

# IATE

CLUBE DE BRASÍLIA



## 50 *motivos para* **amar** *o Iate*



O que rolou na melhor festa junina da capital



Comportamento: jovens aos 60 anos

# O futuro de Brasília

CASA JCG: inaugure um novo jeito de viver, a JCGontijo

## ***Escritura imediata.***

Empreendimento totalmente legalizado, registrado em cartório.

## ***Posse imediata.***

Você começa a construir agora.\*

## ***Infraestrutura 100% pronta.***

Ruas, calçadas, iluminação pública, água tratada, rede de esgoto, telefonia e internet. Tudo pronto e em funcionamento.

## ***Segurança completa 24 horas.***

Condomínio totalmente cercado (com cerca elétrica), além da barreira natural da vegetação. Guarita, monitoramento por câmeras e ronda motorizada.

### **SUCESSO TOTAL.**

Neste sábado, abertura da 2ª etapa de vendas.

### **OPORTUNIDADE ÚNICA.**

A partir de R\$ 380,00 o metro quadrado, (em média). Parcelas atualizadas pelo IGPM, sem juros e sem tabela Price.

*Pode entrar, a casa é sua.*



***Visite a casa-modelo no local.***

**Visite stand no local: Rodovia Diogo Machado, DF 140, km 6,5.  
A apenas 23 km da Esplanada dos Ministérios.**

dentro do Distrito Federal, a apenas 18 km da Ponte JK.

# você faz agora.

constrói e entrega a sua casa em apenas 14 meses.

twoB



Perspectiva artística ilustrativa da fachada do projeto de André Alf.

## *Residências de alto padrão.*

Projetos de renomados arquitetos, em lotes de 1.000m<sup>2</sup>, construídos com a excelência em acabamento JCGontijo.

## *Lotes prontos para construir.*

Você decide se quer realizar o seu próprio projeto. Terrenos a partir de 1.000m<sup>2</sup>, construção imediata.\*

## *Reserva natural preservada.*

1,5 milhão de metros quadrados de área com 50% da área total preservada, com todas as licenças ambientais, inclusive com a L.O. – Licença de Operação.

Realização:

**JCGontijo**  
ENGENHARIA S. A.  
Excelência em acabamento  
www.jcgontijo.com.br

**JCGontijo**  
CRECI 9400/J - Filiação à ADEM  
**(61)3345-9000**

VENDAS:

 **MARCOS KOENIGKAN**  
Imóveis

 **BrasilBrokers**

**(61)3349-1000**

\*Depois da aprovação do projeto arquitetônico e obtenção do alvará. Algumas obras complementares ocorrerão de acordo com o cronograma preestabelecido e ficarão prontas antes da conclusão da sua casa. Todos os serviços do condomínio serão gerenciados, operados e mantidos pela Associação dos Proprietários da Área Residencial Unifamiliar. Os móveis, objetos, materiais de acabamento e itens não constantes do projeto aprovado e do memorial de incorporação registrado em cartório são meramente ilustrativos e não serão entregues com o imóvel. Por se tratar de material impresso, as imagens deste anúncio podem não retratar fielmente as cores, brilhos e reflexos naturais dos materiais presentes no projeto. Matrícula geral nº 83.777 do 2º Ofício de Registro de Imóveis do DF.

**Expediente**

Iate Clube de Brasília  
Diretoria de Comunicação e Marketing  
Telefone: 3329-8744

Edição nº 45

**Jornalista Responsável:**  
João Rodrigues 8187-DF

**Redação:**  
João Rodrigues e Rachel Rosa

**Revisão:**  
João Rodrigues, Rachel Rosa,  
Márcia Assunes

**Projeto Gráfico:**  
Julio César A. Leitão

**Fotos:**  
Rafael Gadelha

**Diagramação e Editoração Eletrônica:**  
Julio César A. Leitão

**Tiragem:**  
6.500 exemplares

**Assinantes:**  
5.000

**Distribuição dirigida:**  
Sócios, restaurantes, academias,  
clínicas, consultórios e hotéis

**Impressão:**  
Editora e Gráfica Ideal  
SIG. Sul QD. 08 nº 2268  
CEP: 70.610-480 - Brasília - DF  
Telefone: 3344-2112

**Publicidade**

Iate Clube de Brasília  
Telefones: 3329-8743/3329-8744  
8147-0707/8488-7991 - Leandro Magno  
Email: leandro.magno@iatebsb.com.br

Setor de Clubes Esportivos Norte  
Quadra 2, Conjunto 4, CEP. 70800-120  
Brasília-DF, Fone: (61) 3329-8700,  
Fax: (61) 3307-3522  
E-mail: daniela.cunha@iatebsb.com.br  
Home page: www.iatebsb.com.br  
Twitter: http://twitter.com/iatebsb



**CAPA:**  
Modelos: o casal Ana Luiza e  
Alexandre Amaral com os filhos  
Ana Carolina e Luiz Gustavo.  
Sócios do Iate há oito anos.

Foto: Felipe Barreira



Outro dia, quando chegava ao Iate, encontrei uma amiga. Ela trazia o filho no colo. O menino tinha os cabelos despenteados, as bochechas coradas de sol, as dobrinhas do pescoço pregadas de suor. Logo soube o motivo para tanto esforço: tinha passado a tarde toda correndo, encontrando crianças no parquinho, descobrindo bichos no jardim ou tentando abraçar jorros de água que saltavam do chão emborrachado.

Despedimos com pressa - ela porque o filhote já pegava no sono e eu porque não queria perder a aula de Power Plate, que tem me ajudado a relaxar depois do trabalho. Combinamos de nos encontrarmos na sauna no final de semana e, se os parceiros animassem, até arriscaríamos umas tacadas na sinuca depois.

Saí em direção à Academia pensando na responsabilidade que é fazer uma revista que retrate a imensa qualidade que tem este Clube. Além de ser um celeiro de atletas - e reunir alguns dos mais prestigiados nomes do esporte nacional em diversas áreas - o Iate é uma pequena ilha de bem-estar para seus sócios. Um refúgio de beleza, segurança, acolhimento e diversão.

Desde que assumi a Diretoria de Comunicação e Marketing, há cerca de dois meses, nossa equipe tem redobrado os esforços para aprimorar as ferramentas de diálogo com a família Iatista. Primeiro, foi nosso informativo semanal que mudou - para adotar uma linguagem mais clara e atracente. Depois, a página da internet começou a ser aperfeiçoada. Agora, é a Revista Iate que apresentamos a vocês, com nova roupagem e novo conceito editorial.

Nosso objetivo é fazer com que a Revista não só apresente aos sócios o que acontece nas dependências do Clube. Mas também que ela alcance todo o seu potencial: de ser fonte de entretenimento e informação para seus leitores, referência para empresários e formadores de opinião, além de motivo de orgulho para quem, como eu, tem um título num dos melhores clubes do país. Tudo - é muito importante salientar - sem aumentar custos. Mantendo o compromisso assumido por esta gestão de buscar a excelência com transparência.

Sei que esses são só os primeiros passos. Outros virão. Espero, de verdade, que vocês gostem. E que caminhem com a gente.

Angela Brandão  
angela@iatebsb.com.br



# 11

## ENTREVISTA



# 20

## NÁUTICA



# 72

## FESTA JUNINA

- 15** Gestão
- 18** Conselho Deliberativo
- 20** Náutica

### ESPORTE

- 24** Patinação
- 26** Natação
- 28** Atletismo
- 30** Academia
- 32** Meses de vitórias para os Iatistas

- 36** Perfil
- 37** Curtas
- 38** Saúde
- 42** Artigo
- 45** Comportamento
- 49** Social
- 50** Ciate
- 52** CAPA: 50 Motivos para Amar o Iate
- 62** Nosso Clube
- 64** Emiate: Palestra Seduzir é uma Arte
- 66** Cultura: Exposição Roberto Freire

### FLASHES

- 68** Renato Russo
- 71** Sexta Dançante
- 72** Festa Junina
- 77** Aniversariantes da Peteca
  
- 78** Ouvidoria
- 81** Memória
- 82** Bate-Papo
- 84** Este Clube é uma Beleza!
- 86** Dica do Iate



# Luau do Iate

*Apresenta:*

**Serviços:**

**Coquetéis exóticos**

**Petiscos variados**

**Comida japonesa**

**Camarão empanado**

**Mesa de frutas (grátis)**

**Dia 13/8**

**A partir das 22h**

**NA ORLA DO IATE**

**Realização:**



**Informações: 3329-8700 - [www.iatebsb.com.br](http://www.iatebsb.com.br)**

# ROUPA NOVA

30 ANOS



Classificação indicativa: 18 anos

**J**á dizia o poeta que não importa o quanto as coisas durem e sim a intensidade com que elas ocorrem. Por isso, vivemos de forma intensa os primeiros seis meses do ano no Iate Clube de Brasília e, mesmo em um curto espaço de tempo, conseguimos direcionar nossas ações, buscando atender aos anseios dos associados. Assim, após a conclusão desta primeira etapa, podemos comemorar os resultados obtidos nas diversas Diretorias.

E para cuidar de tantos setores de forma eficiente e responsável, precisamos estar afinados com o Conselho Deliberativo, obedecendo rigorosamente às diretrizes orçamentárias. Por isso, na última reunião, o Conselho Diretor cumpriu o compromisso firmado em dezembro do ano passado e apresentou uma proposta de revisão do orçamento. O documento foi aprovado pelo Conselho Deliberativo, que sugeriu a diminuição de 50% nos valores cobrados aos sócios.

Outra boa notícia em relação à revisão orçamentária é que por conta das mudan-

ças nos itens referentes ao custeio e investimentos, teremos uma aceleração de obras importantes, como a reforma do Edifício Multifunções, a construção da cobertura das quadras de tênis 1 e 2, a climatização do Parque Aquático infantil e a revitalização da pista de caminhada, do Posto Médico, do Berçário e das churrasqueiras. As alterações certamente irão colaborar com as ações de nossa gestão, que continuará trabalhando de forma transparente e sempre em sintonia com o Conselho Deliberativo.

Gostaríamos de finalizar este texto com uma notícia que ratifica o sucesso de todo o trabalho do primeiro semestre. É com grande satisfação que informamos ao quadro social o resultado de nossa primeira venda de títulos, que atingiu a marca recorde de R\$63.810,00. Além da valorização de 51%, tivemos um aumento das propostas em relação à última venda, o que comprova o prestígio da marca Iate no mercado.

Com este resultado, completamos mais uma etapa de nossa gestão lembrando aos sócios que ter um título do Iate continua, mais do que nunca, sendo um ótimo negócio!

Mario Sergio da Costa Ramos  
comodoro@iatebsb.com.br



**CONSELHO | DIRETOR**

**Comodoro**  
Mario Sergio da Costa Ramos

**1º Vice-Comodoro**  
Rudi Finger

**2º Vice-Comodoro**  
Marcello Katalinic Dutra

**DIRETORES**

**Engenharia**  
Fausto Carneiro

**Secretário**  
Rudi Finger

**Administrativo e Recursos Humanos**  
Álvaro Veiga

**Médico**  
Everaldo Maia

**Operações e Logística**  
Francisco Zenor Teixeira

**Esportes Coletivos**  
Hudson Pereira de Souza

**Esportes Individuais**  
Antônio Augusto P. Pinheiro

**Esportes Náuticos**  
Marcello Katalinic Dutra

**Patrimônio e Suprimentos**  
José Luis R. Gurgel de Sousa

**Comunicação e Marketing**  
Angela Brandão

**Social**  
Paulo Renato Fioravanti

**Jurídico**  
Geraldo Brindeiro

**VICE-DIRETORES**

**Atletismo**  
Vilma Del Lama

**Informática**  
André Ruelli

**Financeiro**  
Rodrigo Sousa Troncha

**Memorial**  
Ana Marly de M. Rodrigues

**Tênis**  
Vanderlei Alves de Lima

**Escolas Náuticas**  
Edgard Egydio Rondina

**Arquitetura**  
Cássio Aviani Ribeiro

**Vôlei**  
Jorge Eduardo Barreto Brasil

**Futebol**  
Antônio Oscar Guimarães Lóssio

**Futevôlei**  
Bruno de Azevedo Machado

**Patinação**  
Laura Teresa C. de M. Aviani

**Administrativo e Recursos Humanos**  
Mario Carmelo Correa

**Social**  
Luiz Cláudio Albuquerque Garcia

**Sinuca**  
Antônio Nelson Campos Tosta

**Windsurf**  
André Luís de Oliveira Pedroza

**Peteca**  
Francisco Sérgio R. de Almeida

**Técnico de Academia**  
Alfredo Eustáquio Pinto

**Administrativo de Academia**  
Alexandre Carlos Ferreira da Silva

**Secretário**  
Carlos Alberto Ferreira Júnior

**Jurídico**  
Paulo Tiago de Almeida Oliveira

**Vela**  
Sérgio Roberto Müller

**Médico**  
José Olímpio Filho

**Esportes Aquáticos**  
Daniel Carsalade Queiroga

**Ouvidor**  
Josué Fermon

**Presidente do Emiate**  
Eliana Caram

**Assessores da Comodoria**  
José Lírio P. de Aguiar

**Ednaldo Mesquita Carvalho**  
André de Azevedo Machado

**Ciate - Presidente**  
Quintin Antônio Segovia

**FUNDADORES**

Adeildo Viegas de Lima  
Agnello Paz Sobreira  
Aloysio de Carvalho Silva  
Aluizio Alves  
Álvaro Alberto de Araujo Sampaio  
Antônio Augusto Barcellos da Cunha  
Armando Leite Rolemberg  
Armando Ribeiro Falcão  
Carlos Murilo Felício dos Santos  
Carlos Quadros  
Cesar Prates  
Dilermando Silva  
Eloysio de Carvalho Silva  
Francisco Monteiro de A. Filho  
Geraldo de Andrade Carneiro  
Geraldo Gomes de Lemos

João Luiz Soares  
João Milton Prates  
João Napoleão de Andrade  
José Aparecido de Oliveira  
José Aquino Porto  
José Ferreira de Castro Chaves  
Léo Sabastião David  
Lídio Lunardi  
Lourival Ferreira Carneiro  
Marco Paulo Rabello  
Mauro Borges Teixeira  
Newton Andrade  
Oscar Niemeyer  
Oswaldo Penido  
Sílvio Piza Pedroza  
Victor Nunes Leal

**EX-COMODORES**

1961-1963 Geraldo Andrade Carneiro  
1963-1965 Sílvio Piza Pedroza  
1965-1967 Marcelino Federal Hermida  
1967-1968 Ciro Machado do Espírito Santo  
1968-1969 Dilermando Salameh Christo  
1969-1975 Onísio Ludovico de Almeida  
1975-1979 Hely Walter Couto  
1979-1985 Paulo de Moraes Jardim  
1985-1991 Edgard Frederico Hasselman  
1991-1993 Paulo Aurélio Quintella  
1993-1997/1999-2001 Ennius Muniz  
1997-1999 Nelson Campos  
2001-2005 George Raulino  
2005-2009 Edson Carvalho Mendonça

**E**stamos vencendo os primeiros seis meses do ano e do início dos trabalhos do Conselho Deliberativo e, em uma análise crítica, podemos afirmar que já visualizamos uma perspectiva de um futuro promissor.

Com efeito, após um conturbado início de atividades estamos assistindo o ressurgimento de um novo tempo desvestido de animosidades e desentendimentos em alguns setores do Clube, motivados por um efetivo trabalho de alguns Conselheiros que, no exercício das suas altas funções nas suas respectivas Comissões, puderam perceber a gravidade da situação infelizmente reinante e conseguiram conduzir suas nobilitantes funções de forma brilhante e mais promissora aos interesses de toda a comunidade iatista.

Prova inequívoca dessas novas perspectivas é o trabalho que estamos conseguindo realizar na condução das diretrizes que foram imprimidas para o Conselho, principalmente daquelas traçadas pelo Plenário desde o início das atividades da atual gestão, consolidadas de forma tranqüila e harmônica na nossa última reunião extraordinária quando foram aprovadas decisões importantes e inadiáveis.

Referimo-nos, principalmente, à aprovação da nova redação do Regimento Interno do Conselho Deliberativo, ao lado da proposta de revisão do orçamento de 2010, na qual podemos destacar a expressiva redução nos

preços dos aluguéis dos espaços do Clube, a cobertura das quadras de tênis, a climatização das piscinas infantis, a revitalização das pistas de caminhada, o inadiável recadastramento dos sócios e, especialmente a manutenção da contribuição de manutenção e da taxa de aplicação patrimonial que continuam mantidas no patamar do início do ano de 2009, sem alterações.

Não restam dúvidas de que todas essas conquistas implantadas no orçamento do ano têm muito a ver com o apoio incondicional dos colegas Conselheiros e da Mesa Diretora do Conselho, incansáveis na defesa dos interesses da família iatista.

Enfim, estamos assistindo, com alegria, que o Iate Clube de Brasília, aos poucos retorna aos níveis de convivência dignos dos nossos associados, fundados no respeito e na compreensão que devem imperar nas relações sociais e entre pessoas civilizadas que não podem tolerar o descompasso com que alguns poucos procuraram desequilibrar, felizmente superado com a autoridade do Conselho Deliberativo, que deverá prevalecer sempre.

