

NOSSO BOLETIM

Natação:
As lições da
«tia» Camila
e sua divertida
relação com
as crianças

Horários
do clube
voltam ao
normal



NOSSO CLUBE
Boletim Informativo Mensal
Ano 22 - Nº 226. Agosto. 2021

Editorial

Um pouco mais de paciência

Foi com bastante alegria que, em julho, recebemos a notícia de que o Nosso Clube poderia voltar a funcionar em seu horário normal. Dessa forma, os associados podem desfrutar com mais tranquilidade de toda a nossa estrutura. Ainda não dá para dizer, claro, que estamos satisfeitos. Temos que continuar seguindo as normas que zelam pela segurança dos nossos clubes, enquanto prosseguir a vacinação da população. Esperamos que essa imunização alcance em breve a maior parte dos limeirenses e, deste modo, possamos retomar nossa agenda de eventos. Até lá, seguiremos rigorosamente as restrições impostas pelas autoridades, afinal, a saúde de todos deve estar sempre em primeiro lugar. Tenhamos um pouco mais de paciência, até que possamos nos abraçar novamente.

Por LGPD e higiene, fichas de treino são enviadas aos sócios

Medida também tem viés ecológico, já que evitará desperdício de papel

O Nosso Clube está enviando aos associados matriculados na academia as suas fichas de treino individuais. O envio ocorre por e-mail, mas os usuários que desejarem poderão solicitar o seu formulário por WhatsApp, bastando para isso mandar uma mensagem nesse sentido para 99996-8387. Em breve, as fichas impressas não mais ficarão disponíveis na academia, medida que foi tomada para atender uma série de questões.

Uma delas é a adequação do clube à Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais (LGPD), que regula qualquer atividade que envolve a utilização de dados pessoais, nos quais se encaixam as in-

Agora usuários da academia podem optar pela forma como vão utilizar suas fichas de treino



Wagner Morente

formações disponibilizadas nas fichas da academia. Com o envio diretamente para o associado, ele próprio ficará responsável por resguardar os dados contidos no seu formulário de treino. Outro ponto levado em

conta foi a preocupação com a higiene, que se intensificou com a pandemia de Covid-19. O novo sistema impedirá o manuseio de várias fichas por cada usuário, até que encontre a sua. Também teve peso importante na

decisão o cuidado com o meio ambiente. A cada troca de treino, perda ou dano da ficha, era necessário providenciar uma nova, gerando um alto consumo de papel.

Como as fichas serão enviadas de modo virtual, caberá aos associados decidir o meio que as levarão aos treinos. Mas uma alternativa bastante viável, na linha desse viés ecológico, será tê-las salvas nos celulares, que boa parte dos usuários já carrega consigo durante o período de atividades na academia.

Em caso de dúvidas, os associados devem procurar a secretaria, pessoalmente, pelo telefone 3404-8466 ou pelo WhatsApp citado acima.

Expediente

Jornal Informativo do Nosso Clube
Av. Ana Carolina Levy, 325 . Limeira . SP
Fone: (19) 3404-8466
www.nossoclube.com.br

Presidente
Ricardo Antônio de Lima
Jornalista Responsável
Marcos Paulino . MTB 23818

Produzido por Presscom Comunicação
www.presscomcomunicacao.com.br
presscomimprensa@gmail.com
Distribuição gratuita



INTELIGÊNCIA PARA GESTÃO

Com flexibilização permitida pela Prefeitura, horário volta ao normal

Medida tornou possível que as dependências ficassem abertas nos períodos tradicionalmente adotados

Desde o dia 9 de julho, o Nosso Clube voltou ao seu horário normal de funcionamento. O clube agora está aberto de segunda a quinta e aos sábados das 6h às 22h, às sextas das 6h às 23h e aos domingos das 6h às 21h.

A medida foi possível devido ao decreto assinado pelo prefeito Mario Botion no dia 8 de julho e que foi publicado no Jornal Oficial do Município no dia seguinte, flexibilizando os horários de diversas atividades.

De acordo com a Prefeitura, a medida segue parte do posicionamento adotado pelo governo estadual. Inicialmente, as re-



Tiago Degaspari

gras estabelecidas pelo decreto valem até 31 de julho. O limite de público segue em 40% da capacidade total do local, segundo estabelecem regras sanitárias contra a pandemia. Para justificar a flexibilização, são mencio-

nados quatro aspectos: o decreto estadual, o avanço dos números da vacinação, a ampliação das estruturas de atendimento à internação e a redução de ocupação de leitos nas estruturas hospitalares municipais.

