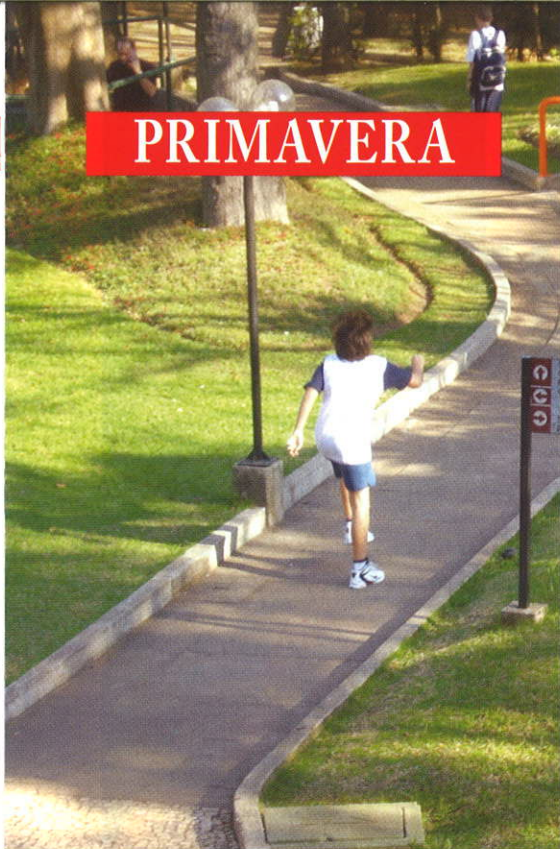
- Redução da poluição sonora;
- Purificação do ar;
- Retenção da umidade e formação de sombra, o que contribui para amenizar altas temperaturas;
- Local para abrigo e fonte de alimento para aves e outros animais;
- Auxílio na infiltração de água no solo;
- Embelezamento e valorização do ponto de vista ambiental, paisagístico e econômico;
- Contribuição para o equilíbrio psicossocial, transmitindo sensação de calma e conforto às pessoas.

Stella Almeida, sócia desde 1997 e seu filho Fernando, 8 anos.



foto: Alexandre Kid

PRIMAVERA



Dpto. Comunicação



Nossos associados praticam suas atividades envoltos por verde

ATO DE CIDADANIA

Adotar uma árvore é um ato de cidadania e de preocupação com o ambiente como um todo, pois muito mais do que símbolos nacionais, as árvores fazem parte do imenso patrimônio ambiental não somente do Clube, mas também da cidade. Para a presidente do Clube Paineiras do Morumbi, Sileni Monteiro de Arruda Rolla, esta iniciativa fará com que nossas crianças sintam-se pertencentes ao nosso solo. “Elas poderão acompanhar

o crescimento da árvore e usufruir da sua sombra e fruto para que tenham a oportunidade de ter o sabor que temos daquela fruta de nossa infância, colhida por nós mesmos”, afirma. Ao mesmo tempo, as crianças aprenderão a importância da preservação de seu espaço e de sua área verde.

Atualmente, o Clube possui uma grande reserva de vegetação nativa, sendo reconhecido como o grande Pulmão Verde do Morumbi. Nos seus 117.000 m², mais de 50% dessa área é constituída por uma reserva verde composta por maciços arbustivos, áreas com remanescentes de vegetação nativa (Mata Atlântica) e uma infinidade de espécies arbóreas raras hoje no Brasil.

As inscrições serão realizadas na Central de Atendimento, de 01 a 10 de setembro com o custo de R\$6,00 por criança (valor de confecção da placa*), cobrados na mensalidade do Clube. As vagas são limitadas a 400 crianças. A formação de grupos para o plantio, junto com os jardineiros do clube, atenderá a preferência de cada família (manhã ou tarde). (JCM) ✳

PROJETO ECO*AÇÃO

O objetivo do evento “Adote uma árvore frutífera” é fortalecer a importância da preservação ambiental. A ação está sendo realizada por iniciativa da presidência do Paineiras e através do trabalho do Projeto Eco*Ação que acontece nas dependências do clube e consiste basicamente na implantação de iniciativas que visam à preservação do meio ambiente e a educação ambiental, adaptadas as condições estruturais e aos perfis dos associados e do corpo administrativo do Clube Paineiras do Morumbi.

Para atingir estes objetivos, o Projeto está sendo dividido em várias Etapas, de modo a torná-lo mais facilmente exequível. Os propósitos do Projeto Eco*Ação são permanentes e de longo prazo, e devem ser integrados à filosofia básica do Clube.

Dpto. Comunicação



Stella Papa, Vitória Kalil, Mariana Boarini, Diego Rotella.

VAMOS NOS CONSCIENTIZAR

POR FAVOR, FECEM AS TORNEIRAS!



Todo dia se vê um fio de água na torneira da pia do vestiário feminino. Este fio representa um desperdício enorme à natureza e só aumenta a conta do clube.

É impressionante a quantidade de vezes, que associadas abrem a torneira para lavar suas mãos e quando fecham não percebem que não foi o suficiente

e simplesmente vão embora. Outras, mecanicamente, abrem e nem sequer a fecham pois, inconscientemente acreditam que são temporizadas. Por favor, vejam que todas as torneiras de nosso vestiário feminino **NÃO** são de fechamento automático.

A água é um recurso limitado, e o seu desperdício tem consequências. Os sócios do Clube Paineiras tem sua parcela de responsabilidade nessa história também.

BARULHO NO CORREDOR

Os silenciosos usuários da Biblioteca já se acostumaram com os ruídos barulhentos do corredor, que liga os elevadores a outras áreas do clube. Mesmo com uma placa de silêncio, associados passam conversando, meninos batendo bola, babás e mães brincando com seus filhos e etc...; poucos respeitam ou notam o aviso.

O clube é um espaço coletivo e seus associados devem prestar atenção e atender as solicitações de cada atividade, para não atrapalhar o direito de cada um.

BABÁS E FUNCIONÁRIOS

Todas as babás, motoristas, enfermeiros e outros funcionários de

sócios só poderão circular nas dependências do Clube, des-

de que previamente cadastrados e devidamente uniformizados com o crachá visível. Mantenha o cadastro destes sempre atualizados junto a CAT – Central de Atendimento.



ESTACIONAMENTO

Nosso estacionamento com ou sem manobrista é gratuito. Lembremos porém, que as vagas centrais são reservadas para o serviço de manobristas. As demarcações de vagas devem ser respeitadas e a velocidade máxima permitida no local é de 10 Km/h, de acordo com o artigo 38 do Regulamento Interno.



Vamos preservar nossas dependências e instalações

Não são poucos os associados que praticam seu esporte indevidamente calçados. Muitas de nossas atividades requerem calçados específicos. Um tênis ou uma chuteira podem danificar as instalações.

Dois exemplos são as quadras de squash que recentemente foram lixadas e já apresentam riscos causados por tênis de solado escuro e no carpete do campo de futebol, que também passou por uma manutenção, e já tem pontos descolados causados pelo uso indevido da chuteira com cravos de aço.



BAT PHONE

Qualquer associado em caso de emergência pode ligar diretamente para o nosso Centro Médico e pedir auxílio. O número

é 123 e é de uso restrito para emergências.

Outro número é o 456, para chamar a segurança. Estes ramais são internos e acessados através de qualquer aparelho telefônico do clube





ESPORTE

XXIII Festival de Escolas de Esportes

Com o objetivo de despertar o interesse pela prática esportiva, o Clube Paineiras do Morumby promove, nos dias 20, 21, 27 e 28 de setembro, o XXIII Festival de Escolas de Esportes. O tradicional evento da área formativa terá nesta edição a participação de aproximadamente 2.000 crianças de 20 clubes de todo o Estado de São Paulo.

A solenidade de abertura, com desfile das agremiações, acontecerá no sábado, dia 20 de setembro às 9h30, no Complexo das Quadras do Vale. Logo após a abertura, os jogos já começarão a ser realizados.

O evento terá circuito olímpico, circuito esportivo e competições de diversas modalidades para crianças de 3 a 18 anos. Para cada idade foram elaboradas atividades e atrações para que todos participassem. Só

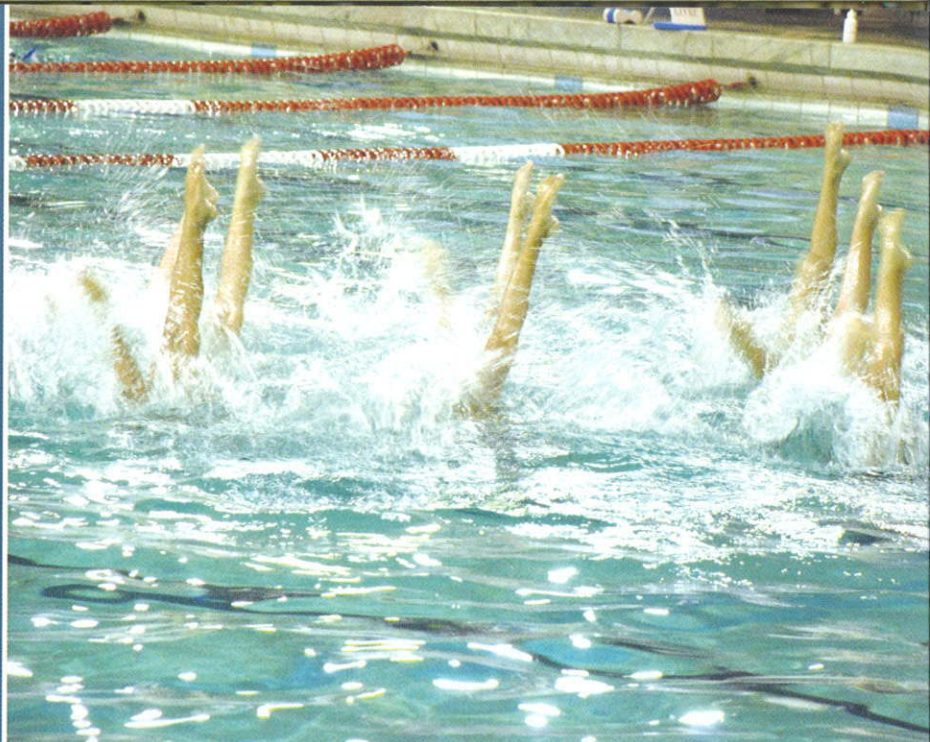
no Clube Paineiras, 1000 crianças deverão participar do evento.

O Festival de Escolas de Esportes é realizado pelo Setor de Educação Física e Formação Esportiva (SEFFE) do Clube Paineiras do Morumby, criado há mais de 20 anos para o desenvolvimento das crianças por meio da integração dos sistemas motor, psicológico, afetivo e social, além de despertar o interesse desde cedo pela prática esportiva.