Amauri Serralvo  
cdelib@iatebsb.com.br



CONSELHO | **DELIBERATIVO**

**PRESIDENTE:**

Amauri Serralvo

**1º Vice-Presidente:**

Filinto Figueiredo Pacheco

**2º Vice-Presidente:**

Francisco Morato

**1ª Secretária:**

Eliana Coutinho do Oriente Cruz

**2ª Secretário:**

Jeremias César Júnior

**COMISSÃO FISCAL**

João Ferreira da S. Júnior (Presidente); Nizar Lambert Raad e Mário Luis do Carmo (Integrantes Efetivos); Roberto de Castro Almendra, Manoel Henrique Pessoa (Integrantes Suplentes).

**FUNDADORES**

Álvaro Alberto de Araújo Sampaio, Antônio Augusto Barcellos Cunha, Carlos Murilo Felício dos Santos, Cesar Prates, Dilermando Silva, Eloysio de Carvalho Silva, João Ferreira de C. Chaves, João Luiz Soares, João Milton Prates, José Aquino Porto, Léo Sebastião David, Mauro Borges de Teixeira, Newton Andrade e Oscar Niemeyer.

**BENEMÉRITOS**

Álvaro Alberto de Araújo Sampaio, Carlos Nascimento, Ennius Marcus de Moraes Muniz, Hely Walter Couto, Humberto Carlos Sobral Barreto Corrêa, José Galbinski, Léo Sebastião David e Roberto Alvarenga.

**EX-PRESIDENTES DO CONSELHO DELIBERATIVO**

Antônio Carlos E. Osório, Augusto César José de Sousa, Carlos Murilo Felício dos Santos, Fernando Neves da Silva, Frederico José da S. Monteiro, José Hilário de Vasconcelos, Gerson de Sousa Lima, José Alberto Couto Maciel, Luiz Augusto C. Macedo, Paulo de Tarso Santos e Reginaldo Oscar de Castro.

**EX-COMODOROS**

Dilermando Salamed Christo, Edson Carvalho Mendonça, Ennius M. de Muniz, George Raulino, Hely Walter Couto, Nelson Campos e Paulo Aurélio Quintella.

**CONSELHEIROS NATOS**

Amauri Serralvo, Afrânio Rodrigues Júnior, Amâncio Irene de Vasconcelos, Antônio de Pádua Pereira do Vale, Antônio Fiúza, Francisco Yida, Flávio Silva Palma Lima, Armando Garcia Coelho, Dario de Souza Clementino, Darione Nunes Cardoso, David Augusto de Avelar, Fernando Boani Paulucci, João Carlos de Castro Roller, João Ferreira da Silva Júnior, Luiz Augusto A. de Castro, Luiz Carlos Garcia Coelho, Manoel Augusto de Almeida, Mário Roberto Trompowsky do Amaral, Mário Sérgio Boaventura de Sá, Nerione Nunes Cardoso, Paulo Roberto de Moraes Muniz, Pedro Vitor Mafra, Raif Jibrán, Roberto Baptista, Roberto Velloso e Silvío Henrique M. Castilho.

**CONSELHEIROS EFETIVOS**

Alberto Lasserre Kratzl Filho, Alfredo Eustáquio Pinto, Álvaro José Lindoso Veiga, Carlos Alberto Cardozo, César Rodrigues Alves, Charles Christian Alves Bicca, Décio de

Góis Nery, Ednaldo Mesquita Carvalho, Eliana Coutinho do Oriente Cruz, Fernando Boani Paulucci Júnior, Filinto Figueiredo Pacheco, Francisco Morato, Francisco Zenor Teixeira, Geraldo Brindeiro, Hegler José Horta Barbosa, Henrique Samuel Ponte Alencar, Hermenegildo Fernandes Gonçalves, Indalécio Martins Dal Secchi, Jeremias Cezar Junior, João Guilherme Baars Miranda, João Rodrigues Neto, José Ferreira dos Santos, Lindenbergue Lopes Dias, Luiz Carlos Raya, Manoel Henrique Pessoa, Marcos Alberto Carraca de Alcântara, Mário Luis do Carmo, Newton Ferreira da Silva Marques, Nizar Lambert Raad, Paulo César Siqueira Birbeire, Paulo Renato Fioravanti, Paulo Roberto Bastos Fialho, Pedro Aurélio Rosa de Farias, Quintin Antonio Segóvia Silva, Ricardo Cerqueira Pinto, Roberto de Castro Almendra, Rogério Machado Abelheira, Ronald Starling Soares, Silvío Lúcio de Castilho e Vilmar Amaral de Oliveira.

**SUPLENTES DE CONSELHEIRO**

André de Azevedo Machado, Antônio Andrade Pinto, Antônio César Hummel, Antonio Oscar Guimarães, Bruno Machado Colela Maciel, Cássio Aviani Ribeiro, Fernando Pessoa Guerra, José Olímpio Filho, Josias Ferreira Leite Júnior, Julien Machado da Silva Dutra, Luiz Claudio Albuquerque Garcia, Márcio Augusto Andrade, Marcus José Reis Câmara, Paulo Sérgio Costa Correia, Paulo Sérgio Roberto Müller, Rodrigo Sousa Troncha, Pedro Lício Gomide, Tadeu Roriz de Araújo, Ubirajane Andrade e Virginia Maria Jorge Pradera.

***Quem não é visto,  
não é lembrado.***



Anuncie no Iate e  
mostre a cara da  
sua empresa para  
o melhor consumidor  
de Brasília.



# MEIO SÉCULO DE *boas histórias*

A HISTÓRIA DO IATE CLUBE DE BRASÍLIA ESTÁ INTEIRAMENTE LIGADA À CONSTRUÇÃO DA CAPITAL FEDERAL. O PATRONO DA NOSSA INSTITUIÇÃO, O EX-PRESIDENTE JUSCELINO KUBITSCHEK DE OLIVEIRA, FUNDADOR DE BRASÍLIA, FOI UM DOS GRANDES INCENTIVADORES DA CONSTRUÇÃO DE UMA Suntuosa sociedade recreativa às margens do lago Paranoá. Mas para esse sonho virar realidade várias transformações foram realizadas no terreno antes plano e vazio, que abriga hoje uma instituição referência em qualidade de vida.



**N**a terceira parte da série de entrevistas sobre o cinquentenário Iatista, a Revista Iate traz três pioneiros que largaram tudo em suas cidades natais e compartilharam de um dos principais sonhos de JK: a criação da “sala de visita da nova metrópole”.

*Casado e pai de quatro filhos, o benemérito Hely Walter Couto foi um dos comodoros que mais serviços relevantes prestaram à nossa instituição. Nesta edição, ele relembra a precária iluminação que aqui encontrou quando assumiu a gestão, em 1975, e as principais melhorias entregues ao quadro social no fim da sua gestão, quatro anos depois.*

*O conselheiro nato Mário Sérgio Boaventura de Sá, casado com Lía Sayão, uma das filhas do desbravador Bernardo Sayão Carvalho Araújo, com quem tem três filhos, coleciona boas histórias do Iate Clube de Brasília. O popular “teteco”, apelido que ganhou ainda infância, explica, entre outros assuntos, sobre a importância de um colegiado como o Conselho Deliberativo para a nossa instituição.*

*Paulo Aurélio Quintella, casado e pai de três filhas, foi comodoro no Iate Clube de Brasília entre 1991 e 1993. Antes disso, já era conselheiro nato e um dos grandes líderes da família Iatista. A seguir, ele analisa como o Iate se tornou exemplo nacional em esporte, lazer e cultura.*

**Revista Iate – Do sonho do ex-presidente Juscelino Kubitschek nasceu o Iate, atualmente, reconhecido como umas das instituições mais prestigiadas no segmento clubístico nacional. Hely Walter Couto, como chegamos a esse patamar de referência e o como o senhor avalia a importância do Clube em sua vida pessoal?**

**Hely Walter Couto** – No início da década de 60, Brasília tinha poucos clubes e poucas opções de diversão. Por isso, todas as autoridades e grande parte da população procuravam o Iate para passar o seu dia de lazer, pois aqui sempre foi o clube mais sofisticado de Brasília. Eu tenho uma satisfação muito grande de ser associado do Iate Clube de Brasília há mais de 40 anos. Meu título é o de número 32, remido por causa daquela construção da Sede Social, quando o comodoro Onísio Ludovico decidiu lançar 200 títulos para ajudar financeiramente a levantar o prédio. O Iate hoje é extensão da nossa casa. É um clube que sempre tive adoração. Minha relação com o Iate também trouxe

bastante projeção em minha vida, pois eu pertencia à classe empresarial. Hoje, todo mundo me conhece. Eu passo na rua e muita gente me abraça. Então, é uma alegria, pois o pessoal ainda lembra de você. É uma satisfação muito grande para mim e para meus familiares. O Iate faz parte da minha vida.

**“Não tenho dúvida de que o Iate é o melhor clube de Brasília e um dos melhores do Brasil. Ele cresceu demais, mas continua exuberante”**

Hely Walter Couto

**Revista Iate – O senhor ainda vem ao Iate com frequência?**

**Hely Walter Couto** – É o meu ponto de lazer. Todo domingo venho ao Iate para rever os amigos. Não tenho dúvida de que o Iate é o melhor clube de Brasília e um dos melhores do Brasil. Ele cresceu demais, mas continua exuberante. Ainda dou algumas sugestões para os atuais diretores, pois quero o melhor para o nosso Clube. Mas tenho certeza de que o atual comodoro, Mario Sergio da Costa Ramos, fará um excelente trabalho, dando sequência ao crescimento instalado aqui pelos ex-comodoros.

**Revista Iate – O que o senhor destacaria do tempo em que esteve à frente da gestão do Iate Clube de Brasília?**

**Hely Walter Couto** – Gostaria de lembrar que tive uma diretoria extraordinária e um Conselho Deliberativo formidável, presidido pelo Dr. Carlos Osório, um advogado muito famoso em Brasília. Era uma equipe de associados, conselheiros e diretores ajudando, querendo o melhor para o nosso Clube. Tive a alegria de construir as quadras de peteca, as quadras de tênis e troquei toda a iluminação do nosso Clube, entre outras realizações. Para isso,



tive o importantíssimo apoio do Elmo Serejo, que idealizou o projeto de substituição, já que o transformador era precário e não dava segurança ao quadro social. Contudo, o mais importante que fiz no Iate foi o Bosque, que dei o nome de Bosque Coronel Henning. Plantei centenas e centenas de árvores que hoje embelezam ainda mais o nosso Clube. Além disso, tive a honra de receber a Lucy Geisel, filha do presidente Geisel, em um dos carnavais do nosso Clube. Trouxe do Rio de Janeiro as mulatas do Sargentelli e o decorador do Canecão, também do Rio. Foram quatro carnavais espetaculares, que ficarão para sempre registrados na história do Iate.

**Revista Iate – É verdade que a última visita do ex-presidente Juscelino Kubitschek foi na sua gestão?**

**Hely Walter Couto** – Sim. Eu tive a honra de receber pela última vez o nosso saudoso JK. Quando ele chegou ao Clube, foi aquela felicidade, com todos querendo cumprimentá-lo. Após algum tempo, ele me pediu um lugar para descansar seus pés. Então, fomos a um local escuro, no antigo restaurante do Clube. Puxei duas cadeiras, ele tirou os sapatos, as meias e descansou os pés, como era um hábito seu. Fiquei isolado com ele mais de dez minutos. Até hoje lamento que não tenha aparecido um fotógrafo para registrar o beijo que eu daria em seus pés, como forma de gratidão por ele ter construído essa cidade. Certamente, esse gesto ficaria marcado para a posteridade. Se existe o Iate, se essa capital formidável em todos os aspectos virou realidade, é tudo graças ao nosso saudoso presidente, que partiu, mas deixou aqui a sua história, a nossa querida Brasília.

**Revista Iate – Mário Sérgio Boaventura de Sá, como o Iate Clube de Brasília entrou na sua história?**

**Mário Sérgio Boaventura de Sá** – Primeiramente, é bom falar que eu cheguei a Brasília vindo de Salvador, em dezembro de 1959. O Iate entrou na minha vida como entrou

**“O Iate está entregue em boas mãos. É gratificante chegar aqui e ver tudo bem conservado e saber que o nosso patrimônio está sendo bem cuidado”**

Mário Sérgio Boaventura de Sá



na vida de muitos jovens vindos de diversos estados que chegaram a Brasília no início dos anos 60 e queriam um local para se encontrar e se divertirem. Um lugar de gente bonita, alegre, que pudesse reunir pessoas que estavam começando uma nova vida. Entrou e não saiu mais, diga-se de passagem.

**Revista Iate – E o que este Clube significa na sua vida?**

**Mário Sérgio Boaventura de Sá** – O Iate foi para mim e para muitos, a segunda casa. Hoje, eu particularmente já não consigo frequentar o Clube como desejaria, pelos diversos afazeres que a vida me impõe. Sinto falta disso. Fiz grandes amigos no Iate que perduram até hoje. Muitos que conviveram conosco naquela época já se foram, mas são sempre lembrados em nossos encontros. Muitos namoros começaram no Iate e acabaram em casamento.

**Revista Iate – Como o senhor vê a evolução do Iate nos últimos 50 anos?**

**Mário Sérgio Boaventura de Sá** – A evolução do Iate é gritante. Está aí para todo mundo ver. A valorização do título do Clube demonstra isso. Todo mundo gostaria de ser sócio

do Iate, que hoje sem sombra de dúvida é o melhor clube de Brasília. A gente só pede para que as administrações não comecem a inventar, conservem o que já existe. O Iate está entregue em boas mãos. É gratificante chegar aqui e ver tudo bem conservado e saber que o nosso patrimônio está sendo bem cuidado.

**Revista Iate – Como o senhor, que é conselheiro nato há mais de 30 anos, analisa a importância do Conselho Deliberativo para uma instituição como Iate Clube de Brasília?**

**Mário Sérgio Boaventura de Sá** – O Conselho Deliberativo é importantíssimo para o Clube, pois cabe ao colegiado a fiscalização das ações que são desenvolvidas pela Diretoria. Os conselheiros são eleitos pelos associados para esta finalidade e apesar de na sua maioria ou quase a sua totalidade terem feito frente da chapa vencedora e juntamente com os Conselheiros Natos, são independentes, podendo desta maneira melhor fiscalizar. Além disso, o Conselho Deliberativo realiza diversas melhorias para nossa instituição como, por exemplo, a aprovação de obras que dão mais, conforto, segurança e comodidade para a família Iatista.

**Revista Iate – Paulo Aurélio Quintella, o que o Iate Clube de Brasília representa em sua vida?**

**Paulo Quintella** – Muita coisa positiva. Cheguei a Brasília em outubro de 1962 para estudar para o vestibular de Economia do fim do ano. Logo me apaixonei pelo Iate e estou aqui há quase 50 anos. As minhas filhas, as duas primeiras, do primeiro casamento, nasceram e foram criadas frequentando o Iate. Hoje, são casadas e já tenho até netos. Depois, eu casei outra vez, a minha filha também desde pequenininha vem ao Iate. Parte da minha vida está ligada a este Clube, que tenho grande apreço. Fui comodoro no início dos anos 90 e tive expressiva participação em diversas decisões tomadas na instituição ao longo desses anos.

**Revista Iate – Durante o regime militar, quando Brasília não escolhia no voto direto o governador, as eleições do Iate roubavam a cena na cidade e envolviam muitas pessoas. Quais lembranças o senhor guarda daquela época?**

**Paulo Quintella** – As eleições do Iate Clube de Brasília e da Associação Comercial eram as duas coisas que mais chamavam a atenção e movimentavam a cidade em termos políticos. Era basicamente a única forma de se exercer a democracia no Distrito Federal. Os pleitos, sempre bastante disputados, marcavam a vida dos que deles participavam. O comodoro do Iate, por exemplo, era sempre convidado para diversas solenidades de governo e eventos na cidade. Era mais que um cargo, era uma posição privilegiada na sociedade brasiliense. Ainda é bastante, mas naquela época era algo prestigiadíssimo.

**Revista Iate – O senhor ajudou a eleger vários desses comodoros, não é mesmo?**

**Paulo Quintella** – Alguns (risos). O primeiro comodoro que nós conseguimos colocar foi o Onísio Ludo-

vico, que ficou por seis anos. Depois, nós elegemos e reelegemos o Hely Walter Couto. Em seguida, Paulo Jardim, que ficou mais seis anos, entre outros. Nós tínhamos uma interferência muito grande, pois éramos grandes incentivadores das eleições, trabalhávamos em campanhas e, conseqüentemente, virávamos um ponto de consulta a respeito das pessoas com relação a quem deveria votar. Nosso grupo, do esporte, era o mais organizado e que tinha uma força muito grande no Clube, em razão dos diversos praticantes de várias modalidades.