Como foram necessárias readaptações nas escalas de trabalho dos professores e demais colaboradores, os horários das modalidades esportivas do Nosso Clube estão passando por algumas adequações. Os associados

devem acompanhar pelas redes sociais do clube as atualizações ou se informar na secretaria, pessoalmente ou pelo telefone 3404-8466. Em relação às atividades oferecidas pela academia, dúvidas podem ser dirimidas no próprio local ou por mensagem pelo WhatsApp 99996.8387.

Para todas as dependências do Nosso Clube, continuam valendo os protocolos de segurança atualmente exigidos, como aferição da temperatura corporal antes da entrada e obrigatoriedade de utilização de máscaras de proteção durante a permanência no clube.

FUNCIONAMENTO DO NOSSO CLUBE

Segunda a quinta e sábados

Aberto das 6h às 22h

Sextas

Aberto das 6h às 23h

Domingo

Aberto das 6h às 21h



Acompanhe atualizações nas nossas redes sociais

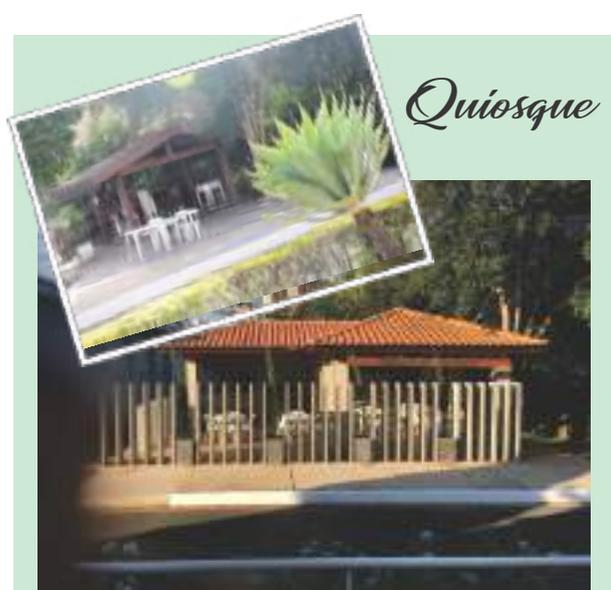


Você se recorda de como eram essas dependências nossoclubinas?

Relembre como vários espaços do clube evoluíram nos últimos anos

O tempo passa rápido e muitas transformações vão acontecendo no Nosso Clube. Nos últimos anos, as mais diversas dependências foram construídas, ampliadas, modernizadas ou aperfeiçoadas. Nesta página, sete exemplos de como as coisas mudam no dia a dia nossoclubino. As primeiras instalações da academia nem de longe lembram as atuais. O restaurante está muito mais bonito e espaçoso. As canchas de bocha mudaram de lugar e passaram a ser sintéticas. A sala de snooker agora tem um espaço muito mais adequado. Antes havia um só quiosque e agora existem dois. As quadras de tênis também melhoraram muito e o tênis de mesa ganhou sala própria. Relembre!

Fotos: Divulgação



Confira os horários das modalidades esportivas oferecidas pelo clube

Associados devem ficar atentos às redes sociais para se informar sobre eventuais atualizações

Confira os horários atuais das modalidades esportivas.