Gustavo Coutinho, aluno de Pólo Paineiras e titular na equipe brasileira de juniores

PATNEIRAS REALIZA XXIII FEST



De acordo com Marco Mirabelli, coordenador de esporte Formativo do Paineiras, o festival é hoje um dos principais eventos realizados pela área formativa. A cada ano, a participação dos clubes aumenta. “Nesta edição contamos com a participação de clubes de outras cidades como Campinas, ABCD e Sorocaba”, diz. Mirabelli afirma que o evento é destinado à clubes que tenham escola de esportes.

PREPARAÇÃO DOS JOVENS ATLETAS

A preparação direcionada para o Festival está acontecendo no decorrer do semestre nas aulas duas vezes por semana. “Em alguns casos, esta preparação vem ocorrendo desde o começo do ano, como é o caso do nado sincronizado que necessita de treinos com música e coreografia”, exemplifica.

Segundo ele, o evento serve como referência sobre como os

Atenção para as matrículas SEFFE/SAT

As matrículas de alunos novos para o 2º semestre de 2008 estarão abertas até 30 de setembro, somente para os cursos de Ginástica Olímpica, Ginástica Rítmica, Judô, Karatê, Natação e Tênis do SEFFE. Para os demais cursos do SEFFE e SAT as matrículas estarão abertas até o dia 31 de outubro. Teste de habilidade obrigatório, antes do ato da matrícula, para as modalidades de Tênis, Ginástica Olímpica, Nado Sincronizado, Karatê e Squash, a partir do Nível II. Para o curso de natação, obrigatório para todos os níveis. Testes de habilidade nos locais e horários de aula às 4ªs e 5ªs feiras.

Disponibilidade de vagas e outras informações na CAT – Central de Atendimento.

**Evento terá
circuito
olímpico, circuito
esportivo e
competições
de diversas
modalidades
para crianças
de 3 a 18 anos**

Texto: Jean Carlo Martins

Fotos: Alexandre Kid

Produção: Paula Bevilacqua

VAL DE ESCOLAS DE ESPORTES



ESPORTE

Faça parte do Nado Sincronizado

Com quase 20 anos de trabalho, o Paineiras vem desenvolvendo atletas olímpicos de ponta, medalhistas em sul-americanos e pan-americanos em nado sincronizado. A modalidade já está se tornando marca registrada do clube.

O Paineiras foi representado em Jogos Olímpicos pela terceira vez consecutiva no dueto do nado sincronizado. Depois das atletas Carolina e Isabela de Moraes participarem das Olimpíadas de Sydney e Atenas, a atleta paineirense Nayara Figueira, campeã Sul-Americana no Dueto e Conjunto, teve uma brilhante participação nas Olimpíadas de Pequim, no mês de agosto.

E para manter esta tradição e garantir o bom desempenho no futuro, a técnica de nado sincronizado do Paineiras, Andréa Curi, afirma que está buscando novas atletas, na categoria infantil, de 7 a 10 anos, para o nado competitivo. "A Nayara, nosso exemplo recente, mostrou a força do Paineiras", diz.

Para fazer parte deste grupo campeão, procure as técnicas na piscina e agende um teste!



A Técnica Andréa Curi, assistentes e alunas

alunos aplicam o que aprendem nos treinos e como se desenvolvem em ambiente competitivo.

"Às vezes acontece de uma criança se destacar, mas este não é o objetivo primordial", diz. Até porque, Mirabelli explica muitas das atividades são diferenciadas e adaptadas. Os jogos de cada categoria das modalidades serão realizados em um único dia de competições e terão várias premiações aos participantes. Ele destaca que o Paineiras não participará das competições com atletas federados.

Como no caso do circuito esportivo, com crianças nascidas em 2000 e 2001, compreendendo modalidades como futebol, basquete, handebol, entre outros. O coordenador de esporte Formativo do Paineiras ressalta também os jogos recreativos como queimada e atletismo.

Já o circuito olímpico, com crianças nascidas em 2003 e 2004, o foco será em gincanas para o desenvolvimento de atividades motoras como corrida e salto. "Isto tudo será feito com um caráter lúdico para que seja uma atividade prazerosa para a criança", diz o co-



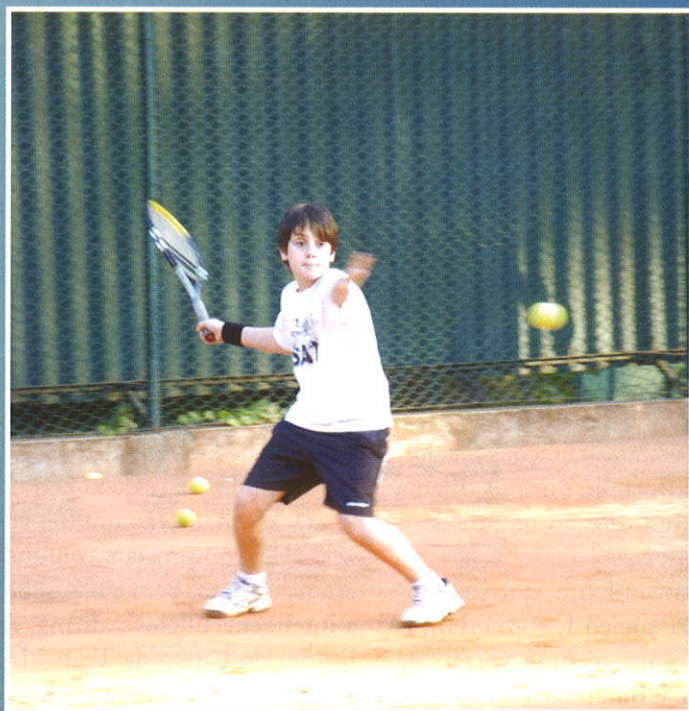
ordenador de esporte Formativo do Paineiras.

Já a criançada de 9 a 18 anos participará de competições de Voleibol, Tênis, Natação, Nado Sincronizado, Karatê, Judô, Handebol, Ginástica Rítmica, Ginástica Olímpica, Futsal, Futebol Society e Basquete.

Segundo Mirabelli, a proximidade com os Jogos Olímpicos

contribui para estimular as crianças a participarem de modalidades que não são tão populares, mas que afloram por conta da repercussão que passam a receber.

Quem quiser assistir às atividades basta comparecer – é gratuito. Mais informações pelo telefone (11)3779-2000. Confira a programação completa de competições no site do clube.



SERVIÇO

TORNEIO DE TÊNIS INTEREQUIPES BONNAIRE

- Acontece entre os dias 15 e 27 de setembro o Torneio de Tênis Bonnaire de interequipes do Clube Paineiras do Morumbi.

O evento que prevê de 100 a 120 pessoas, terá o sorteio de chaves no dia 11 de setembro, antes do jogo de exibição entre Jaime Oncins e Fernando Meligeni, atração aberta aos associados Paineirenses.

Na premiação terão medalhas para as equipes campeã e vice-campeã e uma clínica de 3h com Jaime Oncins, que estará presente na final para um "bate-bola" com alguns atletas.

Para mais informação vide site: www.clubepaineiras.com.br



divulgação

PAULISTÃO DE SQUASH

- Com uma estrutura de 5 quadras de Squash, única em São Paulo, o Clube Paineiras do Morumbi sediará entre os dias 25 a 28 de setembro o Torneio Paulista de Squash. Sob supervisão da FPS - Federação Paulista de Squash, o torneio representa uma das principais etapas para o Campeonato Paulista e reunirá em torno de 500 pessoas, durante os 4 dias da realização.

MONJA COEN NO PAINEIRAS

- Dia 20 de setembro acontece o encontro com a Sensei Monja Coen abordando o tema "A espiritualidade no cotidiano". Informações e inscrições com o instrutor Douglas na Sala de Tai-Chi-Chuan.

O elenco de Maria Borralha em momento pré-encenação



Jovens paineirenses encenam Mozart e Maria Clara Machado

Alunos do Curso de Teatro Infantil do Paineiras apresentam as peças Maria Borralha e A Flauta Mágica no mês de setembro

**Texto: Jean Carlo Martins
Fotos: Alexandre Kid
Produção: Paula Bevilacqua**

Nos últimos meses os pequenos atores paineirenses não desgrudam dos textos, as falas decoradas estão na ponta da língua e os figurinos são experimentados. A expectativa é grande e algumas das crianças irão se apresentar pela primeira vez. No mês de setembro os alunos do núcleo I e núcleo II do Curso de Teatro Infantil do Paineiras sobem ao palco para as apresentações das peças Maria Borralha e A Flauta Mágica, sob a direção da professora, Anna Grecco.

Maria Borralha, que será encenada pelo núcleo I, com crianças de 9 a 11 anos, é uma versão da história da Cinderela, escrita pela

dramaturga Maria Clara Machado. Após a morte do pai, Maria é maltratada pela madrasta. Um dia, ocorre um grande baile no palácio da família real. Depois disso, a vida de Maria nunca mais será a mesma. A versão que será apresentada no Paineiras traz a história para os anos 60 e o baile é em ritmo de Jovem Guarda. “Tem muito da sociedade atual e aborda a questão dos padrões de beleza”, diz Anna.

Segundo ela, os textos de Maria Clara Machado são muito perspicazes. “Ela compreende o mundo das crianças muito bem e não subestima a inteligência delas”, afirma. A professora do Curso de Teatro Infantil do Paineiras destaca que outras obras



Elenco de Flauta Mágica: Arthur Costa, Gabriela Dabdab, Gabriela Siqueira, Giovanna Coltri, Giuliana Borges Furlanetto, Júlia Bevilacqua, Júlia Prado, Karen Silva, Luisa Mello, Marina Miguel, Marjorie Boilesen, Nathalie Van Der Zee e Rafael Cabral

da escritora já foram encenadas como Tribobó City e Pluft, o Fantasma.

Já A Flauta Mágica, que será apresentada pelo Núcleo II, com crianças na faixa-etária de 12 a 13 anos, é uma adaptação infanto-juvenil de Celso Lemos para a célebre obra de Wolfgang Amadeus Mozart, musicada entre Março e Setembro de 1791 - no próprio ano da sua morte.