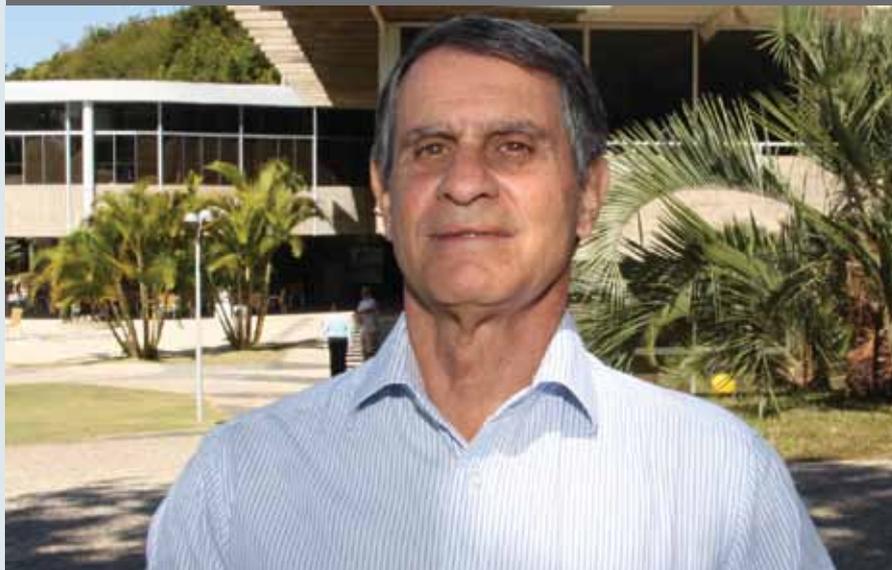
**Revista Iate – E quais as principais dificuldades enfrentadas pelos gestores?**

**Paulo Quintella** – Naquela época, o Iate tinha muitos problemas em relação a arrecadação. Existia inflação e era difícil fazer muita coisa, construir quadras esportivas e realizar eventos sociais. Inclusive, muitas pessoas compraram o título

e às vezes não pagavam. Nós não tínhamos ainda esse sistema que temos hoje que você pode pagar em qualquer banco e até por meio de débito em conta no Banco do Brasil. Então, os pagamentos eram feitos através da Secretaria do Clube. Antes disso, tinha um cobrador que ia à casa de cada sócio cobrar, mas existia uma inadimplência grande nessa falta de controle na cobrança, exatamente pela estrutura que havia na época não só no Iate, mas em todos os lugares. Com o passar do tempo, a inflação terminou e os preços abaixaram sensivelmente. A partir daí, os comodoros podiam, com aquela receita anual, fazer mais coisas e melhorar o atendimento ao associado. Hoje, o Iate é referência nas áreas esportivas, de lazer e no segmento cultural. Tenho muito orgulho de ter participado dessa bela história. Acredito que para que o Clube continue indo bem deva ser dada manutenção aquilo que foi construído por vários comodoros. ✨

**“Hoje, o Iate é referência nas áreas esportivas, de lazer e no segmento cultural. Tenho muito orgulho de ter participado dessa bela história”**

Paulo Quintella



## EXCELENTE INVESTIMENTO

A valorização do título do late aumenta (e muito) com o passar do tempo



Ser sócio do late é um ótimo negócio. A cada ano, cresce a valorização dos títulos patrimoniais. Em 2001, o valor girou em torno de R\$ 8 mil. Já em 2004, esse número saltou para R\$ 11.5 mil. Dois anos depois, em 2006, alcançou o patamar de R\$ 17.5 mil. Em 2009, o preço máximo pago foi de R\$ 42.231,00.

Neste ano, a oportunidade para fazer parte de um dos melhores clubes do Brasil foi lançada novamente. Na manhã do dia 28 de junho, foi realizada a venda de quatro quotas da categoria Patrimonial Proprietário. Pontualmente às 11h15, os envelopes foram abertos e o maior valor atingiu R\$ 63.810,00, alta de R\$ 21.569,00 em relação ao ano passado. Os outros classificados ofertaram R\$ 61.250,00; R\$ 59.110,00 e R\$ 58.500,00.

O avanço na valorização dos títulos do Clube em 2010 foi de 51% e confirmou o bom desempenho dos últimos anos. Vale destacar que os títulos comercializados foram

readquiridos pelo Clube, que não lança novas quotas no mercado há mais de 15 anos.

Segundo o comodoro do late, Mario Sergio da Costa Ramos, a valorização aumenta a responsabilidade da atual gestão. “Este expressivo resultado reafirma que ser sócio do late, além de ser desejo de muitos brasileiros, é um excelente investimento. Comprova também que nossa gestão está no caminho certo. Temos, no entanto, a consciência de que isso aumenta nossa responsabilidade, visto que administramos uma instituição que é sinônimo de qualidade de vida”, ressaltou.

A busca para se filiar ao late comprova que seu patrimônio é bem cuidado e que tem méritos para seguir numa linha de crescimento. Os progressos resultam de um trabalho feito com dedicação por aqueles que compõem o quadro funcional e os gestores da nossa instituição.

## IATE EM AÇÃO

Obras no Serviço Médico, Berçário e Fraldário geram melhorias no atendimento e bem-estar para a família latista

O Posto do Serviço Médico, o Berçário e o Fraldário do Iate passam por reformas e adaptações desde 16 de junho. A previsão é de que daqui a três meses o trabalho esteja completo. A medida atende a uma antiga solicitação dos sócios. Quando nosso Clube está com bastante movimento, o Posto Médico não atende satisfatoriamente as pessoas que vão fazer exames. Era preciso mudar essa realidade. Para otimizar o ambiente, a sala de espera será ampliada e um banheiro construído. Dessa forma, o Iate busca prestar um atendimento cada vez melhor e mostrar que a colaboração do sócio é importante para gerar benefícios ao Clube.

A reforma no Berçário e Fraldário redistribuirá a seção. A obra, que é feita exclusivamente por funcionários do Iate, colocará divisórias no local para que as crianças não sejam incomodadas pelo barulho ou movimentação. Durante os serviços, haverá rodízio na locação dos setores por conta das áreas interditadas. O Posto Médico fica, provisoriamente, no espaço da antiga Academia, e a área dos bebês vai para onde é localizado o departamento médico. Quando o serviço estiver concluído, os locais voltam a funcionar nos seus pontos de origem. Essa é a primeira grande obra desses setores.

## ESPAÇO DA SINUCA REVITALIZADO

Os acompanhantes também foram beneficiados com as mudanças

O que era bom ficou ainda melhor com a revitalização do Espaço da Sinuca. O local, bem frequentado entre os sócios nas horas de lazer, possui novos materiais, móveis e um conforto maior para os acompanhantes.

Foram adquiridos três sofás de couro para a sala de espera e armários confeccionados para guardar os ma-



teriais, entre eles as capas das mesas, taqueiras, bolas de sinuca e tacos dobráveis. As mesas tiveram o veludo e as caçapas trocados e algumas cantoneiras substituídas.

Os associados perceberam a diferença e elogios não faltaram com a reforma. O horário de funcionamento da Sinuca é de 16h às 23h, de terça a sexta-feira, e aos sábados e domingos, de 10h às 18h.

**NÃO OUSE LEVAR  
CERVEJA QUADRADA  
NÃO É BOM DEIXAR  
COM VOCÊ TÃO PER**

**SE FOR DIRIGIR, NÃO BEBA.**



AO SÃO JOÃO.  
TANTA GENTE FURIOSA  
TO DE UMA FOGUEIRA.



O SÃO JOÃO  
MAIS REDONDO  
DO PLANETA.



# *Decisões que vão deixar o Iate ainda melhor*



**N**o dia 16 de junho, após alterações no sentido de melhor atender as demandas dos sócios, o Conselho Deliberativo aprovou a proposta de revisão orçamentária para o exercício de 2010. Com isso, a partir de agora, uma série de obras e medidas beneficiarão os associados. Fruto de sugestões do quadro social, o orçamento aprovado pelo Conselho Diretor foi, no fim de 2009, para a apreciação do Conselho Deliberativo. Por meio de seu presidente, Amauri Serralvo, constituiu-se uma comissão composta pelos conselheiros Frederico Monteiro (presidente), Roberto Almendra e Nizar Raad para emitir parecer sobre o assunto. Após várias reuniões entre a Comissão e a Comodoria, houve a adequação dos valores da proposta, posteriormente aprovada por unanimidade pelo plenário do Conselho Deliberativo. A seguir, confira algumas dessas decisões que impactarão diretamente na melhoria dos serviços prestados.

## Redução nos preços de aluguéis dos espaços

A partir de agora, os Iatistas terão desconto de 50% todos os dias da semana nos aluguéis do Salão Social e da antiga Sede. Vale ressaltar que antes da medida não havia desconto algum para sócios na sexta-feira, no sábado e no domingo. A iniciativa, determinada pelo Conselho Deliberativo, atende a antigos pedidos dos associados.



## Quadras de tênis cobertas

Até o fim deste ano, os tenistas ganharão mais duas quadras cobertas. A G1 e a G2 se juntarão às outras quatro quadras que têm cobertura no Iate. O nosso Clube é o único no Distrito Federal que possui esse tipo de estrutura. Ficou acertado ainda que o arrendamento de algumas quadras para professores prestadores de serviços deverá ser motivo de debates nos Conselhos Diretor e Deliberativo.



## Recadastramento

Com o objetivo de atualizar os dados registrados na Secretaria, será realizado um recadastramento dos seguintes integrantes do quadro social: contribuinte temporário atleta, contribuinte feminina, dependente honorário e dependentes citados no art. 29 do Estatuto do Iate Clube de Brasília.

## Espaço Gourmet da Náutica

Em busca de oferecer conforto e bem-estar aos Iatistas, o antigo Guincho será transformado em um ambiente de conagração, com diversos espaços para interação entre frequentadores da Náutica. Na frente do galpão, o piso será melhorado para integrar os espaços.



## Climatização do Parque Aquático infantil

Outra boa notícia para a família Iatista é que está autorizado o início dos sistemas de aquecimento das piscinas infantis e do tobogã, uma das principais solicitações do quadro social.



## Revitalização da pista de caminhada

A revisão dos itens de custeio e investimentos do orçamento 2010 também permitirá a aceleração das obras na pista de caminhada.

## Contribuição mensal sem alterações

A contribuição de manutenção foi mantida em R\$ 235,00 e a taxa para aplicação patrimonial em R\$ 50,00. Os valores não são reajustados desde o início de 2009. ✨

# *Velejadores con*



# quis-tam títulos



**POR RACHEL ROSA**

**Dois dias após a inauguração da capital federal, em 23 de abril de 1960, era realizada a primeira regata na cidade. As disputas foram entre as classes Snipe e Pinguim. Os 50 anos de história náutica, completados em 2010, fizeram de Brasília e do Lago Paranoá clássicos locais para a prática de regatas e berço de talentos mundiais.**

**Intrínseco à tradição, está o late Clube de Brasília. A Raia Norte, em frente ao nosso Clube, é sede de diversas competições que acontecem durante todo o ano. Os últimos meses foram épocas recheadas de vitórias e consagrações aos velejadores latis-tas, desde os mais jovens aos com maior experiência.**

## **SNIPE DEFINE CAMPEÕES**

Há cinco décadas, entrava na água o primeiro barco a vela que velejou no Paranoá: um Snipe. A regata World Snipe Day, neste ano realizada em 8 de maio, na Raia Norte do Clube, é celebrada no mundo inteiro para homenagear a classe. Em Brasília, o Dia Mundial de Snipe é comemorado há mais de dez anos.

“A regata foi uma festa. Misturamos os meninos do Optimist com os veteranos da classe Snipe para comemorar o dia. Muitos desses meninos, ao saírem do Optimist, migram para a Snipe. Isso é muito bom, pois o Snipe é um barco muito técnico e quem veleja nele, veleja em qualquer lugar”, relata Sérgio Muller, capitão da flotilha 516, do Distrito Federal. “É bom para os meninos aprenderem. Todos os grandes campeões bra-

sileiros velejaram nesse tipo de embarcação”, salienta. Em 2010, 11 embarcações celebraram a data. Em 1º lugar ficaram Cezar Castro e Bruno Ferreira, seguidos por Felipe Rondina e Paulo Ayres. Na terceira colocação ficou a dupla formada por Hugo Müller e Valéria Vidal.

Em 12 e 13 de junho, os velejadores da classe Snipe participaram do 7º Troféu Xangô do Torneio Álvaro Sampaio, na Raia Norte. Os vencedores foram Guilherme Raulino e Rodrigo Fernandes. Hugo Müller e Valéria Vidal ficaram em 2º, enquanto Cezar Castro e Bruno Ferreira em 3º.

O Snipe é um barco de 4,72 metros, para duas pessoas. É uma classe Pan-Americana, sendo uma das que mais títulos mundiais deram ao Brasil, com Eric Schmidt em 1961, 1963 e 1965; Nelson Piccolo, 1967; Boris Ostergren, 1977; Tor-



Rodrigo Mendonça é o 1º do ranking brasileiro de Laser 4.7

ben Graef, 1983 e 1987; Mauricio Santa Cruz, 1997; e Alexandre Paradedda, em 2001.

### VITÓRIAS NO LASER

Em 30 de abril, no Chipre, ilha situada no mar Egeu oriental, ao sul da Turquia, João Frattini Ramos venceu com folga e sagrou-se Campeão Master Europeu 2010 - Laser Radial.

“É muito boa a sensação de ganhar um campeonato tão importante, com gente de diversas partes do mundo, e superar os adversários do último ano”, conta o velejador.

O único representante brasileiro, das 32 embarcações vindas de 13 países, foi confiante e atingiu seu objetivo. Das nove regatas, conquistou o 1º lugar em sete delas e ganhou o torneio por antecipação. No campeonato europeu do ano passado, ficou em 3º lugar. “É muito gratificante ver que evolui”, comenta.

Ramos disputará o Mundial da classe em setembro, na Inglaterra. Em 2009, no mesmo campeonato, alcançou a 3ª colocação. A expectativa é repetir a dose do Europeu e levar o Brasil ao topo do pódio.

Sede de importantes competições, a Raia em frente ao Iate foi palco de disputas emocionantes no La-

ser em 29 e 30 de maio. Os velejadores competiam no Torneio Flotilha BL5 e, mais uma vez, destaque para os Iatistas.

Na classe Laser Standard, Priscila Castro mostrou a força feminina na vela. A jovem, de 21 anos, era a única representante das mulheres e conquistou o 1º lugar, à frente de Rodrigo Mendonça e André Proite, 2º e 3º lugares, respectivamente.

Na 4.7, Luis Felipe Boani e Lucas Gama foram os melhores da regata, conquistando os 1º e 2º lugares, respectivamente.

Ainda na classe Laser, o Campeonato Sudeste, de 3 a 6 de junho, em Búzios, no Rio de Janeiro, teve um Iatista no lugar mais alto do pódio. Rodrigo Mendonça sagrou-se campeão da disputa em sua categoria. Após quatro dias e dez regatas, o único candango desbancou 26 oponentes. A vitória lhe rendeu a classificação como o nº 1 do ranking brasileiro de Laser 4.7. “Treinei forte e a minha tática na regata estava boa. Eu estava acertando as viradas de vento e meu treino de regulagem foi muito bom”, conta Rodrigo. Os três primeiros colocados disputaram o ouro até a última regata, mas o velejador de 16 anos

superou os concorrentes. “Foi uma experiência sem igual. Será muito bom para o meu currículo pela importância do campeonato e pela qualidade dos outros velejadores”, ressalta.

Os avanços deixarão este ano registrado na memória de Rodrigo e do técnico Guilherme Ribeiro, que o acompanha desde 2009. “Aumentei meus conhecimentos e minha experiência neste ano. A minha meta é a Olimpíada do Rio, em 2016”, confidencia.

O atleta se supera a cada competição. Somente em 2010, foi o 8º colocado no Brasileiro, 2º na Copa da Juventude, 1º na Pré-Olimpíca e 1º no Sudeste de Laser. Segundo ele, treinar no Lago Paranoá é uma vantagem devido aos ventos inconsistentes característicos da cidade, que podem ser fortes ou fracos, o que faz com que tenha boa técnica em diversas condições.

O Iatista intensificou os treinos para garantir boas colocações nos próximos campeonatos: o Europeu de Londres e o Mundial na Tailândia, ambos no 2º semestre do ano.

### FERAS DO OPTIMIST

Os bons ventos dos dias 22, 23, 29 e 30 de maio elevaram a qualidade das disputas no Torneio do Cerra-



Clima de confraternização no pódio do Torneio do Cerrado I da classe Optimist

do I da classe Optimist. A Raia Norte foi tomada pelos velejadores de até 14 anos na briga pelo 1º lugar. Atletas dos mais tradicionais clubes náuticos estavam presentes, mas a garra dos Iatistas não foi superada e levou nossos atletas às primeiras posições.

Após cinco regatas, Nicholas Grael mostrou quem era o campeão, destacando-se perante 30 concorrentes. Felipe Rondina e Pedro Pagano vieram logo atrás, conquistando o 2º e 3º lugares, respectivamente. Na categoria Estreante, Nina Fisher foi a vencedora, competindo com mais nove barcos, numa disputa digna de atletas profissionais.

Apesar da pouca idade, os jovens Iatistas percorrem trilha de sucesso, e são representantes de peso do nosso Clube e do Brasil em competições nacionais e internacionais. Nicholas Grael e Felipe Rondina obtiveram boa classificação no Sul-Brasileiro de Optimist, de 17 a 25 de abril, em Santa Catarina, e foram selecionados para as principais provas da classe.

Em Kingston, no Canadá, de 26/6 a 4/7, Nicholas Grael representou o Brasil e o Distrito Federal no Campeonato Norte-Americano de Optimist. Esta foi sua segunda participação em torneios no norte da América. Foram 12 regatas e um total de 196 velejadores, muitos



Sérvio Túlio representa as cores do Iate e do Brasil no Mundial da Juventude na Turquia

dos quais estarão no Mundial. Nosso Iatista foi um dos 50 primeiros, alcançando a 47ª posição.