JUDÔ

- 4 a 7 anos

*Terça e quinta, às 18h20

- 8 a 10 anos

*Terça e quinta, às 19h20

- 9 a 14 anos

*Segunda e quarta, às 18h

- Adulto: a partir de 15 anos

*Segunda e quarta, às 19h30

*Sexta, às 18h20

TÊNIS DE MESA

- Aulas

*Segunda a quinta, das 16h30 às 17h30 e das 17h30 às 18h30

*Sexta, das 16h30 às 18h

- Equipe

*Terça e quinta, das 18h30 às 20h

- Masculino

*Terça, às 19h

- Feminino

*Terça, às 19h

XADREZ

*Quarta, 18h30

PILATES

*Quartas e sextas, das

7h30 às 8h20 e das 8h30 às 9h20

*Segundas e quartas, às 16h, 17h, 18h e 19h

BASQUETE

- Escolinha

*6 a 10 anos: quinta, às 18h30

*14 a 16 anos: segunda, quarta e sexta, às 17h

- Treino

*Sub-14: segunda, quarta, quinta e sexta, às 14h

*Sub-15: segunda, quarta, quinta e sexta, às 15h30

*Sub-12 e sub-13: segunda, quarta e sexta, às 18h30

FUNCIONAL FUT

- Masculino

*Segunda, 19h, e quarta, às 18h30

- Feminino

*Terça, às 19h

TÊNIS

- Aulas conforme agendamento na secretaria

GINÁSTICA ARTÍSTICA

- Consultar disponibilidade

de vagas na secretaria

GINÁSTICA RÍTMICA

- Iniciação

*4 a 6 anos: segunda e quarta, às 10h

*4 a 6 anos: terça e quinta, às 10h

*4 a 6 anos: terça e quinta, às 18h

*7 anos: segunda e quarta, às 15h30

*7 anos: segunda e quarta, às 18h

*7 anos: terça e quinta, às 15h30

*7 anos ou mais: segunda e quarta, às 8h30

*7 anos ou mais: terça e quinta, às 8h30

- Turma avançada

*Segunda e quarta, às 14h

*Terça e quinta, às 14h

VÔLEI

- Feminino Máster

*Segunda e quarta, às 19h

- Masculino Máster

*Terça e quinta, às 18h45

- Escolinha

*10 a 12 anos (pré-mirim): terça e quinta, às 18h

(consultar vagas)

*13 e 14 anos (mirim):

terça e quinta, às 17h

(consultar vagas)

- Equipe de competição

*Terça e quinta, às 15h30

*Quarta e sexta, às 16h30

HIDROGINÁSTICA

- Aulas

*Segunda e quarta, às 7h30

*Terça, quinta e sexta, às 9h

*Terça e quinta, às 15h

*Segunda e quarta, às 18h

NATAÇÃO

- Adulto

*Segunda a sexta, às 7h

*Segunda e quarta, às 10h

*Segunda a quinta, às 18h30

- Máster

*Segunda, quarta e sexta, às 7h

*Segunda a quinta, às 11h

*Segunda a quinta, às 18h30

*Sábado, às 8h30

- Infantil

*Touca Verde: segunda,

quarta e sexta, às 8h e às 15h

*Touca Vermelha: terça e quinta, às 8h

*Touca Vermelha:

segunda e quarta, às 17h45

*Touca Laranja: terça e quinta, às 9h

*Touca Laranja: segunda e quarta, às 17h45

*Touca Azul: segunda e quarta, às 9h

*Touca Azul: terça e quinta, às 17h45

*Touca Azul: quinta, às 18h30

*Touca Branca: segunda e quarta, às 8h30, às 9h e às 17h15

*Touca Branca: terça e quinta, às 17h15 e às 17:45

*Touca Branca: terça, às 18h30

Acompanhe atualizações pelas redes sociais do Nosso Clube



Open de Raquetinha de Duplas Femininas reúne 32 tenistas no clube

Torneio realizado no dia 3 de julho contou com participantes de três cidades

O Departamento de Tênis do Nosso Clube realizou no dia 3 de julho o 1º Torneio Open de Duplas Femininas de Raquetinha, que teve a participação de 32 jogadoras, representando as cidades de Limeira, Americana e Santa Bárbara. As tenistas foram divididas em duas categorias.

Na Categoria B, as cam-

peãs foram Francielli Patrícia Bueno Amaral e Talita Renata Bueno Covolan. O vice-campeonato ficou com Beatriz Donatti e Marcela Bianchin.

A dupla campeã da Categoria C foi formada por Luciane Manzatto Tanikawa e Roberta Ignácio Martim de Castilho, tendo como vices Maria Angélica Paolillo Valamede e

Renata Conceição Silva. Todas as atletas receberam prêmios e brindes.

O Torneio Open de Duplas Femininas teve patrocínio de Moda Elástico, Haqt, Loja All Tennis, Personal Giovani Carlin, Loja Túnel, Sucos Pessatte, Óticas Barbosa, Nina Confeitaria, Tati na Cozinha, Pijamas Marchesini e Pellegrino Vinhos.



Nas fotos desta página, alguns momentos do torneio



Fotos: Divulgação



ATUALIZE SUA CARTEIRINHA

ELA É UM IMPORTANTE INSTRUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO DO ASSOCIADO

Se precisar fazer sua primeira carteirinha do Nosso Clube ou renovar a antiga, procure a secretaria de segunda a sexta, das 8h às 9h30 e das 15h às 18h, e aos sábados, das 8h às 12h. A carteirinha é um instrumento de identificação do associado complementar à biometria. Por isso, é muito importante tê-la atualizada.