A adaptação retrata um sonho de Mozart quando criança

imaginando os detalhes da história do Príncipe Tamino que sai do seu reino a procura do Templo do Sol. No caminho, encontra a Rainha da Noite, que pede sua ajuda para libertar sua filha Pamina, que foi raptada por Sarastro, líder da Irmandade Templo do Sol. Anna explica que a obra original tem um contexto oriental, já a encenação que será apresentada terá ambientação que remete aos contos de fadas. "Tem a luta de bastão que é um momento importante da



Elenco de Maria Borralheira: Bruna Médici, Clara Vicari, Dora Fernandes, Fabiana Guglielmi, Fernanda Junqueira, Gabriela dos Santos, Giovanna Van Der Zee, Isadora Mello, Leticia Dias, Lucas Jankovski, Maria Monteiro, Maria Olszenski, Marina Lima, Marianna Laurini, Natalie Asfour, Nathalia Parnes, Tiziana Aguiarviva, Victória Roldão

SERVIÇO

EXPOSIÇÃO FLORES URBANAS

- De 01 a 8 de setembro, das 9h às 22h no Saguão Social

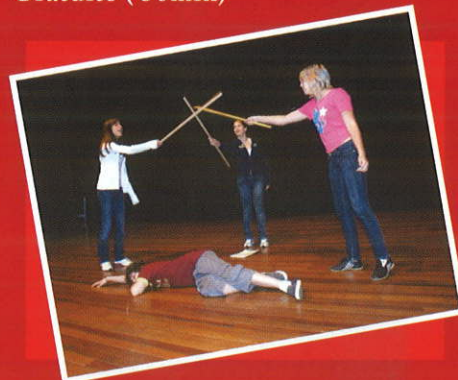


EXPOSIÇÃO DE ARTE "BRASIL - JAPÃO"

- 09 de setembro, abertura às 20h30.
De 09 a 14 de setembro das 10h às 22h no Saguão Social

MARIA BORRALHEIRA

- 13 e 14 de setembro, às 11h e às 16h - Livre Gratuito (30min)



A FLAUTA MÁGICA

- 27 e 28 de setembro, às 15h e às 18h - Livre Gratuito - (30 min)





história e o figurino que faz referências à Idade Média”, adianta.

Segundo ela, a peça Flauta mágica fala sobre o auto-conhecimento e ensina que nem sempre o bem está onde você imagina.

PREPARAÇÃO

Desde 2003 como professora do Curso de Teatro Infantil do Paineiras, Anna Gracco chegou ao clube

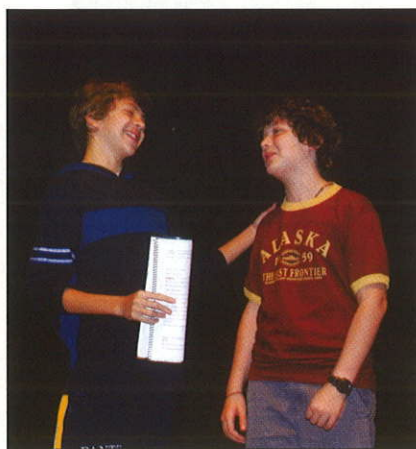
por intermédio de Moisés Mias-
tkowsky, professor dos adultos. “Eu
tinha uma companhia de teatro que
havia criado em 2000 e nunca tinha
dado aulas até então”, conta. Segundo
ela, desde o início quando chegou ao
Paineiras, o principal objetivo sem-
pre foi montar peças com os alunos.
“É como se fossemos um grupo de
teatro mesmo. O mais importante
é a oportunidade de apresentar um
espetáculo”, diz.



A atriz mirim Júlia encenando



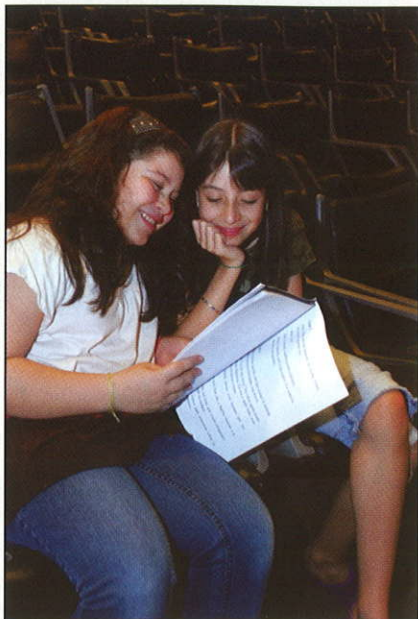
A menina Nathália em momento leitura



Os únicos meninos, Arthur e Rafael

A preparação começa logo em
fevereiro com as crianças desen-
volvendo jogos e atividades, intera-
gindo entre elas. A próxima etapa
é a escolha e leitura dos textos e
divisão dos personagens. Em junho,
começam os primeiros ensaios e em
setembro, os últimos ensaios já com
figurinos e últimos acertos.

Anna afirma que no momen-
to da apresentação dos textos a
principal expectativa das crianças é
em relação aos personagens e quem



Natalie e Dora em passagem de texto

irá desempenhar cada papel. “Elas interagem com os personagens e com os textos”.

Assim que é decidida a peça que será encenada, são necessárias diversas adaptações para comportar

a quantidade de crianças. “Além disso, nos mais novos, por exemplo, temos apenas um menino e nos mais velhos temos apenas dois”, diz Anna. Ela ressalta as características de cada grupo, sendo que o núcleo I, o principal destaque é a música e coreografia, enquanto o núcleo II tem mais textos e interpretação.

A professora salienta que as peças serão apresentadas duas vezes com as turmas se dividindo e trocando de papéis de uma apresentação para outra.

PRODUÇÃO DE QUALIDADE

Segundo Anna, a intenção sempre é oferecer um espetáculo de alto nível. “Nos preocupamos com o figurino, o som, a luz e temos todo o apoio da equipe técnica. Muitas vezes, os pais acabam se surpreendendo pela qualidade da produção”.

Ela acrescenta que por se tratar de um mundo lúdico, o teatro tem tudo a ver com o mundo das crianças. “Nós



Nathália durante ensaio



adultos quando estamos no teatro podemos resgatar um pouco desta sensação”, comenta. E este é o espírito que vai dominar o Clube Paineiras no mês de setembro. ✱

CONCURSO DE POESIA

No mês de agosto, a Biblioteca do Clube Paineiras do Morumby promoveu um Concurso Literário com poesias sobre o folclore brasileiro e agradece aos jurados:

Sra. Sylvia Gonçalves, docente na área de comunicação; **Sr. Zae Mariano Jr.**, Autor dos livros de poesia como o *Pássaro Aprendiz* e *O homem e seu quintal*; e **Sr. Antonio Clementin**, produtor Cultural/Literário, Escritor, Consultor Cultural do Sindi-Clube e da Academia Paulista de Letras;

Que classificaram os seguintes vencedores:

Categoria adulta:

- 1º lugar - Eneida Paes de Barros; 2º lugar - Mônica Abate Guglielm; 3º lugar - Ricardo Ramos Barbosa de Amorim

Categoria juvenil:

- 1º lugar - Natasha Santoro; 2º lugar - Stephanie Lucke Dell'Aquila; 3º lugar - Júlia de Thuin Bevilacqua

Para Clementin que considerou aspectos literários como melhor utilização da linguagem escrita e, como fator determinante o conhecimento do tema proposto, avaliou os concorrentes com bom nível de criatividade literária em seus textos.

Já para Sylvia quanto ao tema do concurso, não poderia ser mais adequado: a celebração do folclore brasileiro, mantendo vivas nossas tradições e mitos, sempre festejados no mês de agosto.

“Um povo vive de suas histórias, de seus costumes, de sua cultura. Espero poder, de alguma maneira,



As campeãs do Concurso com a Diretora do Sociocultural e a Bibliotecária.

contribuir para que haja a continuidade de tais concursos que, na realidade não visam julgar a capacidade intelectual dos participantes, mas sim incentivá-los no hábito da leitura e da criatividade”.

Parabéns a Biblioteca do Clube Paineiras do Morumby e aos associados classificados!

A NOVA CARA DA COZINHA

**Associados
já poderão ter
uma prévia do
que está por
vir no cardápio
especial de
primavera**

Texto: Jean Carlo Martins

Fotos: Alexandre Kid

Produção: Paula Bevilacqua

PETIT GATEAU DE DOCE-DE-LEITE

- **Ingredientes:**
100 gr. de manteiga sem sal
300 gr. de doce de leite de boa
qualidade
02 gemas de ovos
02 ovos
04 colheres (sopa) de açúcar
04 colheres (sopa) de farinha de
trigo peneirada
Manteiga para untar.
- **Acompanhamento:**
Frutas a gosto (amora, mirtilo,
cereja fresca ou em calda) e sorvete
de creme.

- **Preparo:**
Derreta a manteiga e o doce de leite em
banho maria.
Distribua em uma batedeira, bata bem
as gemas e os ovos com a mistura do
doce de leite com manteiga.
Depois de bem batidos, acrescente
vagarosamente a farinha de trigo
peneirada e bata por mais 5 minutos,
para a mistura ficar bem aerada.

Distribua em forminhas bem
untadas com manteiga, deixando
um espaço na parte superior de
aproximadamente de 01 a 1,5 cm. da
borda, para a massa crescer.
Reserve na geladeira por pelo menos
2 horas (se quiser pode reservar a
massa por até 10 horas na geladeira).
Asse em forno quente (200° C),
preaquecido, por cerca de 7 a 8
minutos.
Desenforme quente e sirva com as
frutas e sorvete de creme.

Rende 08 porções.



HA PAINEIRENSE



Com as caçarolas fervilhando, o chef João Garcia acerta os últimos detalhes do que pretende ser uma verdadeira revolução na cozinha paineirense. A partir de outubro os associados do clube poderão sentir as mudanças que serão promovidas no cardápio do restaurante. Porém, ainda em setembro, uma boa mostra do que está por vir já poderá ser conferida no cardápio especial da primavera.

Aproveitando a chegada da estação, será preparado um

cardápio já com algumas inserções de Garcia como saladas exóticas, pratos a base de grãos, entre outras novidades. “Será uma comida bem saudável e *light* que se encaixa no perfil do associado”, afirma o chef.

Desde o começo do ano no clube, Garcia concentrou-se, primeiramente, na estruturação do restaurante, que passou por reformas. Depois foram realizados treinamentos de brigada, postura, entre outros. Neste meio tempo, o chef promoveu mudanças no quilo do restaurante que passou a ter 4

SERVIÇO

Lanchonete Fiorema: Reinaldo & Chico

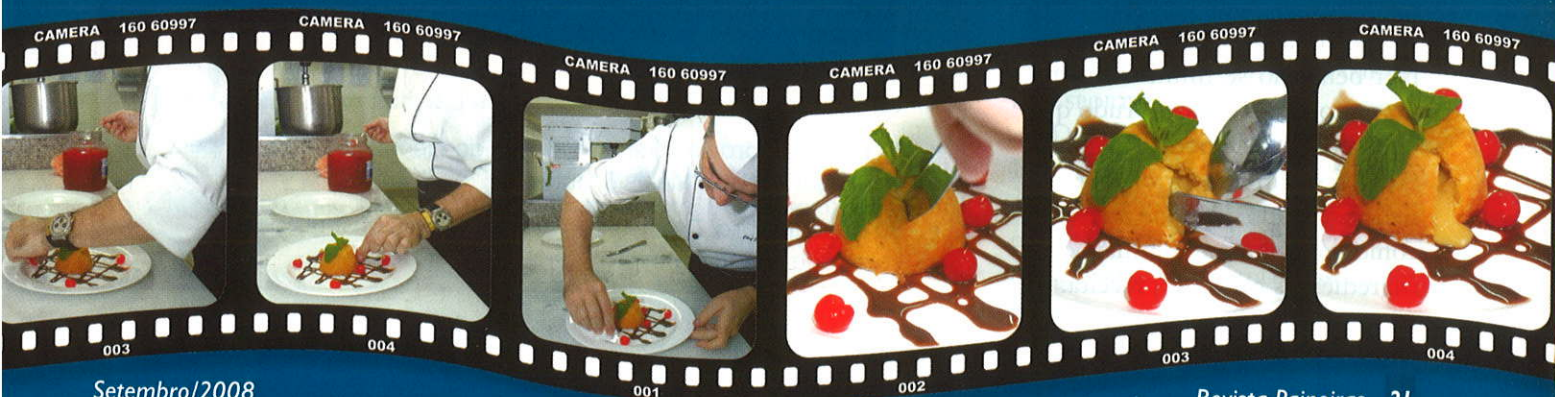
- O bar da piscina, movimentadíssimo aos finais de semana ensolarados, tem porções, sanduíches e cervejas diversas. Os destaques de setembro são: a nova máquina para suco de laranja, copo de 330ml por R\$2,80 e o Sanduíche Mafioso: filet mignon, queijo, ovo, alface, tomate, maionese no pão francês por R\$8,30
- funcionamento: todos os dias das 6h30 às 20h. Aceita cheque, dinheiro, Visa e Mastercard.