Os bons resultados de Felipe Rondina o classificaram para sua segunda ida ao Mundial de Optimist, no Campeonato Mundial da IODA (International Optimist Dinghy Association), de 28/12/2010 a 8/1/2011, em Langkawi, Malásia. “Quero conseguir um resultado ainda melhor do que o do ano passado. Estou treinando bastante e me dedicando muito”, salienta Felipe. “Quero ficar entre os dez primeiros”, destaca.

### HOBBIE CAT: IATE BEM REPRESENTADO

O velejador Sérgio Túlio Cipriani Andrade (classe Hobie Cat) representa o Brasil no Campeonato Mundial da Juventude, realizado em Istambul, na Turquia, de 8 a 17 de julho. Ao lado de seu timoneiro, o paraibano e campeão brasileiro Daniel Dantas, Túlio garantiu a vaga durante a 41ª Copa da Juventude, sediada no Iate Clube de Brasília, em fevereiro.

O Mundial da Juventude é o terceiro evento mais importante da Federação Internacional de Vela (ISAF, na sigla em inglês), ficando atrás apenas dos Jogos Olímpicos e do Mundial da ISAF.

Apesar de morarem distantes e de competirem no Mundial em barco que nunca velejaram, a expectativa de Túlio e Daniel para a competição é boa. “Podemos surpreender a todos”, garante o Iatista. “Sempre que podemos treinamos juntos. Viajo dia 25 de julho para João Pessoa e lá treinaremos por mais dez dias para o Campeonato Mundial da Juventude. Como não podemos praticar sempre, quando o fazemos, velejamos o dia inteiro”, conta.

Neste ano, Sérgio Túlio deu um passo importante na carreira. Agora, o atleta faz parte da Equipe Brasileira de Vela Jovem, do Comitê Olímpico Brasileiro (COB). Mas, para ele, a conquista mais relevante de 2010 foi ter ganhado uma regata de Robert Scheidt, durante o Sul-Americano da classe Laser, na cidade de Florianópolis. “Ele sempre foi e é até hoje considerado o melhor velejador de Laser de todos os tempos. Só de Laser eu tenho menos de dois anos. Ganhar uma regata dele é indescritível, inenarrável”, destaca o jovem de 18 anos.

Entre outros resultados, destaque para a colocação em 1º lugar no ranking brasiliense da classe Laser Standard no ano de 2009, campeão na seletiva do Mundial Júnior da ISAF da classe Hobie Cat 16, em 2010, e campeão júnior no Campeonato Sul-Americano de Laser Standard, também este ano. 🌊



# Iatistas entre os melhores do Brasil

**Técnica Bruna Santos é uma das grandes responsáveis pelo sucesso**



*Patinadoras do Iate ficaram com mais de 80% das medalhas na 2ª etapa do Brasiliense, realizada entre 24 e 27 de junho*

Os patinadores do Iate Clube de Brasília estão entre os melhores do país. Os números comprovam essa afirmação. Os últimos resultados dos nossos atletas foram expressivos e demonstram que o esporte conquistou o seu lugar de destaque entre os Iatistas. Em 2009, o grupo de show 'Piratas' sagrou-se campeão brasileiro, e neste ano nossos atletas faturaram praticamente tudo o que disputaram. Referência no Distrito Federal, o Iate é a única escola que compete em todas as modalidades.

Atualmente, a escolinha tem 206 alunos e uma longa lista de espera. "Mas nem sempre foi assim. Há três anos, tínhamos pouquíssimos interessados. À medida que fomos

participando dos campeonatos Brasiliense e Nacional, isso cresceu e chegamos a esse número, que também inclui os pequenos do Ciate", destaca a diretora de Patinação, Laura Aviani.

Uma das explicações para o sucesso do esporte no Iate foi a contratação da ex-técnica da seleção brasileira Bruna Santos. Quando atleta, Bruna foi tetracampeã brasileira e disputou diversos campeonatos internacionais. "A patinação deslanchou efetivamente no Iate após a vinda da Bruna. Sem dúvidas, é dela o maior mérito por este sucesso", resalta Laura Aviani.

De acordo com Bruna Santos, a ampla estrutura para a prática da modalidade é um dos principais diferenciais no Iate. "O Clube também sempre apoia bastante e oferece todas as condições para a gente realizar nosso trabalho. Temos várias promessas aqui dentro que ainda darão muitas alegrias para a família Iatista", revela a técnica. "Mas eu destacaria que esse é um trabalho de equipe. A patinação no Iate não teria chegado onde está sem o apoio da Tathiana Resende, do José Leandro Marques e da Nathália Gasparini, que também são professores do Clube", finaliza. ✨

## SAIBA MAIS

A Patinação é um esporte aeróbico e anaeróbico de alto impacto, que treina o sistema cardiovascular e respiratório do atleta. Essa atividade desenvolve nas crianças o equilíbrio e a musicalidade. Os pequenos têm ainda a oportunidade de estar em contato direto com outros alunos, aprendendo uma atividade saudável que desenvolve o corpo e a mente. A patinação no Iate reúne atletas a partir de 5 anos. A escolinha é dividida em Iniciante 1 e 2, Básico, Pré-Equipe e Equipe de competição. As matrículas podem ser feitas na Secretaria de Patinação. Informações: 3329-8781.



## SPLENDOUR OF THE SEAS<sup>®</sup> MINICRUZEIRO

16/12/10 - 3 NOITES

ENTRADA DE 20% = R\$ 184,20 +

Santos  
Búzios  
Santos

2º HÓSPEDE  
GRÁTIS!<sup>\*\*</sup>

10x R\$ **73**,68\*  
ou R\$ 921,00 a vista  
em cabine interna dupla



## MARINER OF THE SEAS<sup>®</sup> CARNAVAL

05/03/11 - 6 NOITES

ENTRADA DE 20% = R\$ 403,00 +

Santos  
Rio de Janeiro  
Salvador  
Santos

O MAIOR  
NAVIO  
DO TEMPORADA

10x R\$ **161**,20\*  
ou R\$ 2.015,00 a vista  
por pessoa em cabine interna dupla



PIER VIAGENS - AGENCIA REFERENCIAL  
STRVS 701 ED MultiEmpresarial - LOJA 05  
TEL 61 3298-1500  
pier@pierviagens.com.br  
www.pierviagens.com.br  
Contate o seu agente de viagem.



\*Valor anunciado com o câmbio referencial de 01/07/2010 de US\$ 1 = R\$ 1,85. O preço em reais poderá variar conforme o câmbio da data da compra, uma vez que os preços são baseados no dólar norte-americano. Tarifa de R\$ 497,83 em cabine interna dupla, categoria N, referente ao cruzeiro de 3 noites no navio Splendour of the Seas, saída em 16/12/10 (limite de 10 cabines para esta promoção), exclusivamente parte marítima. Tarifa de R\$ 1.089,18 em cabine interna dupla, categoria Q, referente ao cruzeiro de 6 noites no navio Mariner of the Seas, saída em 05/03/11 (limite de 10 cabines para esta promoção), exclusivamente parte marítima. As tarifas acima apresentadas já incluem a taxa administrativa da agência de turismo, excluindo-se todas as outras taxas, tais como taxas aéreas, portuárias e/ou de serviços. \*\*Promoção 2º hóspede grátis válida até 31/7/2010 para pagamento da tarifa. Taxas e seguro deverão ser pagos por pessoa. Entrada de 20% (dinheiro ou cheque) e parcelamento em até 10x sem juros para pagamentos em cheque (sujeito à aprovação pela TON) ou cartão de crédito Visa, Amex, Diners e Mastercard. Preços e condições promocionais sujeitos à disponibilidade em cada saída e alteração sem prévio aviso. Consulte nossas condições gerais no site [www.royalcaribbean.com.br](http://www.royalcaribbean.com.br).



Os recordistas Glauber Silva e Cláudia Ribeiro

NATAÇÃO

# Atletas brilham nas piscinas do país

Muitas alegrias do Iate resultam do desempenho dos atletas da natação. A equipe possui nadadores de destaque no cenário brasileiro e é motivo de orgulho para a família Iatista, que viu muitos dos integrantes crescerem, no tamanho e no talento, e conquistarem mais vitórias a cada competição.

A Copa Comodoro Masters de Natação, com sua edição de 2010 realizada em 15 de maio, nas Piscinas Semiolímpicas I e II, lotou as arquibancas. A competição é realizada anualmente em conjunto com a Associação Brasileira de

Masters de Natação e reúne diversas equipes da cidade com nadadores acima de 20 anos.

Nesta edição, o Iate faturou a 3ª colocação no geral, e nossos competidores conquistaram 20 medalhas de ouro, 14 de prata e 5 de bronze. Além disso, os Iatistas quebraram recordes. Glauber Henrique Silva, na categoria 20+, obteve o recorde brasileiro nos 50m Borboleta com o tempo de 23"70 e o brasiliense nos 100m Medley com 59"55. Murilo Santos Lobato bateu o recorde brasiliense nos 50m Borboleta com o tempo de 35"04, na categoria 55+.

Cláudia Ribeiro Barbosa é a recordista de Brasília nos 200m Peito com 4'26"63, na categoria 65+.

O Pólo Aquático, que teve sua estreia como modalidade esportiva neste ano, realizou o segundo evento comemorativo na Copa Comodoro, com as partidas acontecendo durante as provas individuais nas piscinas. Apesar da disputa apertada, os jogos não perderam o clima de festa. O dia foi finalizado com show da banda de pop rock No Grau, que se apresentou em palco montado na passarela de acesso à Piscina Semiolímpica II.

## Mais medalhas para a equipe do Iate

Nada menos que 20 recordes foram superados no XV Torneio Centro-Oeste de Clubes de Natação, de 14 a 16 de maio. O Parque Aquático do Rádio Clube, na cidade de Campo Grande, Mato Grosso do Sul, foi o palco desse expressivo desempenho, que teve contribuição dos Iatistas.

Na piscina de 25m do local, atletas das categorias infantil, juvenil, júnior e sênior puderam mostrar seu talento. O Iate levou o título de melhor equipe nas categorias juvenil e júnior e garantiu a conquista do vice-campeonato no geral. Quatro dos nossos nadadores foram premiados com o troféu de melhor índice técnico da categoria. São eles: Luana Obino, no Infantil II; Marina Nascimento, Juvenil I; Gustavo Nascimento, Juvenil II; e Simone Köhler, Junior II.

O Torneio Centro-Oeste de Clubes é a oportunidade de alguns atletas buscarem índices para participar das principais competições do Brasil, como o Campeonato Brasileiro Juvenil de Natação de Inverno, em Campo Grande, que acontece de 4 a 6 de junho, e o Campeonato Brasileiro Infantil de Natação de Inverno, entre 16 e 18 de julho, em Foz do Iguaçu.

De 28 a 30 de maio, nas piscinas do Minas Tênis Clube, em Belo Horizonte, aconteceu o Campeonato Brasileiro Junior de Natação de Inverno - Troféu Dr. Tancredo Neves. Simone Köhler novamente obteve bons resultados e subiu ao pódio três vezes na competição nacional. A nadadora conquistou três medalhas de bronze nos 100m e 50m Livre e 100m Borboleta. A disputa teve a participação de 384 atletas de todos os cantos do país, entre 17 e 19 anos.

No XIX Campeonato Brasileiro Juvenil de Inverno - Troféu Dr. Arthur Sampaio Carepa, o time do Iate foi com garra para Campo Grande/MS, de 4 a 6 de junho, e destacou-se perante os 81 clubes participantes. Os melhores nadadores do país entre 15 e 16 anos batalharam pela vitória. O atleta Gustavo Nascimento foi o maior destaque da delegação Iatista. Ele conquistou duas medalhas de prata (50m e 100m Livre) e uma de bronze (200m Costas). A disputa reuniu 430 atletas e o Iate ficou na 11ª colocação no geral. Neste campeonato, o número de recordes impressionou. Ao todo, 58 foram atualizados. 🏊

## NADADORES DE OURO

Desde os 10 anos de idade, **Simone Köhler** pratica natação, por incentivo da mãe. Hoje, com 17 anos, a jovem coleciona vitórias no currículo, mas garante que é só o começo. Em 2005, integrou a equipe de natação do Iate Clube, sob o comando do técnico Fábio Costa. A partir de então, os avanços foram mais significativos na carreira. Já participou de 12 campeonatos brasileiros e soma um total de 15 medalhas conquistadas nas provas nacionais. Não é à toa o grande potencial da atleta. Treina de duas a três horas por dia e tem grande paixão pelo esporte. É a 1ª no *ranking* do DF



e a 3ª do Brasil. Como meta, pretende chegar a uma Olimpíada. Para isso, precisa ser uma das duas melhores atletas do país no Absoluto, que corresponde a todas as categorias juntas. “Para 2012 está um pouquinho difícil, mas em 2016 é praticamente certo que estarei lá”, garante.

**Gustavo Nascimento** entrou nas piscinas ainda bebê. A mãe do atleta não poderia imaginar o talento que teria o filho na natação. Os treinos no Iate começaram em 2006, com Fábio Costa. Já em 2007, participou do seu primeiro campeonato brasileiro e surpreendeu, conquistando três medalhas. Ele estava na raia 7, considerada difícil para vitórias, o que não o impediu de sair vencedor na sua estreia em competições nacionais. Atualmente, são 12 medalhas só em brasileiros no estoque do nadador. Para atingir seus objetivos, treina diariamente de duas a três horas na piscina, mais uma hora na Academia do Iate. Parece difícil, mas não para ele



que quer seguir a carreira de atleta. “A natação é a minha praia”, comenta. Como todo esportista apaixonado pelo que faz, o sonho de Gustavo é ganhar um Mundial. Ele quer ir para as Olimpíadas de 2012. “As chances são poucas, mas eu quero tentar. Já 2016, é mais que obrigação”, aponta.

# Iate prepara ranking de corredores

O Iate é a instituição mais arborizada de Brasília. Basta uma voltinha para perceber a presença imponente do verde. A paisagem que enche os olhos dos visitantes também é o cenário onde nossos esportistas podem praticar um esporte que cresceu bastante nos últimos anos: a corrida de rua. Ela retornou ao Clube e quer captar novos seguidores.

Há dez anos, o Iate promovia regularmente corridas internas, inclusive com a participação de outros estabelecimentos. Hoje, com a nova gestão, o intuito é resgatar esta cultura que enfraqueceu-se com o passar do tempo, aproveitando a alta popularidade da prática de corridas nos dias atuais, em Brasília e no Brasil.

“A corrida é um esporte completo, é eficaz e tem grande valor. Queremos aumentar a consciência de valorização do esporte no Clube”, salienta Antônio Augusto Pinheiro, diretor de Esportes Individuais.

No dia 15 de maio, teve início o Circuito Iate Clube de Corridas, evento que marcou em grande estilo a volta da modalidade. Serão três etapas no total. O percurso é de 5,3 km, nas dependências do Iate, com largada na entrada do Ginásio. “Tivemos a preocupação de pensar num percurso seguro, que não tivesse trânsito, para evitar riscos aos sócios”, destaca o Diretor.

Na primeira etapa, a Secretaria de Esportes contabilizou 105 inscritos. Destes, 80 concluíram

a prova e ganharam medalhas. O corredor mais rápido foi Guilherme Franco, que cumpriu o trajeto em 21’07”. Das mulheres, a mais veloz foi Eunice Maria Machado Malvar, com o tempo de 27’45”.

Os participantes do Circuito marcam pontos para a constituição de um ranking de corredores do Clube. Ao final da temporada, ocorrerá premiação por faixa etária, com distribuição de troféus alusivos aos 50 anos do Iate. A segunda etapa acontece em 28 de agosto, e a terceira e última no mês de novembro. A premiação será em dezembro. Segundo Antônio Augusto, o evento também é uma festa de conagração. Inscrições podem ser feitas na Academia ou na Secretaria de Esportes.



## VOLTA DO LAGO

Nossos atletas participaram da 7ª Volta do Lago e representaram muito bem as cores do Iate, em 30 de maio. Com o tempo de 7h12min, a equipe Iate Clube/Quero-Quero 4 (quarteto) faturou a 3ª colocação em sua categoria; a Iate Clube/Quero-Quero 3 (octeto) conquistou a 13ª colocação, com o tempo de 8h10min. Já a equipe Iate Clube/Quero-Quero 2 terminou na 14ª colocação, com o tempo de 8h11min.

A corrida de revezamento, com percurso de 100 km dividido em 14 trechos, conta com a participação da comunidade desportiva do Brasil e também das embaixadas. Cerca de 2.500 corredores disputaram a prova, que passa pelas avenidas que margeiam o Lago Paranoá. Como acontece todos os anos, uma das etapas da corrida passou por dentro do Iate, na pista de caminhada.



# A beleza está nos detalhes

MOX



Atendimento  
personalizado

**Porcelanatos e pastilhas de vidro**  
O menor preço e a maior variedade do Brasil.

**Porcelanatos Eliane**  
a partir de **R\$ 23.90** m<sup>2</sup>

**ITÁLIA**  
Acabamentos

SIA • Trecho 2 • 3032 7000



# Power Plate:

## garantia de resultados rápidos

Imagine fazer um exercício que apresente maior resultado em menos tempo. A indústria de fitness lançou várias tentativas nos últimos tempos com esse objetivo, mas nem todas tiveram sucesso. Algumas não passaram da primeira versão. Outras conseguiram cumprir a promessa, aprimoraram-se e ganharam cada vez mais adeptos.

