

# NOSSO BOLETIM

Ano 26 . Edição 289 . Novembro / 2024 . 2ª Quinzena

Clique nos ícones para acessar nosso site e nos seguir nas nossas redes sociais



## Academia do Nosso Clube oferece Plano de Férias para o verão

A Academia do Nosso Clube oferece uma ótima opção para quem quer aproveitar o verão para entrar em forma. O Plano de Férias proporciona flexibilidade e preços acessíveis, permitindo que os frequentadores paguem apenas pelo mês que utilizarem a academia.

O programa é válido para os meses de dezembro, janeiro e fevereiro, período ideal para iniciar uma rotina de saúde e bem-estar. Confira os planos disponíveis:

- Power Club (Musculação): R\$ 38,00
- Gym Club (Musculação e Aulas, exceto Spinning): R\$ 44,00
- Bike Club (Musculação e Spinning): R\$ 58,00
- Total Club (Musculação, Aulas e Spinning): R\$ 75,00

As inscrições devem ser feitas diretamente na secretaria da academia. A iniciativa busca incentivar a prática de atividades físicas e promover maior qualidade de vida para os associados durante o verão.

Para mais informações, procure a equipe da academia e descubra como começar a transformar sua rotina.

## Social

### DJ Freeway agita última balada do ano na La Chouette

A última balada do ano já tem data marcada: no dia 13 de dezembro, às 19h30, a festa Partiu Férias promete agitar a La Chouette do Nosso Clube e celebrar a chegada do verão. Com o DJ Freeway no comando da pista, o evento é uma oportunidade para rever os amigos e dar início ao clima de férias com muita música e animação. A festa é aberta para jovens a partir de 12 anos e tem entrada gratuita para sócios. Não sócios podem adquirir convites por R\$ 30,00 antecipadamente.



[Leia mais](#)

### Confira as fotos do Nosso Flashback, com VJ Clóvis

O Complexo Renato de Almeida (Salão Social) do Nosso Clube recebeu no dia 19 de novembro, véspera de feriado, uma balada com muita música boa comandada pelo VJ Clóvis. O Nosso Flashback foi uma viagem no tempo através dos hits que marcaram história nos anos 70, 80 e 90.

[Clique aqui para ver mais fotos](#)



## Ginástica Artística

### Festival em 8/12 tem Túnel do Tempo como tema

[Leia mais](#)

## Ginástica Rítmica

### Evento no ginásio exibe a evolução de 100 atletas

[Leia mais](#)

## Vôlei

### 1ª Copa Feminina terá finais das 3 categorias em 30/11

A 1ª Copa Nosso Clube de Voleibol Feminino promoverá as finais das três categorias no dia 30 de novembro, a partir das 8h30. Os jogos acontecerão no Ginásio Poliesportivo José Octávio Bürger. As noclubinas disputarão o título das categorias sub-15, sub-17 e sub-19, após vencerem suas semifinais, que foram realizadas no dia 23 de novembro. Após os jogos, haverá confraternização entre todas as equipes e o público com muito pop rock ao vivo com a banda Dose Extra e venda de churrasco, bebidas, açaí e doces.



[Leia mais](#)

## Natação

### 48 medalhas conquistadas pela equipe máster na Unami

A Limeira Máster/Nosso Clube/Alman/PML ficou com a 4ª colocação geral na 3ª Copa Americana Máster de Natação, realizada no dia 23 de novembro, no Centro Cívico da cidade vizinha. A equipe levou 46 atletas para as disputas, que contaram com um total de 641 nadadores, representando 40 entidades. Os limeirenses conquistaram 48 medalhas, sendo 15 de ouro, 16 de prata e 17 de bronze. A competição foi válida como a 8ª etapa do Circuito Unami de Natação Máster 2024. André Mendes Aleixo foi o destaque da equipe.



[Leia mais](#)



[Leia mais](#)



[Leia mais](#)

### Boa campanha do clube no Regional Pré-mirim a Petiz

### Nosoclubinos em destaque no Paulista



INTELIGÊNCIA PARA GESTÃO