Lanchonete do Carvalho

- O bar do Carvalho, ao lado do Ginásio Velho, serve porções, sanduíches, incluindo o de pernil (só em final de semana) que sai por R\$ 4,00. Para acompanhar a cerveja gelada, a boa pedida fica para seus pastéis, por R\$1,70, nos sabores carne, pizza, palmito e de **queijo**.
- Funcionamento: segunda-feira das 14h às 20h – terças às sextas das 14h às 22h – Sábados, Domingos e Feriados – das 9h às 20h. Aceita dinheiro ou cheque.

Café Paineiras/Geraldo

- Situado entre as quadras de tênis e o vestiário feminino, o quiosque do Geraldo é movimentado pelo pão de queijo a R\$ 1,50 e pelo cafezinho a R\$ 1,70. A sugestão deste mês vai para o Sanduíche Completo a R\$ 4,70, Sanduíche de peito de peru com queijo branco no pão integral
- Funcionamento: Segunda a sexta das 7h às 21h - Sábado e domingo das 7h às 19h. Aceita dinheiro, cheque e Cartões Visa e MasterCard no valor acima de R\$ 4,00



vezes mais o volume do que existia até então. “Agora estou colocando a mão na cozinha e em breve os associados vão sentir a diferença”, diz.

PAIXÃO ANTIGA

Quem vê Garcia tão à vontade na cozinha, não o imagina como um executivo de banco envolvido em relatórios e serviços burocráticos, mas era esta a sua profissão até 1998 quando abandonou tudo para se dedicar a sua antiga paixão: a culinária.

Após desistir da vida corporativa, João Garcia se formou em culinária na Universidade Anhembi Morumbi e fez uma série de cursos no exterior. Na sequência, ele trabalhou como chef do restaurante Apollinari, montou um restaurante com cardápio de comida contemporânea e deu aulas na faculdade FMU. Apesar de ter desenvolvido sua carreira na cozinha italiana, sua principal especialidade é a culinária contemporânea.

Garcia conta que o prato com maior saída em seu restaurante era o frango recheado com queijo brie e espinafre ao molho de rapadura que será introduzido no cardápio do clube Paineiras em outubro. “Para mim, um prato ideal não pode faltar um molho agridoce”, comenta.

No entanto, o chef diz que comer bem não se limita a degustar pratos sofisticados. “Tudo que é feito com alma pode funcionar. Às vezes, um ovo frito pode ser delicioso, tudo depende da forma como você apresenta e dispõe os ingredientes no prato”, receita.

Segundo ele, as pessoas comem primeiramente com os olhos e a composição do prato faz com que você tenha mais ou menos apetite. Uma pesquisa aponta que 60% da fome já está implantada na pessoa, os outros 40% são da degustação.

Para o chef, a culinária é 100% arte e requer muita dedicação e prazer no que está sendo feito. “Se você não se doar, só fazer por fazer, não é

culinária, neste caso, você está apenas cozinhando”, explica. Inspiração para criar um prato também não pode faltar.

Toda esta dedicação e inspiração serão notadas a partir de setembro na cozinha paineirense.

Garcia salienta que a sua proposta é fazer do restaurante do Paineiras algo de primeira linha, condizente com o nível do clube. “A intenção é que os associados não só comam, mas que possam degustar um prato com prazer”, completa. ✱



SALADA LA CÚPULA
Batata, cenoura, grãos, camarões, ao molho agridoce.

R\$ 17,00

WORKSHOPS DE CULINÁRIA NO PAINEIRAS

No mês de setembro serão realizados três workshops gratuitos relacionados à culinária no Paineiras. As inscrições estarão abertas até a véspera de cada evento na Cental de Atendimento. Confira:

- **10 de setembro:** Curso de Culinária e Baristas
- **17 de setembro:** Workshop Oriental do Gendai. Promovido pela empresa GENDAI Meals & Buffet
- **30 de setembro:** Degustação de vinhos pela Mistral com o sommelier Cedric Grelim



O enfermeiro Pedro Benevenuto Filho com a sócia Cândida Servilbano

Reestruturado para atender melhor

O Centro Médico do Clube Paineiras passou por reestruturação e, a partir de outubro, contará com uma nova nutricionista, um cardiologista e um fisiologista

Compromissado com a saúde dos atletas paineirenses, o Centro Médico do Clube Paineiras está empenhado em cada vez mais oferecer o que há de melhor ao associado do clube em termos de medicina do esporte.

Recentemente, o Centro Médico passou por uma reestruturação e, em outubro, poderá realizar baterias de exames como o teste ergométrico, ergoespirométrico e consulta com fisiologista para melhor direcionamento da atividade esportiva.

O diretor de Higiene e Saúde do Clube Paineiras, Carlos Góes, afirma que o objetivo é oferecer todo respaldo para que o associado

desenvolva a prática esportiva com segurança. “Hoje, estamos estruturados para atender urgências, mas esperamos que elas não ocorram. Por isso, a prevenção e o acompanhamento são essenciais”, diz.

NOVA EQUIPE

Para atender todas as necessidades dos associados de forma plena, a equipe do Centro Médico contará a partir de outubro, com uma nova nutricionista, um cardiologista e um fisiologista. Segundo Góes, a idéia é que o associado possa fazer o teste ergométrico, passar por consulta com o fisiologista, para realizar a prática esportiva com mais segurança.

Os novos integrantes do Centro Médico do Paineiras estiveram no mês de agosto, na China, integrando a equipe de medicina esportiva da Confederação Olímpica Brasileira (COB) nos Jogos Olímpicos de Pequim e Jogos Paraolímpicos. “É uma equipe com grande experiência e que irá agregar muito ao clube”, afirma Góes.

INTEGRADO COM O DEPARTAMENTO DE ESPORTES

Dra. Aurélia Mussi, gestora do Departamento Médico do Paineiras, afirma que a área está integrada com o Departamento de Esportes para dar todo o suporte para os associados.



Ela salienta que estão sendo realizadas reuniões regulares e o trabalho está ganhando corpo. “Estamos nos entrosando e já existe integração com o *fitness*”, afirma. Todos os testes necessários para iniciar as aulas de

e encontram-se em perfeita ordem, como, por exemplo, os desfibriladores, disponíveis no Edifício Social e na Academia, para uso de qualquer pessoa treinada. “Os equipamentos estão em perfeita ordem e as me-

fitness serão realizados no próprio Centro Médico e o fisiologista irá prescrever, inclusive, as atividades ideais para cada tipo de pessoa.

Segundo a médica, no processo de reestruturação pelo qual passou o Centro Médico, todos os equipamentos foram checados

dicações são todas autorizadas pela Anvisa”, destaca.

Dra. Aurélia também destaca a importância do potencial atleta sempre procurar orientação médica, como forma de preservar sua saúde. “Ultimamente, temos visto muitos casos de morte súbita em jovens esportistas. Isso porque, muitas vezes, estas pessoas possuem algum tipo de doença congênita e não sabem”, explica.

Carlos Góes acrescenta que este atendimento servirá não só para o atleta esporádico, mas também, para o atleta competitivo que em busca de conseguir um melhor potencial poderá, de forma segura, se esforçar, conhecendo os seus limites para alcançar o objetivo. “Com isso, o atleta aperfeiçoará o seu desempenho competitivo”, diz.

O fisioterapeuta Américo Garoffallo atende a sócia Lúcia Valentini



MAIS HORÁRIOS DISPONÍVEIS

Com a nova equipe, os horários de atendimento se tornarão mais flexíveis e acessíveis para os associados. Os exames serão pagos, mas com preços diferenciados. Góes ressalta que a intenção é que, em um futuro próximo, os associados possam, inclusive, pedir reembolso das consultas junto aos seus planos de saúde. “Isto traria qualidade e comodidade ao usuário”, salienta. Assim que a nova estrutura estiver em funcionamento, todas as consultas deverão ser previamente agendadas no próprio centro médico. (JCM) ✱

Promoção Agaxtur Buenos Aires c/ Acompanhante

Nome:

Tel.:

Título:

E-mail:

Que viagem fez pela Agaxtur

Mês/Ano

Só é válido para viagens adquiridas na própria loja
(Av. Europa, 884 - 3067-0900)

O sorteio será realizado em março de 2009

Participe desta promoção do Paineiras e da Agaxtur Turismo

- Preencha completamente o cupom ao lado e não esqueça de informar qual foi a viagem mais recente (após 2003) que você fez pela Agaxtur.
- Você estará concorrendo a uma viagem a Buenos Aires com direito a um acompanhante.
- Deposite o cupom na urna que está na Central de Atendimento e boa sorte!

Pedaladas de sucesso no Paineiras



Alexandre Kid

CRÔNICA

Segunda-feira, 15h15m. A sala de *spinning* tem uma vista agradável pela natureza. O dia está lindo, o céu azul “de veludo,” particular da estação do outono, nos proporciona uma terna sensação agradável. Completando o cenário, as árvores altas, majestosas e inalcançáveis, são acarinhadas pelos ventos fortes do nosso vale e dançam balé ao som do bater de suas folhas. Mais um pouco ao leste, a casa no alto que, parecendo um castelo, embeleza mais ainda a nossa visão dando um toque romântico das fábulas de outrora. O avião... Ah... Lá vai ele, sempre na mesma hora, 15h15m, e voa deslizando por este céu maravilhoso... As crianças jogam futebol no grama-verde reluzente, felizes e plenas de uma alegria pura e incondicional à vida! Tudo isto é muito, muito lindo!

- E aí meninas, tudo bem?

É a professora Fernanda que chega, imediatamente retornamos aos nossos postos, preparamos as cargas das bikes, porque o espetáculo vai começar. Olhos fixos nos espelhos, nossas pedaladas são rápidas, precisas, a música estimulante. Um longo e marcante som transpassa nossa classe, é o assobio da professora Fê que nos adverte:

- Concentração total, preparar, pegada três!