Um dos aparelhos que efetivamente mostraram serviço é o Power Plate. As celebridades dão uma grande ajuda na divulgação e quem começou foi ninguém menos que Madonna. Ela tem um em casa, a atriz Hillary Swank usa e Clint Eastwood adora. Desde a inauguração da nova Academia, em outubro de 2008, o late oferece a modalidade aos sócios e está entre os cinco estabelecimentos que possuem a opção rápida e eficaz para ficar em forma.

O novo modo de exercitar-se e manter um corpo saudável chegou ao Brasil em 2005. Em apenas 30 minutos, o equipamento auxilia no aumento da força, resistência, flexibilidade muscular e densidade óssea, oferece melhoria imediata da circulação sanguínea, recuperação mais rápida, alívio da dor e da sensibilidade e reduz gordura e celulite. O Power Plate comprovou ser uma modalidade de treinamento popular mais eficaz e demonstrou resultados impressionantes mesmo após pouco tempo de uso.

### Até os mais preparados devem começar devagar

O aparelho propõe uma queima de 200 calorias em 12 minutos e realiza programas para ginástica ou fisio-

terapia, além de massagens estéticas e relaxantes. De pé, sentada ou deitada sobre uma plataforma que vibra em várias direções de trinta a cinquenta vezes por segundo, a pessoa executa movimentos conhecidos, como agachamentos e abdominais, só que com os músculos contraídos pela necessidade de manter o equilíbrio, o que, segundo o fabricante, pode multiplicar por cinco a intensidade do exercício.

Apesar das vantagens, até os atletas têm que começar devagar, com um treino progressivo. Mesmo quem está acostumado a exercícios, sente certa dificuldade. O aparelho requer bom condicionamento físico e acompanhamento constante e, como qualquer outro, se malfeito pode acarretar lesões.

A Academia do late possui dois modelos, o que possibilita duas sessões por vez, com acompanhamento de um professor. A procura é alta e é preciso reservar o horário da aula. Recomendam-se treinos de até 30 minutos, três vezes por semana. Pelo fato de exigir muito esforço, a prática de 15 a 20 minutos de atividade pesada, seguida de alongamento, é a medida indicada para o exercício obter alto rendimento.

“Frequento sempre que possível o Power Plate, pois percebo melhora significativa no meu tônus muscular e em minha circulação sanguínea. Devo ressaltar que o acompanhamento de um professor qualificado é muito importante e a Academia do late Clube de Brasília disponibiliza grandes profissionais”, enfatiza a sócia Paula Damasco do Vale. “Melhorei muito minha performance no Futevôlei e minha flexibilidade”, emenda.



Reinventado na Holanda, o Power Plate foi lançado em 2000, baseado em protótipos desenvolvidos na antiga União Soviética para treinamento de astronautas e atletas olímpicos. Estimula diferentes músculos e grupos musculares e alcança resultados rápidos facilmente, em quase todas as partes do corpo. O equipamento é um dispositivo vibratório de elevada qualidade, originando uma nova dimensão em soluções de boa forma para todas as idades, estilos de vida e capacidades físicas. ✨

A American College of Sports Medicine comprovou a eficiência do aparelho. Saiba as vantagens:

- Redução do tempo: todo o corpo pode ser trabalhado em aproximadamente 20 minutos;
- Resultados superiores: solicita maior número de fibras musculares para um mesmo exercício, permitindo melhor desenvolvimento da força e massa muscular;
- O esforço para executar o movimento é maior, mas não há sobrecarga de peso;
- Menor desgaste articular.



## BRISAS DO LAGO

ESTÁDIA CONTEMPORÂNEA

### CHEGOU A HORA DE INVESTIR EM QUALIDADE DE VIDA

Viver bem em Brasília é estar perto de tudo que mais importa na cidade. É exatamente por isso que o Brisas do Lago é o lançamento perfeito para quem busca investir em qualidade de vida na capital do país. Localizado às margens do Lago Paranoá, em frente ao Clube de Golfe e ao lado da Academia de Tênis, o mais novo lançamento da Odebrecht Realizações Imobiliárias, em parceria com a Antares Engenharia, combina o mais lindo parque aquático de Brasília com todas as facilidades de um hotel residência.

Visite o Espaço Brisas e amplie seus horizontes.

© RODOA.COM.BR



PARQUE AQUÁTICO



SPA



APARTAMENTO



ACESSE [WWW.BRISASDOLAGO.COM.BR](http://WWW.BRISASDOLAGO.COM.BR)  
E CONHEÇA MAIS SOBRE O EMPREENDIMENTO.

INFORMAÇÕES: (61) 3535 7100

CONSTRUÇÃO E INCORPORAÇÃO:

**ANTARES**  
ENGENHARIA

**OR** ODEBRECHT  
REALIZAÇÕES IMOBILIÁRIAS

1. Imagens ilustrativas do empreendimento. Verificar memorial descritivo. Os acabamentos, móveis, equipamentos e demais objetos de decoração poderão variar no que se refere a modelos e quantidades, mas estarão de acordo com o projeto de decoração, respeitando o padrão de qualidade previsto. 2. As imagens aqui representadas poderão não retratar fielmente as cores, texturas, brilhos e reflexos naturais dos materiais presentes no projeto, por se tratar de material impresso. 3. A vegetação representada nas perspectivas é meramente ilustrativa e representa o porte adulto das espécies. Na entrega, essa vegetação poderá apresentar diferença de porte, porém estará de acordo com o projeto de paisagismo. Creci: 11.718

# Meses de vitórias

Não importa a modalidade. Quando o assunto é ser campeão, os atletas do Iate vão com tudo

Atletismo, Triathlon, Futebol, Futevôlei, Futsal, Patinação, Peteca, Squash, Tênis, Vôlei de Quadra, de Praia, Sinuca, Vela, Natação, Pólo Aquático e *Deep Water*. Todas essas opções podem ser praticadas pela Família Iatista. O Iate oferece gratuitamente até duas categorias para sócios menores de 18 anos (com exceção do *Deep Water*, que é sem custo para todas as idades), sob direcionamento de instrutores qualificados.

Para o segundo semestre, a expectativa é a de que o Judô entre no quadro de modalidades do Clube.

A área esportiva do Iate Clube de Brasília gera ótimos resultados, sobretudo no projeto de iniciação. Nele, os sócios de 4 a 17 anos dão os primeiros passos para que possam se tornar atletas em potencial. Este ano, uma boa notícia animou nosso Clube.

Dados recentes apontaram aumento de 13% na quantidade de alunos matriculados nas escolinhas em relação a 2009.

A participação dos atletas Iatistas em competições é grande e o estoque de medalhas não para de crescer. Os últimos meses foram cobertos de vitórias. O grito de "É campeão" soou diversas vezes nas quadras e campos do Iate e também fora deles.



Os campeões Fernando Guerra e Eleuza Ribeiro (esquerda) ao lado dos vices Luciano Lírio e Sylvania Diez

# para os *Iatistas*

## Tenistas se destacam no cenário nacional

O Tênis é um esporte de grande prestígio no Iate. Nossos tenistas são privilegiados com 15 quadras, sendo quatro cobertas e duas que terão cobertura até o final do ano. Há opções para quem prefere a areia ou o cimento. É só escolher e praticar. São 11 delas de saibro e quatro de lizonda.

Esporte sem discriminação de idade, o Tênis possui adeptos dos mais novos aos mais experientes. Lucas Marques Vieira Lima, 15 anos, engordou seu currículo com mais vitórias neste ano. Em abril, venceu disputando na categoria 18 anos do Circuito Haikar Honda 2010, 3ª etapa, em Rio Verde, Goiás. Entre 25 de maio e 3 de junho, Lucas competiu no X Aberto de Tênis da Asbac 2010 e foi o grande campeão na categoria 16 anos.

De 8 a 16 de maio, outro jovem tenista do Iate mostrava sua força com jogadas precisas. Vitor Rocha faturou o 1º lugar na etapa de Brasília do 7º Torneio de Tênis André Arantes, disputada no Minas Tênis Clube. A vitória rendeu a participação na etapa Master do Torneio, onde os campeões das fases regionais concorriam entre si. A competição aconteceu de 3 a 6 de junho, em Goiânia, e Vitor novamente mostrou sua força. O Iatista subiu no lugar mais alto do pódio na categoria 16 anos. Atualmente, é o 24º do *ranking* da Confederação Brasileira de Tênis e o 3º melhor de Brasília.

Nosso Clube também tem o seu Circuito Interno de Tênis, neste ano em sua 6ª edição. Entre 24 de maio e 20 de junho, a competição reuniu 150 atletas e lotou as arquibancadas de torcedores nas partidas.

De olho no título, os competidores do torneio arriscaram-se nas classes Pré-Profissional, Especial, 1ª, 2ª e 3ª Masculino e 1ª, 2ª e 3ª Feminina. Quem se deu muito bem foram, respectivamente: Walter Lima, José Carlos Damásio, Paulo Araújo, Marcelo Pereira, Marcius Correia Lima, Vanessa Rodrigues, Clarissa Wagner e Bárbara Sattin.

Para fechar as atividades do 1º semestre da Vice-Diretoria de Tênis, aconteceu o 10º Torneio de Tênis Iate com Amor, em 27 de junho, nas quadras de saibro do Clube. A competição foi uma das formas que os atletas encontraram para comemorar o Dia dos Namorados. A entrega de premiações, realizada após a última partida, contou com churrasquinho e muita animação entre os presentes. A dupla campeã na categoria Casais 1ª classe

foi Paulo e Tereza Mury; na Casais 2ª classe, vitória para Walmir e Vera Silva; e na classe Mista Livre, os ganhadores foram Fernando Guerra e Eleuza Maria Ribeiro.

## Petequeiros do Iate não dão chance

No IV Interestadual Infanto-Juvenil 2010, disputado em 15 e 16 de maio, em São José do Rio Preto, São Paulo, a dupla Mateus Gonzales Cruz e Thales Valim Angelo não deram chance aos concorrentes. Os alunos da Escola de Peteca do Iate Clube de Brasília venceram invictos na categoria mirim até 12 anos. A Confederação Brasileira de Peteca considera a competição como a segunda mais importante no calendário nacional, ficando atrás somente da Liga Brasileira.



Os vencedores Mateus Cruz e Thales Angelo levantam a bandeira do nosso Clube

Em 18 e 20 de junho, os resultados dos Iatistas levaram a Federação Brasileira de Peteca (Febrape) ao 1º lugar na classificação geral por equipes no XXII Campeonato Brasileiro de Peteca - Veteranos 2010. O evento ocorreu em Curitiba, Paraná, e reuniu 84 atletas com mais de 50 anos. A dupla José Ferreira e Valuce Pereira garantiu o título na categoria acima de 64 anos. Essa foi a 14ª vitória consecutiva de José Ferreira, o popular Ferreirinha. A trinca formada por Sérgio Almeida, Rafael Horta e Luiz Carlos (Testinha) sagrou-se campeã na categoria de 57 a 63 anos. Entre os concorrentes de 50 a 57 anos, o trio composto por Sebastião Gonzales, Josimar Aparecido da Cunha e Carlos Eduardo Moreira foi o grande campeão.

A peteca é um esporte tipicamente brasileiro e vem de período anterior à colonização. Os nativos costumavam se divertir jogando peteca. O hábito existia antes da chegada dos portugueses no país. Com o passar do tempo, a prática espalhou-se. Na década de 1940, em Belo Horizonte, aconteceu a primeira competição. Nos anos 1970, milhares de pessoas de todas as idades jogavam peteca de acordo com as regras devidamente regulamentadas. Os petequieiros do Iate contam com uma estrutura privilegiada, composta por 12 quadras, sendo quatro cobertas, seis de areia e duas de cimento.

## Atleta do Iate vai para Mundial de Aquathlon e Triathlon

Os atletas do Iate fizeram bonito no Campeonato Brasileiro de Triathlon / Sesc Triathlon 2010. Em 16 de maio, no Pontão do Lago Sul, foi realizada a 2ª etapa, que contou com 750 m de natação, 20 km de ciclismo e 5 km de corrida. A combinação das modalidades caracteriza o esporte, e é preciso muito treino para estar entre os melhores. Leandro Barbosa, campeão na categoria 30 a 39 anos;

Filipi Pons, vice-campeão de 25 a 29 anos; e Bárbara Bressan, 2º lugar entre as competidoras de 20 a 24 anos, alcançaram as melhores colocações entre os Iatistas.

No dia 13 de junho, no Rio de Janeiro, Leandro Barbosa conquistou o 1º lugar na 2ª etapa do XII Campeonato Brasileiro de Aquathlon, que difere do Triathlon por não exigir prova de ciclismo, apenas natação e corrida. A fase foi decisiva para sua classificação no Mundial, que ocorrerá entre os dias 8 e 12 de setembro, em Budapeste, Hungria. Na primeira etapa, o atleta ficou em 2º lugar, apenas 1 segundo atrás do ganhador. Com o resultado da etapa seguinte, classificou-se na

primeira colocação para o Mundial de Aquathlon. A prova mundial de Triathlon será realizada no mesmo local e na mesma semana. Leandro competirá na categoria Short Triathlon.

O Triathlon está inserido na área de Esportes Aquáticos do Clube, juntamente com a Natação, a *Deep Water* (Hidroginástica) e o Pólo Aquático. Entre os benefícios que proporciona estão a melhora no sistema cardiorrespiratório, aumento da capacidade aeróbica, da força e da resistência muscular. Os pequenos sócios podem praticar o esporte no Iate. A modalidade   uma das op es oferecidas no projeto de inicia o esportiva. ✨

Leandro Barbosa também   técnico da escolinha de Triathlon do Iate



MANTENHA O SEU INGRESSO, SEM REEMBOLSO.  
LUGAR RESERVADO  
CONFIRMAÇÃO EM CASO DE CHUVA



ARQUIBANCADA

## Chegamos à Brasília!

OS TIMES  
QUE  
MARCARAM  
ÉPOCA

VS

AS SELEÇÕES  
MAIS  
CLÁSSICAS  
DA HISTÓRIA

A Liga Retrô convida você para a inauguração de sua loja em Brasília.  
Venha conhecer de perto o estilo que fez história nos campos e fora deles.

**3º Andar - Tel (61) 3321-0431**

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

ASSENTOS 07  
FILEIRA H  
SETOR 2E



# Liga Retrô

O ESPORTE NA MÁQUINA DO TEMPO

Venha reviver  
os momentos  
gloriosos  
do futebol arte.

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

# Talento

## NAS AREIAS DO NOSSO CLUBE



**Nome:** Fabíola Lima Constâncio

**Idade:** 26 anos

**Esporte:** Vôlei de Praia

**Média diária de treino:** 6 horas

**Melhor desempenho:** Bronze no Sul-Americano, Equador – março/2010.

**Sonho / Meta:** Como qualquer atleta, chegar a uma Olimpíada.

**Ídolo:** Maria de Fátima Silva, minha mãe. Uma guerreira e meu espelho.

**Minha maior qualidade:** Determinação. Não aceito não tentar.

**Meu maior pecado:** Minha intolerância ao erro.

**Para relaxar:** Namorar.

**Lema da minha vida:** O que eu quero eu vou conseguir!

**Eu em uma palavra:** Campeã!

**Cantinho preferido no late:** Quadra de Vôlei de Praia, lugar onde aprendo como atleta e como pessoa.

**O late pra mim é:** O melhor clube de Brasília, com uma estrutura perfeita para um atleta de alto nível.

**Nome:** Évelyn de Menezes Tanios Nemer

**Idade:** 25 anos

**Esporte:** Vôlei de Praia

**Média diária de treino:** 5 horas

**Melhor desempenho:** Terceira colocação no Campeonato Sul-Americano.

**Sonho/ Meta:** Ser campeã Olímpica, meta a ser superada a cada dia.

**Ídolo:** Jesus Cristo, que também me deu como ídolos meus pais.

**Minha maior qualidade:** Determinação.

**Meu maior pecado:** Teimosia.

**Para relaxar:** Sair com o namorado, jogar poker e ficar com a família.

**Lema da minha vida:** Deus faz acontecer para quem faz acontecer.

**Eu em uma palavra:** Coragem.

**Cantinho preferido no late:** O estacionamento no final da tarde. Sem as sombras das árvores meu cochilo estaria perdido!

**O late pra mim é:** Minha 2ª casa. No meu dia, tudo começa e termina no late.

## HISTÓRIAS PARA OS PEQUENOS

Em junho, o Contador de Histórias abordou o tema Festas Juninas. No dia 20, 15 crianças concentraram-se no gramado em frente à Secretaria de Esportes para ouvir histórias e soltar a imaginação. Além dos contos, atividades interativas fizeram parte da programação. Dentre elas, os pequenos que acertaram perguntas ganharam livros infantis. A criançada adorou a brincadeira e pôde aguçar o prazer pela leitura.