MAIS INFORMAÇÕES PELO TELEFONE 3404-8466 OU PELO WHATSAPP 99995-4900

NOSSO CLUBE 

Nossoclubinos conquistam excelentes resultados no Paulistão de natação

Competição teve disputas em várias categorias entre os dias 14 e 18 de julho, em Bauru

A Associação Bauruense de Desportos Aquáticos (ABDA) sediou em Bauru, entre 14 e 18 de julho, o Campeonato Paulista de Natação – Paulistão FAP de Inverno, que teve competições nas categorias mirim, petiz, infantil, juvenil e sênior para atletas vinculados e federados. O Nosso Clube esteve presente com sua equipe, colhendo ótimos resultados.

INFANTIL

As disputas foram abertas com as provas da categoria infantil, nos dias 14 e 15, das quais participaram 357 atletas de 40 entidades. Oito nossoclubinos competiram nessa faixa etária. Na infantil 1, o destaque foi Giovana Karoliny Pires (federada), com uma medalha de bronze nos 100m peito, além de dois quartos lugares, nos 100m e 200m borboleta. Anabelly Giovanna da Silva Oliveira (federada) e Hellen Any Cardoso Azevedo (federada) também estiveram nas provas dessa faixa etária. Na infantil 2, Diogo Lobato Henrique da Silva (federado) obteve um 3º lugar nos 100m costas e um 4º nos 400m livre, além de competir também nos



Equipe Petiz



Equipe Mirim

100m livre. O clube foi representado também por Manuela de Lima Baptista (federada), Ana Júlia da Silva Trindade (federada), Fernanda Schimidt (federada) e Luís Davi Guerra (federado). Os nossoclubinos ainda participaram do revezamento 4x100m livre feminino e 4x100m medley feminino.

JUVENIL A SÊNIOR

Nos dias 15 e 16, entraram na água 531 atletas das categorias juvenil a sênior, que defenderam 45 entidades. Onze nossoclubinos participaram, com excelentes colocações. Na juvenil 1, Bianca Estrela dos Santos foi 1º lugar nos 100m costas, 3º nos 100m borboleta e 5º nos 200m medley. Letícia Karoline Vendramini foi 1º lugar nos 400m livre e 4º

nos 100m borboleta. Whitney Cristiny Cardoso Azevedo terminou em 3º nos 100m borboleta e em 6º nos 100m livre. Vitor Hugo Borachi foi 5º nos 50m livre e 7º nos 100m borboleta, além de disputar os 100m livre. Samuel Henrique Silva completou a equipe.

Na Juvenil 2, Clara Altemari Montezuma brilhou com dois ouros, nos 100m borboleta e nos 200m medley, e uma prata nos 200m peito. Luísa Altemari Montezuma também se destacou com dois ouros, nos 100m peito e nos 50m livre. Luigi Di Ferdinando Tavares de Lima, Leonardo Liberatori Pugliesi e Rubens Kalil Klassmann também estiveram nas provas dessa categoria. Na júnior 2, o clube foi representado por Ally de Lima, que ficou em 4º nos 50m livre e em 6º nos

Fotos: Divulgação



Equipe infantil



Equipe juvenil e júnior

100m livre. Os nossoclubinos também disputaram os revezamentos 4x100m livre feminino e masculino e 4x100m medley feminino e masculino.

PETIZ

Na categoria petiz, as provas aconteceram no dia 17, contando com 215 atletas de 29 entidades, sendo cinco nossoclubinos. Na petiz 1, ótimo desempenho de Júlia Molina Boraschi, com o 1º lugar nos 100m borboleta, 2º nos 50m livre e 3º nos 100m livre. Samuel Henrique Mello da Silva também subiu três vezes no pódio, com um 1º lugar nos 100m costas, 3º nos 50m livre e 3º nos 100m livre. Luís Filipe Guerra (federado) foi outro nossoclubino a se destacar, com o 1º lugar nos 400m livre e o 2º nos 100m bor-

boleta e nos 200m medley. Victor Hugo Cano França Sales também representou o clube.

Na petiz 2, Francisco Levy Fernandes de Lima foi muito bem com o 2º lugar nos 100m costas, o 4º nos 50m livre e o 5º nos 100m livre. Os nossoclubinos também participaram do revezamento 4x50 livre masculino.

MIRIM

A categoria mirim encerrou o Paulistão FAP no dia 18, reunindo 85 atletas de 14 entidades. Na mirim 1, o Nosso Clube teve João Levy Fernandes de Lima como representante.