Começamos bem mais uma semana.

Quarta-feira, 15h15m.

- Hoje será aula teste.

Esclarece a professora Cíntia. Priscila sussurra:

- É “pra pegar” pesado professora?

- Não Pri, não... Leve Pri... Leve...!

Rania joga a toalhinha descontente, logo hoje que ela está pronta para novas “enquetes” a cerca da metodologia dos minutos dos exercícios, afinal, ela foi eleita a debatedora das *advanced's bikers*!!!

Trinta minutos de treino subida pesada. As *advanced's* se entreolham: **ESTÁ DECLARADA A GUERRA!** Preparam a artilharia: Rania ao elevar o braço direito pede, docemente..., licença para falar e, precisa, dispara:

- E aí professora, o tempo não está correto! A senhora não falou no começo da aula que seriam sete séries de aproximadamente quatro minutos intercalando giro rápido sentada pegada dois, de mais ou menos um minuto, com pegada três posição elevada, carga pesada de também mais ou menos um minuto cada perfazendo um total de aproximadamente trinta minutos? Então, a gente está aqui, na quarta série há meia hora! A aula vai ser só subida?

A candidata, aturdida e visivelmente exausta, como se nada ouvisse, tentando manter a autoridade, contra-ataca:

- Meninas, vamos **AUMENTAR** a carga e diminuir o número de séries. Vocês aguentam?

UUUUUUhhhhhhhh...As *advanced's* foram desafiadas!

As feições do rosto de Bianca lentamente se modificam: olhos se amendoam... A testa franzi um pouquinho... lábios cerrados, assumindo um ar de perplexidade que imediatamente é traduzida por Priscila:

- Estamos preparadas para resistir a fortes cargas. Pode aumentar o que quiser que a gente aguenta!

A professora Cíntia, disfarçando o orgulho por suas alunas, uma vez que

ela é professora *advanced class*, calmamente prossegue suas anotações. Ao se aproximar das bikes de Priscila e Bianca comanda que é hora de calar...

Sharon, em seu famoso “momento Kodak”, expressa todo o nosso orgulho: delicadamente “joga” os cabelos loiros para a esquerda, sobancelhas arqueadas, sorriso singelo, ombro direito charmosamente inclinado para frente.

Mais uma vez, vitória para as *advanced's*!

Sexta-feira, 15h15m. Chove continuamente o céu cinza escuro, acolhe o avião que segue preciso em sua rota e some em meio às nuvens pesadas. Mirrella, Carla, Leila, Alexandria, Dra. Leide, Daniella, como sempre, encostadas nas enormes vidraças contemplam, ternamente e plenas de amor seus filhos nadando, jogando futebol, crescendo! Samantha, Isadora, Luíza, preparam suas bikes pensando Na “balada” de sexta-feira à noite, amanhã certamente elas não virão para a aula, 9h00s... muito cedo!

-Quatro, três, dois... um!!!

Sobre os fortes cilindros de nossas bikes, as *advanced's* erguem seus braços, imponentes, pedalamos fortes e uníssonas, rápidas e seguras, indiferentes ao tempo frio e ao mundo que segue lá fora. Estamos todas juntas, concentradas apenas em vencer mais um desafio ditado pela voz de comando de nossos professores;

-Sintam a música... Percebam o ritmo das batidas...Iiiiiiiiiiiiihhhhhhhhhh.....

Bianca e Priscila se entreolham, como de costume, sorriem ao escutar a melodiosa voz da professora e, todas nós, contagiadas por bons sentimentos, continuaremos a pedalar nesta classe tão especial, findando com sucesso, mais uma semana! *

Patricia Maria Cartocci.

Sócia colaboradora



Nossa presidente Sileni Rolla em momento brinde com Flávio Carvalho, o sub prefeito Maurício Pinterich e seu marido Giovanni...



Giovani e Dulmar Lavoura, Ex-Presidente do Conselho



Ligia e Carlos Goes, diretor de Higiene e Saúde



Valéria e Roberto Frias, 1º Vice Presidente



Maria Penha e Carlos Roberto Vazzoler, ex-Presidente



Paola e Flávio Carvalho, Presidente do Conselho Deliberativo

48º ANIVERSÁRIO DO PAINEIR

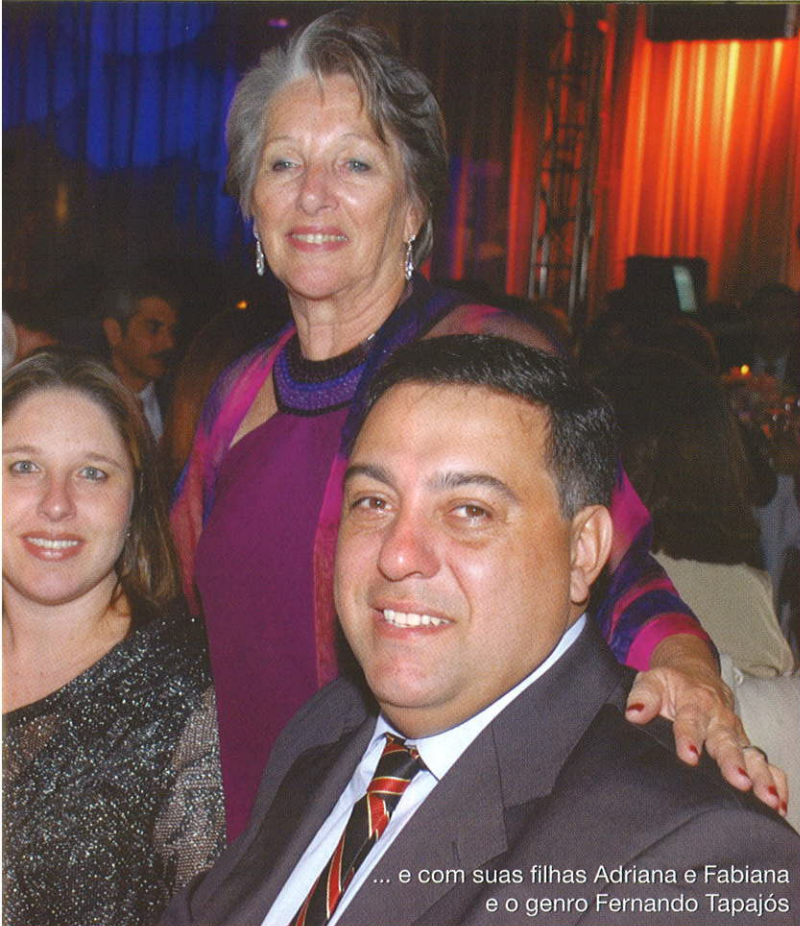
Passeio completo era o traje e, o 48º aniversário do Clube foi um passeio completo pelo bom gosto. Em uma noite simpaticíssima, o Clube Paineiras do Morumby reuniu 800 sócios e convidados para apagar suas velas e cantar um animadíssimo parabéns a você, com direito a coque-

tel, jantar e show da cantora norte americana Dionne Warwick.

Inspirados, o rosa e o branco se espalharam nos Salões Social e Nobre e foram vistos na iluminação à luz de vela, nos arranjos florais, nas toalhas de mesas e no ambiente que transbordava harmonia e descontração entre todos os presentes. O

sorriso e a alegria eram marca registrada em todas as rodas durante a noite e madrugada adentro.

Já no coquetel de abertura a brincadeira de posar com muito charme e simpatia pegou e, os associados se deixaram clicar e registrar a sofisticação da data, entre um tim tim e outro das flûtes de Salton Brut.



... e com suas filhas Adriana e Fabiana e o genro Fernando Tapajós



Dionne durante o show



Marcia e Odmir Martino, Presidente da Comissão de Sindicância



Regina e Carlos Papa, 2º Vice Presidente



Lais e Arnaldo Salgado, Diretor de RH



Edi e Claudio Longo, Diretor Tesoureiro



Angie e Eugênio Palazzi Jr Vice-Presidente do Conselho Deliberativo

AS É UM SHOW DE BOM GOSTO

No salão Clayton Branco - ex-presidente do Clube que foi homenageado como todos os outros pela atual presidente Sileni Rolla, o jantar foi servido entre telões que transmitiam suas fotos e das instalações do clube. O cardápio assinado pela Contrastt, do sócio Paulo Zupo serviu como entrada, Salada

de Folhas Nobres com Queijo Brie e Croutons ao Vinagrete de Framboesas. Nos pratos principais as opções eram Capelle de Queijo Provólone ao Molho de Tomate Casse; Fileto de Frango ao Molho Cremoso de Mostarda Dijon; Arroz de Bacalhau com Brócolis, Azeitonas Verdes, Ovinhos de Codorna e

Batata Palha; Roastbeef de Mignon ao Molho de Ervas Aromáticas; Gâteau de Batata Gratinada, ao Molho Suave de Queijo e Arroz Branco com Amêndoas.

Pausa no serviço e as luzes se apagam, o palco se ilumina e Dionne Warwick entra em ação ao lado do filho David elogiando o Brasil



Claudia e Guilherme Valle



Corina e Antônio Bittar



Cristine e Rubens Pedrosa



Dina e Vicente Viola



Isa e Rodolfo Bonveatti
nosso assessor de imprensa



e seu sócio com esposa
Lucília e Caetano Bedaque



Jaqueline e Ricardo Campos



Alicia Schincariol e
Regina Papa



Maria Luiza e
Álvaro Furtado



Marta e Ariel Maffi



Os Diretores de
Comunicação e Obra
Paula e Flávio Bevilacqua



Regina e Paulo
Roberto da Silva



Vanessa e Roberto
Bajoti Fº



Maria Cecília
e Oswaldo Vaiano



Virginia e Carolina Randmer



Diretora de Eventos e
Cerimonial, Silvani e José
Eduardo Rodovalho



Doralice e Joaquim Santana



Adriana e Helder Cabral



Fátima e Maurício Pinterich,
Sub Prefeito do Butantã



Gersoni Munhoz e
Donatella D'Angelo



Livia e Yuri Pinterich



Izabel Barros Andrade



Marcia de Thuin e
Carlos Grandeza



Marcia e Armim Tibeau



Renata e Rui Pastor,
Diretor do Squash



Roberta e Roberto Frias



Sandra e Santa Strano



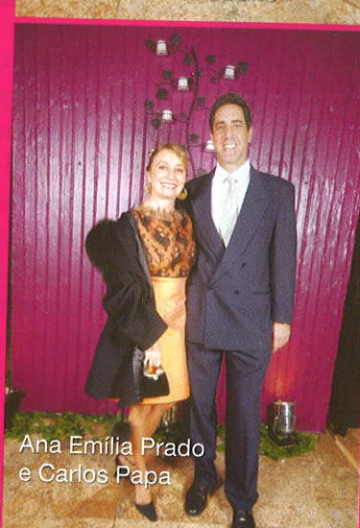
Cristiane e
Marcelo Bianchi



Liliam e Arnaldo Sá
Filho



Renata e Carlos Eduardo
Tiberio



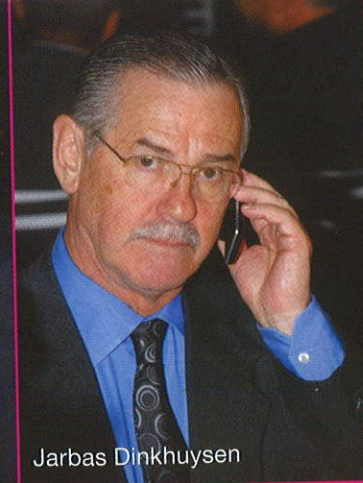
Ana Emília Prado
e Carlos Papa



Nelma e Luís Martins



Roberto Frias conversa animadamente com Marcia e Arthur Diéguez e Wivaldo Malheiros