## NÚMEROS DA ACADEMIA

O número de mulheres na Academia do Iate superou o de homens. Dados de 30/6/2010 indicam que 54% das matrículas pertencem à ala feminina. São 1.349 frequentadoras contra 1.158 representantes masculinos, de um total de 2.507 alunos. Os dados registram presença de todas as faixas etárias, o que comprova que saúde e forma física não têm idade. Existem 283 alunos com menos de 20 anos e 48 acima de 70 anos. Destes, nove já passaram dos 81 anos. As últimas informações divulgadas atestam que os associados têm descoberto a Academia. Em janeiro de 2009, havia 1.700 alunos. Em pouco mais de um ano, esse número aumentou em 43%.

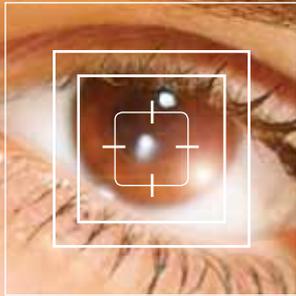
## EXPERIÊNCIA CONTA PRECIOSOS PONTOS NO VÔLEI

O grupo feminino de vôlei Master (40 + e 50+) do Iate celebrou os 50 anos do Clube com amistoso nos dias 4, 6, 11 e 13 de maio. Participaram da disputa os times de Águas Claras; Damas de Ouro, do Clube do Exército; e CINFAABB, da AABB. Pelo Iate, jogaram os times ALPHA-Phoenix (50+), que garantiu o 2º lugar, e Maranhão (misto 40+ e 50+), que ficou em 3º. As integrantes do Master têm representado as cores do Iate em vários campeonatos nacionais e internacionais. De 29 de maio a 3 de junho elas estiveram em Phoenix, no Arizona, para disputar o U.S. Open de Volleyball. A batalha foi suada, mas nossas atletas do 50+ conquistaram a 9ª colocação, entre 20 times da categoria.

## AMIGOS VOLUNTÁRIOS

Os Amigos Voluntários empenharam-se em ajudar as vítimas de Alagoas, que sofreram graves prejuízos em decorrência das chuvas. Os temporais castigaram o estado e quase 80 mil pessoas ficaram desabrigadas e muitas passam por necessidades. O Iate uniu forças e agiu rapidamente para captar doações, mobilizando o quadro social na campanha SOS Alagoas e Pernambuco. O Emiate montou uma tenda ao lado da entrada central do Clube para facilitar e concentrar as ajudas. Foi feito contato com a Defesa Civil, e os donativos encaminhados no mês de julho. A colaboração dos sócios foi grande, com doações de diversos tipos: agasalhos, roupas, alimentos, livros, cadernos, entre outros.





# 50 anos de *raio laser*

*Em meio século, muitas coisas podem mudar. O Iate Clube de Brasília, por exemplo, há cinco décadas, era apenas um espaço plano e vazio, território de ideias e vontades de JK. Com o passar do tempo, os sonhos do então presidente foram concretizados e o local consagrou-se como um dos melhores clubes do Brasil, dono de uma invejável infraestrutura. Hoje, é exemplo a ser seguido como centro de esporte, lazer e cultura.*

*Junto com o Iate e com Brasília, a descoberta do raio laser completa seu cinquentenário. Assim como nosso Clube, que ao longo dos anos passou por transformações positivas, o laser trilhou um caminho que podemos, sim, chamar de “luminoso”. Atualmente, é encontrado desde nos leitores de código de barras dos supermercados até nos mais modernos tratamentos médicos contra doenças, como o câncer.*

## OFTALMOLOGIA

Os problemas oculares ganharam um grande aliado com o advento do laser. As cirurgias mais simples, as delicadas e também as complexas contam com o auxílio desse método. A maioria delas passou a ser menos invasiva, proporcionando uma recuperação mais rápida para o paciente. Mas não é só isso. Vários problemas sem tratamentos disponíveis puderam ser solucionados com o uso do laser.

Tecnologia de última geração, o Excimer Laser é usado para a correção das ametropias, ou seja, miopia, hipermetropia e astigmatismo. Existem duas técnicas utilizadas nas cirurgias convencionais e personalizadas: o Lasik e o PRK. A escolha vai depender da espessura corneana. Porém, ambas são contraindicadas em casos de pessoas com a espessura da córnea muito fina, com doenças degenerativas ou que apresentem a síndrome do olho seco severo.



O médico e retinólogo Sebastião Ferreira Neto

O oftalmologista Sérgio Saraiva, especialista em cirurgias refrativas, explica que antes de fazer a cirurgia personalizada o paciente precisa passar pelo aberrômetro, exame que verifica as alterações da qualidade da visão e que permite ao médico utilizar o laser com maior precisão na correção de cada uma dessas imperfeições. “O laser atua na modificação da curvatura da córnea para adequação da incidência da imagem na retina. Na miopia, essa curvatura é diminuída e na hipermetropia é aumentada, enquanto que no astigmatismo o laser irá regularizar as diferenças de curvatura nos eixos”, explica o médico, que esclarece ainda sobre a recuperação: “o ideal é que o paciente suspenda as atividades de natação por duas semanas e também evite esportes que possam causar traumatismo por pelo menos 30 dias.”

Para ele, o grande progresso é o caráter personalizado que o laser atribui às cirurgias. “Com o Excimer podemos fazer uma cirurgia totalmente personalizada, que tratará os problemas de um determinado indivíduo melhorando sua qualidade de visão. Para cada pessoa existe uma calibração do laser, que vai respeitar as peculiaridades daquele indivíduo”, explica Dr. Sérgio.

O médico e retinólogo, Dr. Sebastião Ferreira Neto, relata que a retina tem benefícios consideráveis com o uso de laser e que, atualmente, os equipamentos permitem várias possibilidades aos médicos, que

conseguem adaptá-los para as especificidades de cada caso, controlando a potência e o tempo do raio. “Para os casos de descolamento ou roturas na retina, trombose nas veias, problemas vasculares, normalmente oriundas de diabetes, o laser de argônio é uma arma terapêutica eficaz. Isso sem contar a importância do seu uso, isolado ou associado a outras formas de tratamento, no controle da Retinopatia Diabética nas suas duas formas (exsudativa e proliferativa) e no tratamento da Degeneração Macular Relacionada à Idade (DMRI)”, completa o especialista.

Quem faz cirurgia de catarata também pode precisar do auxílio de laser em procedimentos pós-cirúrgicos. Segundo o oftalmologista Celso Boianovsky, especialista em catarata, durante a cirurgia é implantada uma lente intraocular. Porém, a cápsula natural ocular é mantida. Durante um período de cinco anos, essa cápsula, por ser orgânica, pode sofrer um lento e gradual processo de opacificação. “Nesses casos, que atinge cerca de 30% dos pacientes pós-catarata, utilizamos o Yag Laser para reverter esse processo. O procedimento é rápido, realizado com colírio anestésico, não necessitando de repouso e permitindo ao paciente retornar às suas atividades normais no mesmo dia”.



Celso Boianovsky, oftalmologista e especialista em catarata

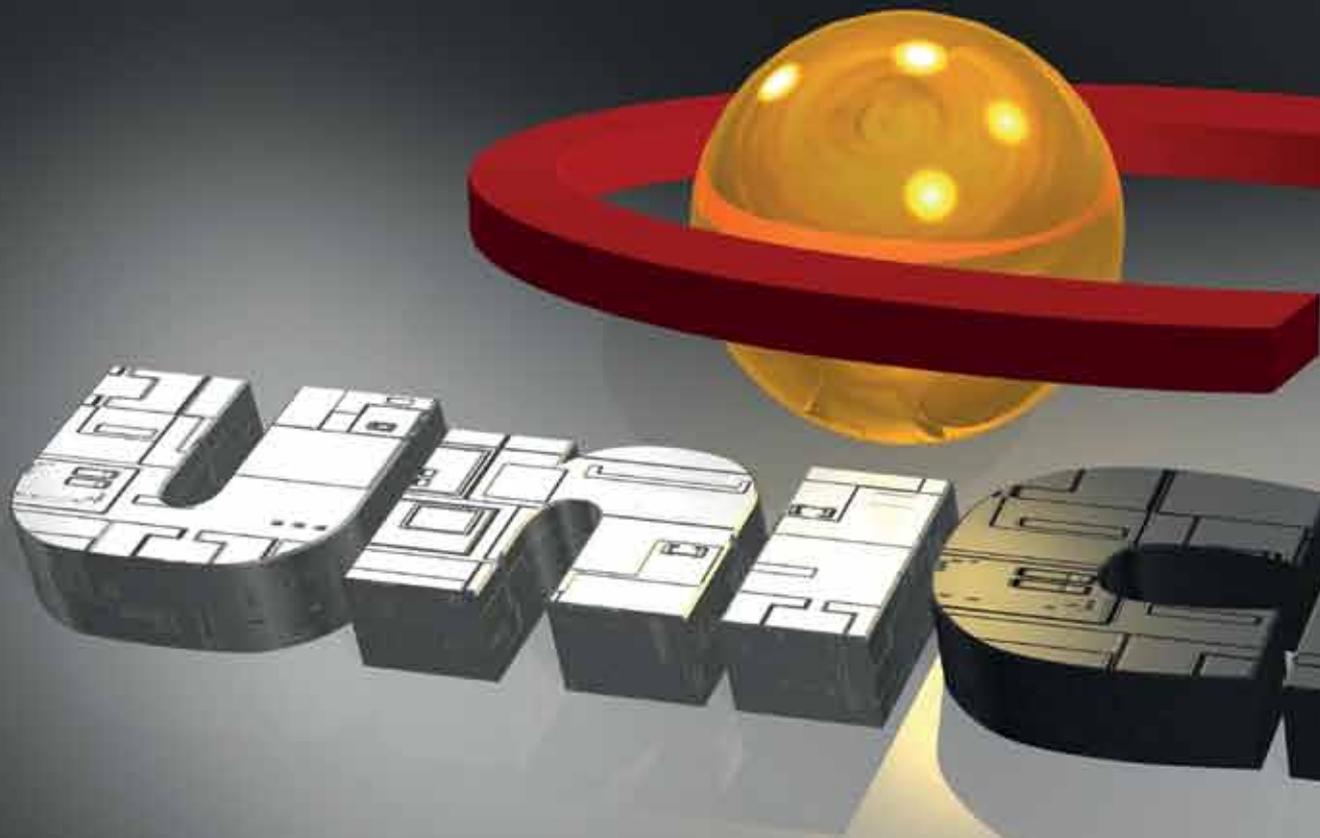
## O Começo

Em maio de 1960, o físico americano Theodore Maiman apresentava ao mundo o raio laser. Sua invenção partia de um cilindro de rubi com as extremidades polidas, funcionando como uma espécie de espelho, capaz de suportar a alta temperatura. Graças a isso, hoje o mundo contempla os frutos de novas descobertas, realizadas a partir dos estudos de Maiman, como, por exemplo, os avanços da medicina no tratamento de doenças.

Foram anos de estudo para aperfeiçoar a técnica que se iniciou em 1917 com Albert Einstein. Depois dele, outros cientistas também tentaram chegar ao raio laser, como Charles Hard Townes, em Nova York, Aleksandro Prokhorov e Nicolai Basov, em Moscou. Porém, eles não conseguiam projetar um equipamento que suportasse altas temperaturas. Problema que só foi solucionado por Maiman.

# VESTIBULAR

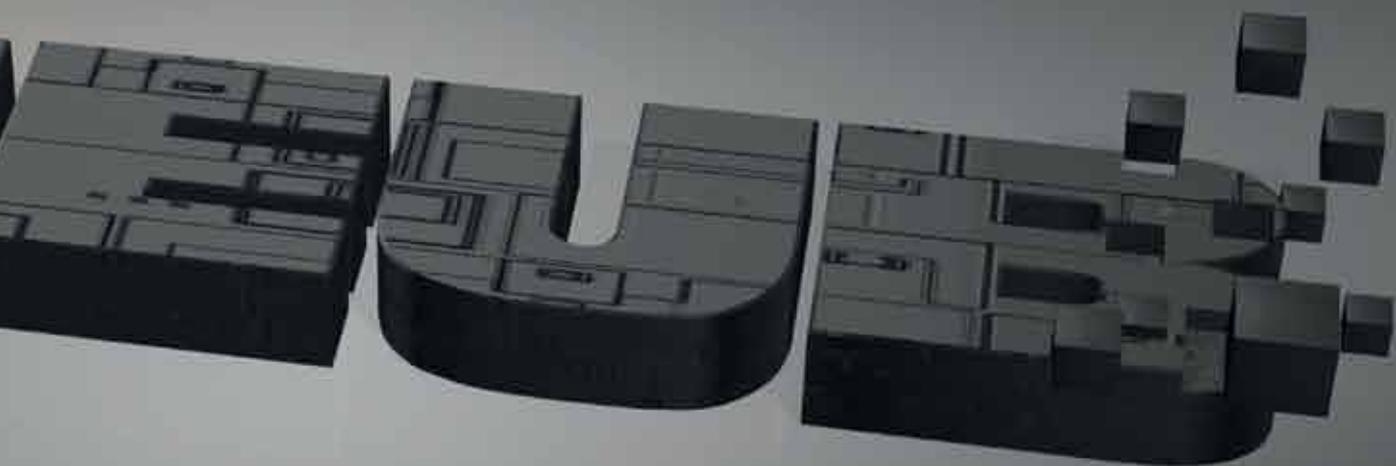
Porque sua carreira vai preci



**22 cursos realmente superiores pra você.**

# DE INVERNO

sar de um currículo de peso.



Inscreva-se até **19 de julho**  
[www.uniceub.br](http://www.uniceub.br)

POR SVETLANA GODOY

# Depressão:

## A ALIMENTAÇÃO PODE AJUDAR A COMBATER ESSE MAL!

A depressão é hoje uma das doenças que mais aumentam em todo o mundo. O que seria a depressão? A depressão ou depressão nervosa é um estado patológico com um humor triste e doloroso associado à redução da atividade psicológica e física. E como diagnosticar? Ter quatro desses sintomas ou mais, a seguir, por mais de duas semanas: a) aumento ou diminuição do peso ou apetite; b) insônia; c) agitação ou retardo psicomotor; d) fadiga crônica; e) sentimento de culpa ou desvalia; f) queda da concentração; g) pensamento de morte ou idealização suicida. Se você se enquadra nessa situação, não se desespere, há esperança para você.

A depressão é caracterizada por uma redução dos neurotransmissores, particularmente da serotonina e da noradrenalina, e 60% dos casos hoje de depressão são precedidos de ansiedade em cima de ansiedade, cujo estresse dentro do organismo acaba aumentando muito. O que seria ansiedade? Segundo o dicionário Aurélio: estado emocional angustiante acompanhado de alterações somáticas (respiratórias, cardíacas, nutricionais) em que se preveem situações desagradáveis, reais ou não. Estamos sempre predispostos a esses fatores no nosso dia a dia. Muitas vezes passamos por fases tão intensas de ansiedade, que poderão acabar resultando em depressão.

Uma coisa importante a salientar é que nós somos um espírito, possuímos uma alma (onde ficam nossas emoções, pensamentos) e habitamos em um corpo. Então, para melhorar, temos que realmente ter uma busca diária a Deus. Não temos como tratar apenas o corpo, pois somos interligados. Faz-se necessário melhorar a alimentação, fazer uma atividade física e, aliado a isso, hoje temos muitos nutrientes que podem nos ajudar. Para nutrição funcional, o aumento na produção do neurotransmissor serotonina (responsável pelo bem-estar e felicidade) é uma das armas mais eficazes contra este mal.

Então, como melhorar disso tudo? Com a queda da serotonina em nosso organismo, logo aparecem sintomas como insônia, cansaço, dores no final da tarde, mau humor pesado e a famosa compulsão por doces, ou podemos ter já a ausência total da serotonina, que tem como sintomas: muita angustia, dor no peito, perda do controle dos impulsos, agressividade, insônia grave, dificuldade em conciliar o sono e idéias suicidas. Há como reverter isso no organismo, incluindo o triptofano (aminoácido) conjugado com o carboidrato complexo integral, como arroz, quinua em flocos ou grãos, entre outros, pois estes aumentam a absorção do aminoácido no sistema nervoso central. As melhores fontes de triptofano são: carnes magras, peixes, nozes, leguminosas, arroz integral, feijão, lentilha, castanhas, abacate e queijo tofu. Em muitos dos casos, temos que passar para a suplementação desse precursor, o triptofano, adicionado de seus cofatores, especialmente B12, B9, B6, magnésio, ácido fólico (muito efetivo) e vitamina C. Outra questão, é aumentar a atividade dos receptores da serotonina nos neurônios, que fazemos com o cromo, encontrado em grãos, levedo de cerveja, aspargo, nozes, ameixas.

Como falamos, o excesso de ansiedade causa um estresse elevado em nosso organismo, que, por sua vez, aumenta a produção de radicais livres, trazendo assim graves consequências, como o risco de doenças cardiovasculares, câncer, diabete, envelhecimento precoce e, por fim, deprimindo ainda mais o nosso organismo. Por isso, devemos combater os radicais livres que estão circulando em excesso. Alguns potentes antioxidantes exercem um papel importante nessa hora: Selênio, zinco, carotenoides, vitamina E e vitamina C. Alguns alimentos são fontes naturais desses antioxidantes: castanha-do-pará, kiwi, laranja, caju, acerola, sementes de abóbora e girassol, óleos de linhaça, canola e azeite extravirgem, vegetais verde-escuros, legumes e frutas em geral.