Na mirim 2, Mariana Liberatori Pugliesi obteve uma excelente jornada, com o 1º lugar nos 50m livre e o 2º nos 50m peito. Otávio Weber também disputou essa faixa etária.

Os nossoclubinos nas categorias mirim e petiz foram comandados pelo técnico Glauco Casimiro e nas categorias infantil, juvenil e sênior por Eliane Altemari, além de serem auxiliados por Robson Possatto e Camila Alves.

A equipe de natação do Nosso Clube tem como patrocinadores Colégio Acadêmico, Esaú Peças e Eletrizante.

Com “tia” Camila, natação vai além das conquistas na piscina

Professora do Nosso Clube descobriu, durante um estágio, seu verdadeiro dom: ensinar crianças

“A tia Camila sabe de tudo”. Os alunos da professora de natação Camila do Nascimento Alves, do Nosso Clube, estão acostumados a ouvir essa frase. É assim, em tom de brincadeira, que ela mostra às crianças que saber nadar é bom, mas é preciso também se dedicar com vontade às tarefas em casa e na escola. Afinal, para Camila, o esporte vai além de saber os quatro estilos da natação. É, sim, uma importante ferramenta de formação do cidadão.

Com seu jeito alegre e franco, Camila ganha rapidamente a simpatia das crianças. Ter essa empatia com os pequenos alunos é uma característica que nem ela mesma sabia que tinha há alguns anos. “Entrei na faculdade de Educação Física com a certeza de que não tinha jeito com crianças”, conta. O tempo, porém, foi lhe mostrando o contrário. Até que um estágio foi, em sua definição, “um divisor de águas”.

“O sorriso e a alegria das crianças aprendendo algo que estou ali ensinando, a comemoração a cada pequena conquista, tudo isso me deixa muito feliz e me faz entender que estou seguindo o caminho



certo”, afirma. Ela própria começou cedo sua vida nas piscinas, aos 6 anos, na Piscina Municipal Alberto Savoi. “Um dia, pedi para meu professor falar com a técnica Eliane Altemari a meu respeito, para que pudesse fazer parte da equipe”. Eliane, também professora noclubina, aprovou-a no teste. Camila então passou a se aperfeiçoar e a focar mais no lado competitivo. Participou de Jogos Regionais e Abertos, Copa São Paulo e campeonatos paulistas e brasileiros, sempre representando o Nosso Clube. Seu caminho natural

foi a Educação Física, que cursou na Universidade Metodista de Piracicaba (Unimep). Depois de um primeiro ano de estágio obrigatório numa academia, foi convidada a fazer parte, também como estagiária, da equipe do Nosso Clube, de onde não mais saiu.

UM ESPORTE, MUITOS BENEFÍCIOS

Hoje aos 26 anos, Camila tem a real dimensão de todos os benefícios proporcionados pela natação. Eles podem ser físicos, como os ganhos car-

Fotos: Divulgação

A professora Camila com alguns de seus pequenos alunos



diovasculares e para o sistema respiratório. Mas também trazem melhoras no aspecto psicológico, elevando a autoestima da criança, diminuindo o estresse e aumentando a disposição para mais atividades do dia a dia. Ainda ajuda no processo de alfabetização, já que desenvolve a concentração, e incentiva a socialização e a disciplina. E, claro, oferece o motivo maior para muitos pais que procuram as aulas: previne acidentes aquáticos. Aliás, entre as maiores dificuldades que Camila encontra nos alunos re-

cém-chegados, estão, além da timidez, traumas que os pais acabam, sem querer, passando para as crianças. “Converso muito com as crianças, pergunto sobre o dia a dia, vou criando laços e coloco assuntos em comum com a turma toda, para que ninguém se sinta fora do grupo”, explica a professora. “Já em relação aos pais, em muitos casos eu convido para participar das aulas de natação para adultos que o clube também oferece, para que se sintam mais seguros e passem isso para as crianças”.

Com tanta dedicação, Camila vai colhendo bons resultados, que, para ela, estão também além das piscinas.

“O que mais me realiza é o carinho das crianças, a vibração a cada conquista diária”, emociona-se. “Minha alegria muitas vezes está numa tarefa que um aluno não conseguia fazer na piscina e agora consegue, ou até mesmo no desempenho na escola”.

E ela faz questão de acompanhar como seus alunos estão se saindo nos estudos, e nem adianta tentar esconder. Porque, afinal de contas, a tia Camila sabe de tudo.