Jarbas Dinkhuysen



Rosana e Jorge Roberto Pagura, Ex-Presidente



Patrícia e Adolfo do Carmo conversam com Dercy e Paulo do Carmo



Momento brinde entre Carlos Alberto e Ivana Kremer, Rubens e Cristina Pedrosa, Tércio e Mirian Yazbek e Thomaz e Claudia Vizyari



Élcio e Fabíola Baldacci



Família Ursine comemora aniversário duplo. De pé Flavia e Marcelo, sentados Kyra e Walter



Maura e Marco Aurélio Steffen



Paulo Zupo em ação



Heloisa e Wagner Silva



Adriana e José Adelmo Mello, nossa diretora do Fitness



Sandra e Marcelo Carvalho



Edna e Ricardo Campos

deliciosa mesa de bufê oferecia Meringata de Frutas Vermelhas; Bolo Browne com Calda Quente de Chocolate e Sorvete de Creme; Pudim de Tapioca com Coco à Calda de Laranjinha Kinkan e Frutas da Época Laminadas.

Nossa presidente então faz um discurso parabenizando o Paineiras ao lado do sub prefeito do Butantã, Sr. Maurício Pinterich. E a festa continua.

Cantores começavam a animar a pista de dança, com músicas dos anos 80 e 90. E a madrugada adentra.

Missão cumprida e mais um ano se foi. Que continuemos assim mostrando boa vontade e profissionalismo em tudo que fazemos pois, o Clube é nosso e o queremos cada vez melhor. Parabéns a presidente, aos departamentos que organizaram o evento e aos sócios colaboradores.

Parabéns Clube Paineiras do Morumby.

Paula Bevilacqua
Sócia Colaboradora

e a simpatia do país. A cantora então faz outro passeio completo por suas músicas mais famosas, como The Moment I Wake Up, The Girl From Ipanema, What the World Needs Now Is Love Sweet Love. No final apresenta sua banda e se despede ao som de Heartbreaker.

Acendem-se as luzes novamente e todos vão à sobremesa. Uma

*Não finja que você tem uma boa alimentação.
Mentir para a saúde também é feio.*



Uma alimentação saudável de verdade deve ser composta de proteínas, fibras, carboidratos, vitaminas, minerais e, acredite, até gorduras. A receita é dosar as quantidades certas desses nutrientes e não exagerar no açúcar, no sal e nas gorduras saturadas e trans. Isso é um prato cheio para evitar muitos tipos de doenças. O HCor, um dos maiores centros cardiovasculares da América Latina, investe constantemente em tecnologia, pesquisa e material humano para oferecer os melhores serviços também na área da medicina preventiva, como orientação nutricional, antitabagismo e check-ups clínico e esportivo. Quando o assunto é alimentação, não adianta tentar se enganar. Seu corpo sempre sabe a verdade. **O HCor faz bem para o coração. Faça você também.**

Certificado pela
 **Joint Commission
International**
Padrão internacional de qualidade
em atendimento médico e hospitalar.



Hospital do Coração

HCor

Tel.: (11) 3053 6611
www.hcor.com.br

A

G

E

N

D

A

SET/
2008

D

S

T

Q

Q

S

S

- Curso Seart - Móviles

- Curso Seart - Móviles
- Início da Exposição Flores Urbanas das 9h as 22h



- Curso Seart - Miçangas
- Videokê Paineiras



- Curso Seart - Sucata Livre
- Lounge Gourmet Club Banda Fenix e DJ

- Curso Seart - Sucata Livre
- Show das Dez Túlio Nogueira MPB - Samba Bossa Nova e Outros
- Balada Paineiras



- Término da Exposição Flores Urbanas das 9h as 22h

- Curso Seart - Porta Lápis

- Curso Seart - Porta Lápis
- Início da Exposição de Arte "Brasil - Japão" das 10h as 22h



- Curso Seart - Jogo da Velha
- Videokê Paineiras

- Curso Seart - Fantoche
- Lounge Gourmet Club Banda Edu Music

- Curso Seart - Fantoche
- Curso Seart - Móviles
- Show das Dez Ana Setton MPB - Samba Música Regional
- Teatro Infantil Maria Borralheira 11h e 16h

- Teatro Infantil Maria Borralheira das 11h e 16h

14



- Curso Seart - Pipa

15

- Curso Seart - Pipa

16

- Curso Seart - Confecção de Máscaras

17

- Curso Seart - Máscaras
- Videokê Paineiras
- Excursão Expoflora 2008

18



19

- Curso Seart - Jogo da Memória
- Lounge Gourmet Club
- Banda Feelings e DJ

20

- Curso Seart - Jogo da Memória
- Show das Dez Leonardo Toscano MPB - Internacional
- Bazar da Primavera das 10h as 19h
- Abertura do XXIII Festival de Escolas de Esportes às 9h30 - Complexo do Vale
- Encontro com a Monja Coen das 10h às 12h na Sala do Tai Chi Chuan

- XXIII Festival de Escolas de Esportes
- Bazar da Primavera das 10h as 19h

21

- Curso Seart - Confecção de Urso

22

- Curso Seart - Confecção de Urso

23

- Curso Seart - Confecção de Bloco de Anotações

24

- Videokê Paineiras
- Chá da Tarde
- Tarde das Arábias das 13h às 15h no Salão Nobre
- Curso Seart - Confecção de Bloco de Anotações

25

- Curso Seart - Confecção de Binóculo
- Lounge Gourmet Club Grupo Talismã e DJ

26

- Curso Seart - Confecção de Binóculo
- Show das Dez Trio Kyodushin World Music Instrumental
- Teatro Infantil - A Flauta Mágica das 15h e 18h
- XXIII Festival de Escolas de Esportes
- Início do Salão Interclubes de Artes Plásticas ACESC até 19/10 das 10h as 22h

27

- Teatro Infantil A Flauta Mágica das 15h e 18h
- XXIII Festival de Escolas de Esportes
- Circuito das Estações 10K. Inscrições abertas

28

- Curso Seart - Confecção de Boneco

29

- Curso Seart - Confecção de Boneco

30

Programação sujeita a alterações sem prévio aviso. Consulte a Central de Atendimento



REVISÃO DE POUPANÇA - VERÃO E COLLOR

Poupadores de 1989 e 1990.
Recupere as diferenças dos Planos Verão e Collor.
Falecidos a Família recebe.

Tel.: (11) 3875.6158

CURSOS CULTURAISVagas e inscrições na central de atendimento

➔ OFICINA DE CIRCO

São ensinadas técnicas de: Malabarismo, Equilíbrio, Trapézio, Cama elástica, Monociclo, Tecido, Laços e chicotes. *Dias do Curso: Sábados.* Nasc. em 1995 ou anos anteriores - 10h às 11h. Nasc. entre 1995 e 2001 - 11h às 12h. Curso pago direto ao professor R\$ 75,00 por aluno

➔ ARTES PLÁSTICAS

Aquarela: Nasc. em 1994 ou anos anteriores. *Dias do Curso: Segunda* - 9h às 12h.

Arte Infante Juvenil: Ensina técnicas de desenho, pintura, gravura, escultura. Nasc. entre 1995 e 1999. *Dias do Curso: Quartas* - 14h às 15h30.

Desenho: Ensina técnicas específicas de desenho. Nasc. em 1994 ou anos anteriores. *Dias do Curso: Segundas* - 13h às 16h.

História da Arte: Para associados nascidos em 1994 ou anos anteriores. *Dias do Curso: Terças* - 16h às 19h.

Prática de Atelier: Oferece aos alunos orientação à prática de diversas técnicas de artes plásticas. Nasc. em 1994 ou anos anteriores. *Dias do Curso: Nível I: Quartas* - 9h às 12h / 15h30 às 18h30. *Sextas* - 15h30 às 18h30. **Nível II: Terças* - 9h30 às 12h. *Quintas* - 14h às 16h30 / 17h às 19h30.

**Necessário teste de habilidade.*

Técnicas Variadas: Nasc. em 1994 ou anos anteriores. *Dias do Curso: Terças* - 13h30 às 15h30.

**Necessário teste de habilidade*

Atualização Cultural: Nasc. em 1993 ou anos anteriores. *Dias do Curso: Sextas* - 14h15 até 16h15

Capoeira: Nível I Nasc. entre 1995 e 2001. Nível II nasc. em 1994 ou anos anteriores. *Dias do Curso: Terças e Quintas* - Nível I - 17h às 18h. Nível I - 18h às 19h / 19h às 20h. **Nível II* - 20h às 21h30.

**Necessário teste de habilidade*

Consciência Corporal: Nasc. em 1992 ou anos Anteriores. Turmas mistas. *Dias do Curso: Segundas e Quartas* - 10:00 às 11:00 / 11:00 às 12:00 / 14:00 às 15:00 / 15:00 às 16:00. *Sextas* - 10:00 às 11h30 / 14:00 às 15h30.

➔ DANÇA

Dança do Ventrô: Nasc. em 1995 ou anos anteriores. *Dias do Curso: Terças e Quintas* Nível I - 18h às 19h; N I - 18h; N II - 19h; N II - 20h; N III - 21h.

**Necessário teste de habilidade*

Patinação Artística: Nasc. em 2003 ou anos anteriores. *Dias do Curso: Terças* - 18h30 e 19h30; *Sextas* - 8h30 e 16h30. Curso pago direto ao professor. 1 vez por semana: R\$66,00 (1 hora de prática por semana); 2 vezes por semana: R\$110,00 (2 horas de prática por semana).

Ballet Clássico Infante juvenil:

Dias do curso: Terças e Quintas.