A suplementação de Omega 3 também se faz necessária, pois há evidências que pessoas depressivas

possuem níveis plasmáticos menores em comparação com pessoas saudáveis. Uma dieta rica em Omega 3, vindas de óleos de peixes de águas profundas e geladas, como arenque, atum, sardinha, salmão (sempre procurar saber a fonte), além de semente de linhaça, nozes, agrião e espinafre, podem diminuir a depressão, e o resultado tem sido eficaz.

Outro fator que está ligado ao quadro de depressão é o desequilíbrio intestinal. Não sabia? O intestino que não funciona bem interfere na produção correta dos neurotransmissores, que são responsáveis pelo equilíbrio do humor, da depressão e, até mesmo, da vontade de comer doces e carboidratos em geral, trazendo os famosos quilinhos a mais. A produção do neurotransmissor serotonina tem sua produção em torno de 80% intestinal. Dessa forma, é muito importante tratar e reequilibrar a flora intestinal, e com isso podemos evitar a utilização de antidepressivos quando estiver ainda na fase inicial.

Algo muito importante é a questão da alimentação alergênica, como, por exemplo, o uso constante de leite e seus derivados, fazendo com que o triptofano, que é precursor da serotonina, caia suas concentrações na corrente sanguínea. Uma constatação é que 85% de pessoas deprimidas são alérgicas. Existe uma forte relação entre depressão e alergias alimentares. Faz-se necessário, então, fazer exames bioquímicos, analisar os sinais e sintomas, para analisar e detectar quais alimentos estão causando problemas e retirá-los. Alimentos que para alguns são remédio, para outros podem ser veneno. Outro fator de efeito negativo é uma alimentação rica em açúcar, cafeína e gordura trans (leite integral, carnes, biscoitos, margarinas, pipoca de microondas, entre outros), e estudos têm demonstrado que a diminuição do consumo desses alimentos tem contribuído e muito para combater a depressão. Uma boa dica é incluir o famoso chocolate amargo, que tem em sua composição mais de 70% de cacau, e esse é o melhor alimento que atua no humor, estimula a liberação de endorfinas, eleva a disposição mental e conseqüentemente afasta a depressão. Em casos graves, todos os nutrientes aqui citados podem e devem ser suplementados, inclusive alguns não encontrados em alimentos, como fosfatidilserina e os fitoterápicos, que também são de grande valor. Acrescente chás também diariamente, como valeriana, passiflora, camomila entre outros.

Muitos dos pacientes acabam melhorando e deixando a famosa tarja preta, e isso tem trazido esperança para nós nutricionistas e também para os pacientes. Uma mudança real na qualidade da alimentação, com a inclusão de suplementos (vitaminas, minerais, precursores) aliada à atividade física, sendo cada paciente orientado individualmente de acordo com cada caso, tem trazido qualidade de vida, curas reais e grande motivação para muitos continuarem a viver. Há esperança para você, não desista! ✨



## Suco para Anti-Depressivo

**Ingredientes:** 2 fatias de beterraba, 1 colher (sopa) de espinafre, 1/2 cenoura, 1/2 maçã, 1 colher (sopa) de salsa, 1 colher (café) de gergelim.

**Modo de fazer:** Bata todos os ingredientes no liquidificador, menos a salsa, que deve ser misturada ao suco já pronto.

### Benefícios

O espinafre possui ácido fólico que é uma potente vitamina antidepressiva natural. Junto com a beterraba, estimula as funções cerebrais, relaxando os nervos.



**\*Svetlana Godoy é**  
Nutricionista Clínica e esportiva funcional. Atende na clínica Fausto Bermeo.  
svetlanagodoy@yahoo.com.br



Quem não respeita as normas de navegação corre o risco de embarcar em uma viagem sem volta. Não se arrisque. SIGA AS REGRAS DE SEGURANÇA E EVITE ACIDENTES.

EM UM INSTANTE, A PAISAGEM PODE MUDAR.



*Eles se encontram no Iate sempre que podem. O Pantera é um dos líderes da turma, e as festas que organiza são sucesso garantido. O “Cesinha lábios de mel” ganhou o apelido porque, quando toca sua gaita, faz todo mundo se encantar. E tem ainda o Beg, que adora um carreado e consegue reunir um montão de gente em campeonatos descontraídos em volta da mesa. Isto sem falar na turma do Cascavel, apaixonada por esporte e diversão – e que faz de cada encontro um grande evento.*

*Se você imaginou que a descrição acima é de um grupo de jovens, que anda aproveitando o tempo livre para curtir a melhor fase da vida, você não está totalmente enganado. Essa turma já passou daquela etapa de espinhas e estudos para o vestibular. Eles estão agora é aproveitando os benefícios de ter passado dos 60 anos cheios de saúde e disposição.*

## *Nossos conceitos é que estão ficando velhos...*



**A**lguns personagens descritos na página anterior são bons exemplos de frequentadores do Emiate - o Encontro Master do Iate, grupo que nasceu há mais de quinze anos para coordenar os eventos de interesse da chamada “melhor idade”. De lá pra cá, o Emiate rompeu as fronteiras da idade e oferece, para todos os públicos, uma programação cada dia mais intensa - com festas dançantes, passeios turísticos, trabalho voluntário e cursos variados.

“Eu não tenho nenhum vínculo com a terceira idade”, resume Luperce Dias Pereira, o Pantera, que completará 70 anos em setembro. “Antigamente, as pessoas mais velhas eram carentes, necessitadas, não tinham acesso à educação, saúde, informação. Hoje é muito diferente. Continuo na ativa, sem planos de

parar. É meu trabalho que sustenta a família. E acho ótimo. No fundo, ainda me sinto com 40 anos.”

Pantera é um retrato do que passou a ser comum em sua geração. Como auditor, tem no computador seu principal instrumento de trabalho e até gosta de “ensinar aos jovens os truques da informática”. Nos finais de semana, para relaxar, gosta de cozinhar e tomar uma cerveja com os amigos. “De qualquer idade”, salienta ele, “que amigo é amigo, não importa o resto.”

Um desses amigos é o Lindemberg Lopes Dias, ou simplesmente Beg, que também não parou de trabalhar e, aliás, promete não parar nunca. Mas passou a levar seu escritório imobiliário num outro ritmo. Uma vez por semana, fecha as portas mais cedo para transformar o lugar em ponto de encontro da

turma. Para jogar e tomar “um bom vinho”, porque, por experiência própria, diz que o tempo serve mesmo é para deixar um homem “mais criterioso”.

“No passado, a imagem do aposentado era a de um velho com aqueles pijamas ridículos, lendo jornais, queixando-se da vida. Agora, a aposentadoria significa, para muitos, um passe livre para passeios em turma, atividades ao ar livre, namoros,” complementa Beg, com seu conhecido bom humor.

Cesinha que o diga. Aos 65 anos, César Aded Paes é delegado de polícia aposentado e caminha, todos os dias, pelo menos seis quilômetros. Sua rotina também inclui a prática da gaita - o instrumento musical que lhe rendeu praticamente uma carreira à parte, com CD gravado e shows em eventos



*Cesinha (à direita) brinda com os amigos o bom momento*



Paulinho e o filho Daniel: peteca e amigos em comum

importantes – e a atualização do blog que criou na internet. No mais, Cesinha e a mulher só querem saber de um compromisso: “não perder tempo”.

“Só no ano passado foram dez viagens, nacionais e internacionais”, celebra o gaitista, que acaba de chegar de Maceió. Ele explica que seu conceito de vida está baseado num tripé: o cuidado com saúde – que é incrementado com alegria e hábitos saudáveis –, a vida espiritual – que a arte ajuda a alimentar – e a vida social. “Nessa parte o Iate ajuda bastante. Porque aqui a gente sempre encontra bons amigos.” No meio da conversa, quase sem querer, Cesinha sintetiza a forma como todo esse grupo enxerga as questões da idade: “hoje em dia, é muito mais uma coisa de cabeça.”

“Eu chego a ficar pouco à vontade quando estaciono numa vaga especial,” confidencia Paulo Heleno de

Carvalho, ou simplesmente Paulinho Cascavel, com 65 anos.

Frequentador de outra turma muito popular no Iate – a da Peteca –, Paulinho Cascavel pratica esporte pelo menos três vezes por semana. É adepto da peteca, da pescaria, da sinuca e do tiro ao prato – modalidade olímpica ainda pouco praticada no país. E ainda concilia essas paixões com a vida profissional. Como boa parte de sua geração, o engenheiro mineiro se aposentou, mas não parou de trabalhar. Hoje, é responsável pelo escritório brasileiro da Empresa Positiva, de Minas Gerais, especializada em crédito consignado.

“Pra quem levou sempre uma vida sadia, 60 anos não tem nada de velho”, diverte-se a esposa de Paulinho Cascavel, a arquiteta Teresa, que também mudou de rumos, mas segue na ativa. Junto com a filha, abriu uma empresa para trabalhar com eventos e faz “as me-

lhores trufas de Brasília”, segundo a propaganda do marido.

## Tendência

Essa mudança de mentalidade – e, principalmente, de comportamento – é fácil de entender também em números. Em 1960, um brasileiro vivia, em média, pouco mais de 54 anos. Em outras palavras, fazer 60 anos era chegar à etapa final da vida. Atualmente, de acordo com a Organização Mundial de Saúde, a expectativa de vida no Brasil é de 73 anos.

A média no Distrito Federal – uma das melhores do país – é ainda maior. Aqui, a expectativa de vida é de 75 anos. E se levarmos em conta apenas as classes A e B (como é o caso dos sócios do Iate), que têm maior acesso a informação, lazer, bons hábitos alimentares e tratamentos médicos, essa expectativa ultrapassa os oitenta. “Somos vitoriosos: estamos vivos e com saúde”, diz Pantera.



*Beg (esquerda) e a filha Lara são bons amigos de Pantera e a neta Julia*



*Cesinha e a esposa Edília: o compromisso é não perder tempo*

A boa notícia traz com ela desafios para gestores públicos e sociedade. De acordo com o IBGE, o Brasil chegará a 2030 com o número de pessoas com mais de 60 anos igual ao número de jovens com até 14 anos. Em 2050, mantidos os critérios atuais, os idosos serão quase o dobro da moçada.

“Talvez esteja na hora de repensarmos a quem vamos chamar de idoso”, avalia Josué Fermon. Além de Ouvidor do Iate Clube, Josué é um

especialista em saúde suplementar e prevenção de doenças crônicas. “Cálculos para previdência, planos de saúde e até mesmo grupos sociais como o Iate vão sofrer profundas transformações. Temos que estar preparados para mudar ou vamos ficar para trás”.

Os dados do quadro social do Clube refletem a tendência apontada por Fermon. Atualmente, já são 3.217 sócios com mais de 60 anos. E, pelas projeções de especialistas, este

número deve ainda crescer muito, já que o Estatuto do Iate garante ao sócio oferecer livre acesso aos seus pais e sogros a partir dessa idade.

Enquanto os especialistas rediscutem as fronteiras para a chamada “terceira idade”, nos encontros com a turma da Peteca a preocupação é outra. “Aqui, não tem essa história de limite de idade, não. Todo mundo joga junto”, celebra Paulinho que, com frequência, divide a quadra com o filho Daniel.

E a diversão, a propósito, não termina com o jogo. Depois, todo mundo se reúne para confraternizar e tomar uma cerveja. “Fizemos uma verdadeira confraria. Cada um leva um tira-gosto. Às vezes, até uma cachaça. E todo encontro parece uma festa”.

Cascavel só admite diminuir o ritmo de vida para curtir outra paixão: as netas. Porque “ser avô é ainda melhor do que ser pai”. Nos sábados ensolarados, troca o agito com os amigos por brincadeiras na piscina.

A nova realidade desses sexagenários superativos já começou a mudar as estratégias de quem promove atividades para eles. Presidente da Comissão do Encontro Master do Iate, Eliana Caram, deixa claro: “já até abandonamos este conceito. Pensamos em atividades para reunir todas as idades, porque o que interessa ao pessoal com mais de 60 anos acaba atraindo também os jovens e até as crianças”.

Aos dez anos, Lara é uma prova disso: a filha mais nova de Beg é uma espécie de “mascote” do Emiate, assídua em seus eventos. Orgulhoso, o pai gosta de lembrar que Lara começou a frequentar a escola no mesmo ano em que a irmã, então com 22 anos, deixava a universidade.

“São os ciclos da vida”, ele conclui, com a naturalidade de quem sabe que os nossos conceitos – estes sim – começam a caducar de velhos. 🐦

# A Copa do Mundo é aqui

Durante a Copa do Mundo, o Iate foi ponto de encontro de quem escolheu torcer pelo Brasil em um ambiente cheio de conforto, segurança e animação. O espaço da antiga Academia foi especialmente preparado para os jogos do Brasil e teve direito a telão, seis TVs de 42 polegadas e uma decoração em clima de Hexacampeonato. Os comes e bebes ficaram por conta do Restaurante Barlavento.

“Esta é minha primeira Copa no Iate. Estou achando fantástico, a decoração está muito bonita e a infraestrutura excelente, com o telão e as TVs. Tá bem animado! Só falta a goleada!”, ressalta Thales Casado na estreia do Brasil na Copa.

O Clube também preparou camisetas nas cores verde e amarela em homenagem à seleção brasileira e o cinquentenário do Iate. As peças, que receberam diversos elogios pela qualidade e similaridade com a camisa oficial, foram vendidas ao preço reduzido de R\$ 20, em tamanhos masculinos e femininos.

Para a tristeza dos brasileiros, nossa seleção deixou a Copa do Mundo precocemente. No Iate, ficaram registrados os momentos de alegria e a certeza de que torcer no Clube foi uma ótima pedida. Em 2014, terá muito mais! ➡



**“É a primeira vez que vejo a Copa aqui no Iate. Costumava ver em bares, mas hoje com meu filho pequeno escolhi assistir aqui. O ambiente familiar me trouxe e eu gosto muito dos eventos do Clube”**

Oswaldo Egídio Cabral



**“Nunca havia assistido a uma Copa no Clube, mas a minha expectativa é de se divertir e compartilhar a alegria, porque a tônica do Iate é a descontração”**

Hélio Paes Leme



# Temporada de alegria



POR TÂNIA HORMANN

**40<sup>a</sup>**  
**Colônia**  
**de Férias**  
 IATE CLUBE DE BRASÍLIA

**8<sup>a</sup>**  
**VELA**  
 NAS FÉRIAS  
 IATE CLUBE DE BRASÍLIA

A Colônia de Férias do Iate está entre os principais eventos do Clube. Tão famosa quanto a Festa Junina e o Réveillon, a Colônia também já é tradicional, e realizou, nestas férias de julho, a sua quadragésima edição.

“A Colônia atende uma média de 500 crianças em cada edição. Tem gente que vem de São Paulo, Rio, Goiânia. Tem pais que ligam do exterior tentando garantir uma vaga para que o filho curta a colônia depois de uma viagem. A procura é grande”, afirma Maria de Fátima Moraes Dantas, que nos últimos oito anos coordena o evento.

Durante duas semanas, o Clube todo se mobiliza para receber as crianças. O parque aquático fica reservado para as atividades ao ar livre, os professores ministram oficinas de teatro, capoeira, dança, patins e música. Há também a oficina de

moda, que conta com a participação de um instrutor de renomada escola de modelos da cidade. “Na oficina de moda, a criança aprende postura, modo de caminhar, treino de passarela. No encerramento, as crianças desta oficina apresentam um desfile, usando roupas da marca Pucc. Sem ônus para os pais”, esclarece Fátima.

Mas as crianças que participam do evento não passam esses 15 dias dentro do Clube. Há a previsão de passeios com as turmas divididas em grupos por faixas etárias e definidos de acordo com o interesse de cada faixa.

Nesta edição de julho, a organização programou uma ida à Fazenda Taboquinha para os maiores de 7 anos. O objetivo foi apresentar às crianças algumas delícias da vida rural: fazer queijo, tomar banho de rio, plantar muda de árvore.

Enquanto isso, os que estão entre quatro e cinco anos visitam a Mansão Catavento. “Este é um passeio que agrada muito. Os meninos brincam, lancham e se divertem bastante numa casa de festas no Park Way”, ressalta a coordenadora.

Outro ponto alto do evento é quando as crianças têm a oportunidade de passar uma noite dormindo no Clube. “As crianças entre 7 e 8 anos ficam ‘acantonadas’, como a gente diz. Elas dormem em salas, em colchões, usando a roupa de cama que trazem de casa. As maiores, de 9 a 14 anos, ficam mesmo acampadas”, explica Fátima.

É uma noite especial, de festa, o encerramento do encontro. Depois da apresentação de show para os pais, com tudo o que aprenderam ao longo das oficinas, há um jantar, os pais vão embora, e as crianças dormem no late.

“É uma experiência muito importante para as crianças, mexe com a confiança delas. A maioria que vem para a Colônia quer dormir aqui na última noite. É um momento em que a criança está com os amigos, longe dos hábitos de sua casa, do leitinho escondido... elas gostam muito desta aventura”, destaca a coordenadora.

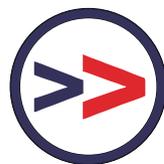
Junto com a Colônia tradicional, o Clube oferece, também, a Colônia de Vela. São duas semanas de aulas para 50 crianças. O único pré-requisito é a idade: de 8 a 12 anos. Não é preciso nem mesmo saber nadar.