- Baby I - Nasc. em 2003 - 14h às 15h.
- Baby II - Nasc. em 2002 - 15h às 16h.
- Pré I - Nasc. em 2001 - 16h às 17h.
- Pré II - Nasc. em 2000 - 17h às 18h.
- 1º ano - Nasc. em 1999 ou anos anteriores - 14h às 15h.
- *2º ano - Nasc. em 1999 ou anos anteriores - 10h às 11h / 15h às 16h.
- *3º ano - Nasc. em 1999 ou anos anteriores - 9h às 10h / 16h às 17h.
- *4º ano - Nasc. em 1999 ou anos anteriores - 17h às 18h.
- *5º ano - Nasc. em 1999 ou anos anteriores - 18h às 19h.
- *6º ano - Nasc. em 1999 ou anos anteriores - 19h às 20h30

Segundas e Quartas

- Baby I - Nasc. em 2003 - 10h às 11h / 14h às 15h.
- Baby II - Nasc. em 2002 - 09h às 10h / 15h às 16h.
- Pré I - Nasc. em 2001 - 08h às 09h / 16h às 17h.
- Pré II - Nasc. em 2000 - 10h às 11h / 17h às 18h.
- 1º ano - Nasc. em 1999 ou anos anteriores - 9h às 10h / 18h às 19h.
- 2º ano - Nasc. em 1999 ou anos anteriores - 19h às 20h.

**Necessário teste de habilidade*

Ballet Adulto: Nasc. em 1989 ou anos anteriores. *Dias do curso: Adulto - Terças e Quintas* - 11h às 12h. Curso de Ballet Adulto pago direto ao professor. R\$ 40,00 por aluno.

Dança Contemporânea: Nasc. em 1992 ou anos anteriores. *Dias do curso. *Segundas e Quartas* - 19h30 às 21h30.

**Necessário teste de habilidade*

Dança de Salão: Nasc. em 1993 ou anos anteriores.

- Prof. Luiz Barreto. *Dias do Curso: Quarta* - 21h às 22h. *Quinta:* das 20h30 às 21h30 e das 21h40 às 22h40. *Sábado* - 18h às 19h.
- Prof. Luiz Cardoso. *Zouk* - 16h30 às 17h30. *Salão* - 17h30 às 19h.

Dança Flamenca: Para associados nascidos em 1997 ou anos anteriores. *Dias do Curso:*

- *Terças e Quintas*
- Nível I - 8h às 9h / 15h às 16h.
- *Nível II - 9h às 10h / 18h às 19h.
- *Nível III - 10h às 11h / 17h às 18h.

**Necessário teste de habilidade*

Maiores informações no Departamento Sociocultural pelo telefone 3779-2053 ou pelo e-mail: gisele.sociocultural@clubepaineiras.com.br

Jazz: *Curso Juvenil* - para associados nascidos em 1997 ou anos anteriores. *Curso Adulto* - para associados nascidos em 1989 ou anos anteriores.

Dias do Curso: *Segundas e Quartas:*

- Nível I - 14h às 15h / 16h às 17h.
- *Nível II - 15h às 16h
- *Nível III - 18h às 19h.
- *Nível IV - 19h às 20h.
- *adulto - 8h às 9h / 17h às 18h.

**Necessário teste de habilidade*

Sapateado: *Dias do Curso - Segundas e Quartas.*

- Baby - para associados (nascidos entre 2001 e 2002 - 10h às 11h/14h às 15h
- Nível I - para associados nascidos em 2000 ou anos anteriores - 9h às 10h / 15h às 16h / 18h às 19h
- *Nível II - para associados nascidos em 1999 ou anos anteriores - 8h às 9h / 16h às 17h
- *Nível III - para associados nascidos em 1999 ou anos anteriores - 17h às 18h
- *Terças e Quintas*
- Adulto para associados nascidos em 1989 ou anos anteriores - 9h às 10h.

**Necessário teste de habilidade*

TRABALHOS MANUAIS

Tapeçaria: *Dias do curso - Quartas* - 10h às 12h30 / 14h às 17h30 - (nascidos em 1993 ou anos anteriores).

Tricô e Crochê: *Dias do curso - Terças* - 13h às 16h - (nascidos em 1993 ou anos anteriores).

MÚSICA

Coral: Para associados nascidos em 1993 ou anos anteriores. *Dias do Curso: Quartas* - 20h às 22h.

Musicalização Infantil: As faixas etárias estão descritas abaixo, conforme grupos.

Dias do Curso: Segundas

- Grupo 3 - Nasc. em 2005 (2 anos) 14:00
- Grupo 4 - Nasc. em 2004 (3 anos) 14:40
- Grupo 5 - Nasc. em 2003 (4 anos) 15:30
- Grupo 7 - Nasc. entre 2000 e 2001 (6 e 7 anos) - 16:10

Terças:

- Grupo 2 - Nasc. em 2006 (1 ano) - 09:00 / 15:00
- Grupo 3 - Nasc. em 2005 (2 anos) - 09:30 / 14:30
- Grupo 4 - Nasc. em 2004 (3 anos) - 10:10 / 14:00
- Grupo 5 - Nasc. em 2003 (4 anos) - 10:40 / 15:40
- Grupo 6 - Nasc. em 2002 (5 anos) - 16:20.

Teclado: As faixas etárias estão descritas abaixo, conforme grupos. *Dias do Curso: Terças*

- Nível I - Nasc. em 1998 ou anos anteriores - 11h às 12h / 15h às 16h / 16h às 17h
- *Nível II - Nasc. em 1998 ou anos anteriores - 10h às 11h
- *Nível IV - Nasc. em 1998 ou anos anteriores - 14h às 15h

Quartas:

- Nível I - Nasc. entre 2000 e 2001 - 14h às 15h
- Nível I - Nasc. em 1999 ou anos anteriores - 16h às 17h
- *Nível II - Nasc. em 1999 ou anos anteriores - 17h às 18h
- *Nível III - Nasc. em 1999 ou anos anteriores - 15h às 16h.

**Necessário teste de habilidade*

Violão e Guitarra: As faixas etárias estão descritas abaixo, conforme níveis.

Dias dos Cursos:

Guitarra - Quartas.

- Nível I - Nasc. em 1998 ou anos anteriores (9 anos) - 17:00
- Nível II - Nasc. em 1998 ou anteriores (9 anos) - 16:00

Violão - Terças.

- Nível I - Nasc. em 1999 ou anteriores (8 anos) - 09:00 / 10:00 / 14:00 / 15:00

Quartas

- Nível III - Nasc. em 1999 ou anteriores (8 anos) - 14:00
- Nível IV - Nasc. em 1999 ou anteriores (8 anos) - 15:00.

Teatro: As faixas etárias estão descritas abaixo, conforme níveis.

Dias do curso: Terças e Quintas

- Infantil I - Nasc. entre 1996 e 1998 - 16h às 17h30
- Infantil II - Nasc. entre 1994 e 1995 - 17h30 às 19h
- Juvenil - Nasc. entre 1990 e 1993 - 19h às 20h30
- Adulto - Nasc. em 1989 ou anos anteriores - 20h30 às 23h.

SKATE:

Para associados nascidos entre 1990 e 2001. *Dias do Curso: Quartas* - 14h às 15h30 / 16h às 17h30; *Quintas* - 9h30 às 11h. Curso pago direto ao professor - R\$ 65,00 por aluno



www.buffet Peekaboo.com.br

Unidade Higienópolis
Rua Bahia, 764 Higienópolis
Tel.: 3661-7640

Unidade Itaim
Rua Dr. Alceu de Campos Rodrigues, 174
Itaim Bibi Tel.: 3845-3006

Estacionamento com Manobrista

Cardápios Diferenciados
Menu Kashet
Menu Japonês
Menu Árabe e outros...

Criamos Lembrancinhas Personalizadas

Unidade Jardins
Rua Manuel da Nóbrega, 498
Jardins Tel.: 3051-7828

Unidade Moema
Av. Moema, 414
Moema Tel.: 5051-1818



IMOVEISNOMORUMBI.COM.BR

3744.2266

R. Mal. Hastimphilo de Moura, 233 / Morumbi



IMOVEISNOMORUMBI.COM.BR

Ag. Real Parque

3755.9999

Av. Morumbi, 6045
Agência Real Parque



IMOVEISNOPANAMBY.COM.BR

3750.3333

R. Dr. José Gustavo Bush, 350 / Panamby

COMPRA, VENDA E LOCAÇÃO

Viva o Morumbi e o Panamby com a exclusividade de quem só atua no bairro.

CASAS APARTAMENTOS IMÓVEIS COMERCIAIS TERRENOS

O JEITO MAIS FÁCIL DE ENCONTRAR OU VENDER SEU IMÓVEL

➔ YOGA

O Yoga é uma filosofia de vida que proporciona plena forma física, emocional e mental. Prática baseada exclusivamente em técnicas que ensinam como respirar melhor, como relaxar, como concentrar e trabalhar os músculos, articulações, glândulas endócrinas, nervos, órgãos internos, etc, através de exercícios físicos extremamente bonitos, fortes, mas que respeitam o ritmo biológico do praticante.

Desenvolve o auto-conhecimento e o auto-controle, conhecimentos básicos dos princípios filosóficos do yoga e das tradições espirituais orientais. Para associados nascidos em 1995 ou anos anteriores

Dias do Curso:

- **Segundas e Quartas:** 8h às 9h / 9h às 10h / 16h às 17h / 17h às 18h / 18h às 19h / 19h às 20h / 20h às 21h
- **Terças e Quintas:** 9h às 10h / 10h às 11h / 14h às 15h / 15h às 16h / 16h às 17h / 18h às 19h / 19h às 20h / 20h às 21h / 21h às 22h
- **Sábados:** 9h30 às 10h30 / 10h30 às 11h30

➔ ESCOTISMO NO PAINEIRAS

Aos **Sábados** das 10h às 12h, há atividades com os grupos do Ramo Lobinho, para crianças de 7 a 10 anos, e com o grupo do Ramo Escoteiro, para jovens de 11 a 14 anos. Venha fazer parte desta Aventura.

MATRÍCULAS SEFFE/SAT - 2º SEMESTRE 2008

Até 30/09 - cursos SEFFE: **Judô, Karatê, Tênis,**

Natação, Ginástica Olímpica e Rítmica

Até 31/10 - todos os cursos SEFFE/SAT

➔ TÉCNICAS DE ESTUDO - REFORÇO ESCOLAR

Os programas são aplicados pela Psicopedagoga Claudia Tavares, no Espaço Cultural (ao lado do vestiário feminino). São ensinadas técnicas de estudo para crianças e jovens da 2ª a 9ª série do ensino fundamental, em diversos horários. Custo: R\$110,00/mês para crianças do 2º ao 5º ano e R\$ 125,00/mês para jovens do 6º ao 9º ano, com 2 encontros semanais. Os horários devem ser agendados diretamente com a professora, pelo telefone 8536-6259.

➔ CURSOS ESPORÁDICOS

Curso gratuito de Automaquiagem: O curso com Lili Marli Bechert, tem como objetivo ensinar técnicas básicas de Auto-maquiagem para o dia a dia e transformá-la para o *happy hour*. A duração é de 2h. As participantes que chegarem antes da aula começar, receberão um brinde exclusivo da Griffé Mary Kay, e as que ficarem até o final, para orientação individual, concorrerão a um lindo "Kit Lábios Primavera". Também haverá lançamentos de tendências do mercado nas estações de Primavera e Verão. (Duração de 02 horas e limitado a 08 inscritas por turma). A partir de 15 anos, na Sala de Tapeçaria. **Dias do curso:** 11/09 (5ª.feira), 12/09 (6ª.feira), 18/09 (5ª.feira) e 19/09 (6ª.feira) Manhã: 09 às 11h; Tarde: 15 às 17h; Noite: 19 às 21h.

Resgate as lembranças gostosas da sua vida!

Selecionamos e restauramos suas fotos para elaborar o seu Scrapbook Digital e finalizamos montando o seu **Album de Fotografia Personalizado**. Faça um contato conosco!



ma & lu - Memory Makers
www.malu-albuns.com.br
contato@malu-albuns.com.br



ASSOCIADO

Seja um colaborador

da Revista e Site Paineiras.

Envie suas matérias para o e-mail:

revista@clubepaineiras.com.br



Marketing e Comunicação
3779.2098 / 3779.2099 / 3771.3558



Cursos do SEFFE para crianças de 1 a 12 anos de idade

Acqua Baby - SEFFE: crianças de 01 e 02 anos completos. 1 vez na semana. Aulas de 45 min.

Natação Kids - SEFFE: crianças de 03 e 04 anos. 1 ou 2 vezes por semana. Aulas de 45 min.

Educação do Movimento - SEFFE: crianças de 03 a 05 anos. 2 vezes por semana. Duração das aulas: 45 min.

Iniciação Esportiva - SEFFE: atender crianças de 06 a 08 anos. 2 vezes por semana. Aulas de 45 min.

Atletismo, Basquetebol, Futebol Society, Futsal, Ginástica Rítmica, Handebol, Judô, Karatê, Pólo Aquático e Voleibol - SEFFE: de 08 a 12 anos. 2 vezes por semana. Aulas de 45 min.

Cursos do SEFFE para crianças de 5 a 12 anos de idade com Teste de Habilidade antes da matrícula

Ginástica Olímpica, Karatê, Nado-Sincronizado, Natação, Squash e Tênis - SEFFE: Idade de 08 a 12 anos. 2 vezes por semana. Aulas de 45 min.

Cursos do SAT para jovens a partir de 12 anos de idade

Atletismo, Basquetebol, Futebol Society, Futsal, Ginástica Rítmica, Handebol, Judô, Karatê, Pólo Aquático e Voleibol - SAT: a partir de 12 anos. 2 vezes por semana. Aulas de 45 min.

Cursos do SAT para jovens a partir de 12 anos de idade com Teste de Habilidade antes da matrícula

Ginástica Olímpica, Karatê, Nado-Sincronizado, Natação, Squash e Tênis - SAT: a partir de 12 anos e adultos. 2 vezes por semana. Aulas de 45 min.

Cursos do SAT para Adultos a partir de 18 anos de idade

Futsal, Ginástica Olímpica, Handebol, Judô, Karatê, Natação, Squash e Voleibol - SAT: a partir de 18 anos de idade. 2 vezes por semana. Duração das aulas: 45 min.

Esporte Recreativo

Aulas de Ginástica - Pilates: a partir de 14 anos de idade. Até 2 vezes por semana. Aulas de 60 min.

Basquetebol Adulto Feminino: a partir de 18 anos. Até 2 vezes por semana. Aulas de 60 min.

Boxe: a partir de 14 anos. 1 ou 2 vezes por semana. Aulas de 60 min.

Futpaineiras: entre 7 a 18 anos. Aulas de 60 min. Aulas regulares de futebol de campo com metodologia do Inter de Milão.

Ginástica Masculina: a partir de 18 anos. 2 vezes por semana. Aulas de 60 min.

Natação Master: entre 20 e 24 anos (pré-master) e acima de 25 anos (Máster). Aulas de 60 min.

SCORP: a partir de 16 anos. Aulas de 1h30 a 3h.

Tai Chi Chuan: a partir de 12 anos. 1 ou 2 vezes por semana

Tênis Damas: a partir de 35 anos. 2 vezes por semana. Aulas de 60 min.

Tênis de Mesa: a partir de 10 anos. 2 vezes por semana. Aulas de 60 min.

Tênis Recreativo: a partir de 12 anos. 1 ou 2 vezes por semana. Aulas de 30 min.

Voleibol Master: a partir de 18 anos. Aulas de 60 min.

**Programação sujeita a alterações sem prévio aviso.
Consulte a Central de Atendimento**



EQUIPE ESPECIALIZADA

- Odontologia estética
- Clareamento a laser
- Diagnóstico de cárie a laser
- Laserterapia
- Endodontia com microscopia
- Odontopediatria • Cirurgias
- Implantes • Periodontia
- Próteses • Ortodontia
- Radiografia digital
- Sedação com Óxido Nitroso
- Day Clinic



Recepção



Cantinho da Criança

**Av. Dr. Guilherme Dumont
Villares, 1230 - 8º andar
Morumbi - Estacionamento Próprio**

3772-5292

www.clinicaopencenter.com.br

você já sorriu hoje?

O CONSELHO E SEU RELACIONAMENTO COM O SÓCIO

Não é de hoje que venho percebendo a ocorrência de significativo distanciamento entre o sócio e o Conselho Deliberativo desse clube. Não apenas do Conselho como órgão, mas também do sócio com os Conselheiros que costumam estar presentes no clube, participando ativamente de sua vida social, recreativa e esportiva.

Os motivos são vários, permitindo-me citar aqui alguns que considero os mais evidentes, como as diferenças e questionamentos mútuos entre os grupos políticos do clube, a falta de compromisso com o sócio por parte de alguns conselheiros, o desinteresse de outrora combativos conselheiros e por que não falar da recente alteração estatutária que atribuiu ao sócio o direito de escolher a Diretoria Executiva.

Contudo, a provável idéia de que o Conselho Deliberativo tenha perdido força ou função dentro do Clube, uma vez que não mais elege a Diretoria, é totalmente equivocada, uma vez que todas as demais atividades e funções do Conselho Deliberativo encontram-se preservadas.

É o Conselho Deliberativo quem aprova o orçamento e propostas de obras e gastos da Diretoria, é o Conselho quem analisa e aprova as contas e balanços do clube, é o Conselho quem fiscaliza a Diretoria Executiva em grande parte de suas atividades. É no Conselho que se dá a maturação das idéias e propostas, avaliando-se o que é melhor para o Clube.

É ainda o Conselho Deliberativo o órgão responsável por aprovar avaliar e cancelar a entrada de novos sócios, além de ser a última instância para julgamento de recursos e processos administrativos diversos.

Como se vê, não era apenas a única função do Conselho a de eleger a Diretoria.

Frise-se, que a própria proposta de alteração do Estatuto para as eleições



diretas da Diretoria, partiu do Conselho Deliberativo, tendo este que vos escreve participado ativamente deste processo, bem como da adequação do Estatuto ao Código Civil, ocasião em que lutamos pela preservação dos poderes do Conselho Deliberativo.

Mas, ainda assim, sendo um órgão de grande importância na administração do Clube, percebo o afastamento gradual do sócio das atividades do Conselho, de suas decisões, de suas assembleias, afastamento esse que se dá, especialmente em épocas não eleitorais em nosso Clube.

Costumava eu, na qualidade de Conselheiro (e também quando diretor), ser constantemente questionado acerca do andamento de obras, de projetos de interesse social, da saúde financeira e contas do Clube, fato que hoje em dia não mais ocorre, mesmo estando eu sempre presente no clube. Hoje não mais tenho tido o prazer de atender aos meus amigos associados com a frequência que antes o fazia.

Sempre fui questionado acerca do

projeto do estacionamento (que espero um dia ver construído!!!) entre outras questões, tendo prestado todas as informações necessárias aos associados.

Aliás, merece um parêntese tal questão do estacionamento, uma vez que ainda é um dos poucos assuntos em que sou questionado pelos sócios. Enquanto diretor em gestão passada e enquanto Conselheiro, tomei conhecimento de projetos diversos, tendo, juntamente com outros conselheiros, apoiado as idéias para a construção do estacionamento. Acreditamos, eu e outros Conselheiros, que o projeto sairia do papel, mas até hoje esse Conselho não conheceu uma proposta firme e concreta para a construção. Ainda não teve esse Conselho a oportunidade de avaliar e aprovar qualquer proposta ou plano financeiro para a construção do estacionamento, o que me frustra como sócio e como Conselheiro ativo que sou.

Ressalte-se, em encontro a tudo o que já foi dito nesse artigo, que é o Conselho Deliberativo quem deverá aprovar ou não a construção do estacionamento, bem como o plano financeiro para sua construção.

Assim, INSTO os sócios do Clube para que procurem os Conselheiros do Clube, independentemente de terem ou não votado num ou noutro, para saber exatamente o que se passa no clube, tomar conhecimento da vida administrativa do clube e das atividades dos Conselheiros.

O Conselho Deliberativo e seus Conselheiros estão à disposição de todos os sócios do Clube, para que os procurem, tirem suas dúvidas, tomem conhecimento das atas, decisões, procedimentos, para que saibam o que foi e o que não foi aprovado, o que foi e o que não foi cumprido.

Participe amigo sócio. O Clube também é seu!!!

Eugênio Reynaldo Palazzi Jr.

Vice-Presidente do Conselho Deliberativo

QUEM COMPARA, ASSINA NET COMBO!

OS MELHORES SERVIÇOS NUM ÚNICO CABO:
TV, BANDA LARGA E TELEFONE.

NET. A MELHOR TV POR ASSINATURA.

Alta qualidade de som e imagem na sua TV.

Os melhores canais com esporte, filmes, programação infantil e muita variedade!

E com a NET Digital você tem mais canais e recursos interativos exclusivos.

NET VÍRTUA. INTERNET É NET!

Novas velocidades: 3, 6 e 12 Mega.

NET Virtua foi eleito pela terceira vez a melhor internet banda larga do Brasil.

Só ele tem velocidade e preço pra todo mundo.

Provedor gratuito¹. E só sair navegando na internet.

NET FONE VIA EMBRATEL. ECONOMIA NAS SUAS LIGAÇÕES.

Sem assinatura mensal e com conta totalmente detalhada.

Ligações grátis de NET Fone para NET Fone na mesma cidade.

Faz DDD com preço de ligação local para qualquer NET Fone no Brasil.

Tem serviços inteligentes grátis² (chamada em espera, siga-me e conferência a três). ²Até Dez/08.



LIGUE JÁ:

4004-4949

CUSTO DE LIGAÇÃO LOCAL + IMPOSTOS

NET
combo
O MUNDO É DOS NETS



¹O provedor de acesso gratuito não inclui nenhum serviço adicional além do provimento de acesso/autenticação a internet. ²Serviços inteligentes gratuitos até Dez/08. Consulte a viabilidade técnica para instalação em seu endereço, praças participantes e condições de aquisição no site www.net.tv.br.

Crédito imobiliário para
a compra da casa própria.

Soluções integradas para
todo tipo de empresa.

**Bradesco. Completo
como o maior evento
esportivo do mundo.**

NEOGAMA/BBH

Bradescompleto

www.bradesco.com.br


Bradesco