Durante a primeira semana, os alunos aprendem a técnica que inclui marinharia, nós, perigos, entre outros segredos do mundo náutico. “Só na segunda semana é que os alunos velejam. As crianças ficam em dupla nos barcos. As que não sabem nadar fazem dupla com instrutores. A aula prática é toda monitorada por instrutores que acompanham os barcos a partir da lancha”, conta Fátima.

Assim como a Colônia tradicional tem uma festa em seu encerramento, a de Vela se encerra com uma regata que comemora as novas habilidades adquiridas por seus alunos.

“É muito bom trabalhar com este evento. Todos os quase 500 funcionários do Clube estão envolvidos direta ou indiretamente. Já recebi convites para trabalhar em outros clubes, com este tipo de evento. Mas não me animo. Aqui a organização dá segurança para nós que trabalhamos e para as crianças que são atendidas”, revela Maria de Fátima.

Realmente o evento dá segurança às crianças e aos pais. A Colônia tem assistência odontológica 24 horas, feita pela Odontologia Humanitária na Infância e Adolescência, e também pediatra de plantão. 🌟



**CULTURA  
INGLESA**

**SÓREPAROS**  
SUPER LOJA DA CONSTRUÇÃO



**www.dicasdacapital.com.br**  
GASTRONOMIA, TURISMO E LAZER EM BRASÍLIA



twitter.com/dicasdacapital

Cadastre-se e participe de sorteios de jantares, degustações de vinhos, fim de semana em hotéis, ingressos de shows e muito mais.

André Gil (61) 9988.6676 - Alexandre Menegale (61) 9984.5792 - Giselda Nascimento (61) 9985.5881





# 50 *motivos para* Amar *o Iate*

POR **JOÃO RODRIGUES**

**P**oderiam ser 100 ou mais. Contudo, a edição 45 da **Revista Iate** consultou vários associados que vivem o Iate há cinco décadas para elencar, juntos, 50 aspectos que fazem com que os sócios amem cada vez mais o Clube, que desde 1960 proporciona momentos inesquecíveis à família Iatista.

Criado para ser “a sala de visita da nova metrópole”, o Iate é reconhecido nacionalmente pela qualidade nos serviços prestados e por sua ampla estrutura. Meio século depois da sua fundação, o Clube se transformou em uma das melhores instituições de esporte, lazer e cultura do país. Além disso, o Iate reúne outras virtudes: referência em qualidade de vida, expressivas atividades culturais e sociais.

A seguir, a **Revista Iate** enumera meia centena de motivos para amar, gostar e se orgulhar do nosso Clube, fruto do sonho do ex-presidente, fundador de Brasília e patrono do Iate, Juscelino Kubitschek de Oliveira.



Em breve, o Espaço da Longevidade passará por melhorias

## 1 Qualidade de vida

*Investir na qualidade de vida dos associados é uma das principais metas do Iate. Seja qual for a idade, são inúmeras as opções de atividades que contribuem para a melhoria do bem físico, psicológico, emocional e dos relacionamentos sociais no nosso Clube. Entre elas, pode-se destacar o Espaço da Longevidade, próximo às Churrasqueiras. O local possui vários aparelhos de reabilitação e de atividade física. Além das opções de exercícios, no Espaço há bancos ergonômicos que permitem uma boa leitura e um agradável bate-papo.*

## 2 Segurança

Segundo pesquisa do Ibope, a segurança é o fator mais apontado pelos brasileiros quando questionados sobre os aspectos de maior relevância na hora de se divertir. Escolher um local seguro é prioridade para a maioria das famílias. No Iate, a segurança é garantida e os incidentes praticamente não existem, o que faz com que o Clube cada vez mais se torne referência no Distrito Federal.

## 3 Emiate

Há 10 anos, o Encontro Master do Iate (Emiate) proporciona melhoria da qualidade de vida para as faixas etárias acima de 50 anos, sem excluir os demais associados. São várias as ações voluntárias, atividades sociais, recreativas, culturais, esportivas e de lazer que, entre outros benefícios, contribuem para a integração da família Iatista.

## 4 Extensão das nossas casas

“O Iate é a minha segunda casa”. Essa é, sem dúvida, uma das frases mais repetidas por nossos associados que passam grande parte do tempo nas dependências da instituição. O Clube é considerado um dos mais completos do país. Além da excelente estrutura para lazer e esportes, os sócios encontram aqui diversas alternativas para fazerem do Iate a extensão de seus lares.

## 5 Espaço Saúde

Um dos pontos mais bonitos do Iate Clube de Brasília, o Espaço Saúde conta com uma área de 3.780 m<sup>2</sup> construída, dividida entre Academia, Sauna e Instituto de Beleza. Passam pelo local, diariamente, cerca de mil pessoas.

## 6 Ciate

Crianças de 4 a 12 anos podem passar o tempo que não estão na escola desenvolvendo atividades educativas e esportivas no Centro de Atividades Educacionais do Iate (Ciate). O espaço é composto por cinco salas de aula, dois banheiros adaptados para os pequenos, sala de informática, biblioteca, além das instalações de um dos melhores clubes do país.

## 7 Diversão nas Férias

A Colônia de Férias do Iate Clube de Brasília é uma das mais tradicionais do país. Garantia de diversão no período em que a garotada está longe das salas de aula, a chamada Temporada de Alegria oferece, durante duas semanas, passeios, brincadeiras lúdicas, oficina de circo, teatro, música, capoeira, patinação, jogos e muitas outras diversões para crianças entre 4 e 12 anos. Já a meninada de 8 a 14 anos pode, semestralmente, garantir o certificado de velejador mirim na Vela nas Férias.

## 8 Esportes

*A prática esportiva reduz os riscos de doenças, contribui para a melhor formação do corpo e na manutenção de uma vida saudável, entre outros benefícios. O Iate oferece ao quadro social uma ampla estrutura esportiva com ginásio, piscinas, campos de futebol, quadras de peteca, tênis, vôlei de praia, futevôlei e squash.*

Atletas do futevôlei disputam torneio





A banda Clube da Bossa Nova emociona no Quintas Culturais

## 9 Atividades Culturais

A área cultural é muito prestigiada pela família Iatista. Exposições, concertos, aulas e cursos são frequentes no Clube. Entre os destaques da Diretoria, está o projeto Quintas Culturais, que uma vez por mês proporciona diversão e boa música para os sócios e convidados. O Contador de Histórias é sucesso entre a criançada.

## 10 Opções Gastronômicas

Além de uma estrutura de esporte, lazer e cultura, nosso Clube oferece várias opções de alimentação, que vão desde uma refeição sofisticada, passando por petiscos até pratos leves e saudáveis. São mais de 10 pontos gastronômicos espalhados pelo Iate.

## 11 Arquitetura

A arquitetura do Iate chama a atenção dos apreciadores da técnica de projetar e edificar os ambientes habitados pelo ser humano. A otimização dos espaços e a beleza estética são os principais destaques dessa área, responsável pelo ordenamento dos 150 mil metros quadrados da nossa instituição.

## 12 Escolinhas Esportivas

O Projeto de Iniciação Esportiva do Iate proporciona integração entre a garotada e oferece melhor qualidade de vida para a família Iatista, pois além de colocar a criança em contato direto com o esporte, traz os pais para o Clube. A iniciativa beneficia mais de 1.300 crianças entre 4 e 17 anos, que podem praticar até dois esportes gratuitamente, sempre orientados por profissionais capacitados.

## 13 Excursões

A família Iatista também conta com passeios e viagens para vários cantos do país. Entre as últimas realizadas, merecem destaque as excursões para o Monte Pireneus (Cocalzinho de Goiás), no início deste ano. A próxima excursão programada será para a cidade mineira de Araxá.

## 14 Verde por todos os lados

A área verde é um dos orgulhos da família Iatista. Atualmente, nossa instituição é a mais arborizada do Distrito Federal. Vale destacar que o avanço só foi possível graças ao comprometimento de vários associados como o comandante Hernani Henning, grande incentivador da criação do Bosque, localizado próximo a área das Churrasqueiras.

## 15 Incentivo à arte

O Iate oferece cursos de artes/pintura para os sócios aperfeiçoarem seus conhecimentos ou descobrirem novidades em várias áreas. Quando os artistas expõem seus trabalhos no Clube, surge a chance de eles ministrarem oficinas para os sócios, o que é também uma oportunidade para o jovem talento.

## 16 Violino infantil

Uma vez por semana, o professor Zoltan Paulini ministra gratuitamente aulas de violino para a garotada na antiga Academia. Os encontros têm sempre a presença dos pequenos alunos do Ciate.

## 17 Conforto

A comodidade dos sócios é motivo de grande preocupação no Iate. Aqui, tudo é feito para que o conforto da família Iatista seja total. A tecnologia wireless, que permite acesso à internet sem cabos de rede, é um ótimo exemplo. O alcance chega, inclusive, até às embarcações dos sócios. Espaços como o Iate TV e o Instituto de Beleza também reforçam esse objetivo.





Sócias em momento de descontração

## 18 Ponto de encontro

*Encontrar os amigos para por o papo em dia num fim de tarde ou no final de semana é uma das atividades preferidas dos sócios. O Iate conta com diversas opções para essa turma, que aproveita os bares, a Orla, os restaurantes e, em especial, as Sextas Dançantes, que são gratuitas para sócios e seus convidados.*

## 19 Aula de dança

Retomado em março deste ano, o curso de dança de salão do Iate Clube de Brasília oferece aulas de samba, bolero, soltinho, zouk, salsa, tango e forró. Os encontros são geralmente bastante disputados entre os Iatistas.

## 20 Coro adulto e infantil

Bastante prestigiado pelos sócios, o coral adulto tem ensaios às quartas-feiras, das 19h30 às 21h30, na antiga Academia. Já a turminha do coral infantil se reúne às quintas-feiras, das 8h50 às 9h50, na antiga Academia. Os encontros dos corais, regidos pelo maestro Wellington de Almeida Barros, são gratuitos e têm as vagas limitadas.

## 21 Teatro e Circo

No curso de teatro do Iate, o aluno tem as principais dicas para uma boa atuação teatral e momentos de descontração. Nas aulas, os Iatistas passam por um processo de autoconhecimento e desenvolvimento cênico. As atividades circenses nas tardes de domingo são um espetáculo à parte

## 22 Atividades ecológicas

O incentivo às atividades ecologicamente corretas é permanente no Iate. Além de divertir as crianças, a iniciativa promove maior conscientização sobre temas como aquecimento global, reciclagem e coleta de lixo.

## 23 Campanha de Recicláveis

Entre outras atividades, a Campanha de Recicláveis incentiva a separação do lixo, o que evita a contaminação dos materiais reaproveitáveis, aumenta o valor agregado destes e diminui os custos de reciclagem. O recolhimento de materiais que são passíveis de serem reciclados envolve toda a família Iatista.

## 24 Responsabilidade ambiental

Desenvolvimento sustentável é uma prioridade no Iate. A incorporação da responsabilidade ambiental em sua estratégia de desenvolvimento é uma realidade no Clube. A preocupação com a preservação do meio ambiente está diretamente ligada às metas da atual gestão

## 25 Memorial

Demonstrando ser cada vez mais um Clube completo, o Iate mantém viva sua história, que em diversos momentos se confunde com a da capital federal. No Memorial, localizado na antiga Sede, é possível ter acesso ao acervo Iatista, composto por fotografias, troféus, móveis, documentos históricos e culturais.

## 26 Diversão para a terceira idade

O Iate reconhece a importância da diversão e do lazer na terceira idade. São vários os eventos organizados especialmente para este público. No nosso Clube, a maioria dos sócios que passou dos 60 anos tem uma vida agitada, repleta de atividades físicas e eventos. O Emiate é o grande responsável por essa evolução.

## 27 Confrarias

O clima de descontração sempre toma conta dos participantes nas edições de confrarias realizadas pelo Iate. Entre as principais, estão o almoço preparado pelos mestres cuca Panterra Beg e Túlio e o *Emiate Confraria*, onde os *chefs de cuisine* Mario Sergio da Costa Ramos, comodoro do Iate, e Eliana Linhares participaram da última edição e ensinaram os sócios como se prepara uma verdadeira paella espanhola. Há também grupos de degustação de vinho que se reúnem regularmente.

# O aniversário é nosso, mas quem ganha é você



Saquê Azuma Kirin Doirado

Reservas antecipadas,  
acima de 6 pessoas,  
**GRÁTIS** uma garrafa de  
saquê. Aniversariante  
**GRÁTIS** um buffet  
no almoço ou  
rodízio no jantar



MVOX

**O melhor restaurante japonês de Brasília**  
(indicado na Veja Brasília 2010/2011)

Música ao vivo, sextas e sábados a partir 20h30  
Voz e Violão com Cláudio Truzzi, Max Totó e Tutti



**Mitzu**  
RESTAURANTE JAPONÊS

116 Sul, Bloco "C"  
Reservas: 3245 1780

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





No nosso Clube, a votação é feita por meio de urna eletrônica

## 28 Democracia

*Tradição na capital federal, o processo eleitoral Iatista é um dos marcos da nossa instituição. Quando Brasília não escolhia o governador pelo voto direto, durante o regime militar, a única forma de exercer a democracia eram as eleições do Iate Clube. A Comodoria e o Conselho Deliberativo são os órgãos que comandam a administração do Iate. A cada dois anos, são realizados novos pleitos.*

## 29 Melhor área náutica da cidade

Para os amantes dos esportes náuticos, a Marina do Iate Clube de Brasília oferece toda a estrutura para veleiros, lanchas e jet-skis. Atualmente, conta com uma das maiores frotas de embarcações do país e a maior do Distrito Federal. O espaço também possui boxes, sala de treinamento e um quiosque perfeito para relaxar após as regatas. Além disso, o Clube também oferece aulas de windsurf para os associados.

## 30 Competições esportivas

Muito procurado pelos maiores organizadores de eventos esportivos, só neste ano, o nosso Clube já recebeu competições como o Vernet Open e o ITF Seniors, importantes torneios de tênis internacionais. Na peteca, recebemos uma das principais competições do país: a Copa JK. Com jogos de altíssimo nível técnico, a disputa atraiu um bom público ao Ginásio do Iate.

## 31 Grandes Regatas

Mesmo sendo um clube localizado longe da costa marítima, o Iate possui uma infraestrutura para sediar competições náuticas importantes, como é o caso da 48ª Semana Pré-Olímpica de Vela e da edição 2010 da Copa da Juventude, realizadas no início deste ano. O próximo grande evento náutico será o Campeonato Brasileiro de Match Race, entre 11 e 19 de dezembro de 2010.

## 32 Melhor Orla da cidade

A praia de Brasília! Assim é conhecida a Orla do Iate Clube de Brasília, um dos mais bonitos e bem cuidados espaços à beira do Lago Paranoá. No local, os sócios desfrutam de momentos agradáveis, com toda uma estrutura voltada para melhor atender familiares e convidados. Disponibilizamos cerca de cinco mil peças em seu mobiliário. Entre elas, estão cadeiras de plástico e ferro, espreguiçadeiras, mesas e guarda-sóis. Tudo sob a supervisão, o apoio e a segurança dos nossos funcionários.

## 33 Cuidado com a saúde

O Serviço Médico não apenas realiza exames para utilização das piscinas, mas também possui técnicos de enfermagem que fazem procedimentos importantes, como testes de glicemia capilar, curativos, aferição da pressão arterial, entre outros. Frequentemente, em convênios com laboratórios, oferecemos serviços de medicina preventiva aos sócios.

## 34 Complexo Infantil

Desde a época de sua fundação, nossa instituição se preocupa em ter uma estrutura voltada para as crianças. Por isso, além do parque aquático, o Iate dispõe de parquinhos distribuídos em vários pontos do Clube. Nossa estrutura infantil proporciona momentos especiais para as crianças, sem deixar de zelar pela segurança dos pequenos. Também oferecemos berçário, brinquedoteca e sala de jogos.

## 35 Eventos sociais

*Na organização de eventos, o Iate dá um show à parte. Entre os principais estão o tradicional Réveillon, o Baile da Folia e a Festa Junina, considerada o melhor arraial da cidade. Outro destaque é o Luau do Iate, que neste ano terá a banda Roupas Nova como a atração principal. O evento será na noite de 13 de agosto (sexta-feira).*

A banda Forró Lunar se apresenta na Festa Junina 2010





Alunos do Ciate visitam a exposição de Luiz Dania

## 36 Exposições

A exibição de trabalhos de artistas de todo o Brasil é constante no Iate. Com isso, além de oferecer cultura para o quadro social, nosso Clube incentiva a formação de novos artistas. As exposições de Luiz Dania e Roberto Freire foram sucesso entre os Iatistas nos últimos meses.

## 37 Contador de histórias

No terceiro domingo de cada mês, de 11h às 12h, o Contador de Histórias está no gramado em frente à Secretaria de Esportes para animar a criançada. Apesar de variados, os temas englobam especialmente datas comemorativas. A linguagem lúdica e a diversidade de exemplos soltam a imaginação dos pequenos Iatistas.

## 38 Sauna

Para compensar a correria do dia a dia, a Sauna do Iate, localizada no Espaço Saúde, oferece momentos de relaxamento com capacitados profissionais. Massagens relaxantes ou ayurvédica, drenagem linfática e shiatsu são serviços disponibilizados ao quadro social diariamente. Durante a semana, a partir das 9h10, os sócios podem ser atendidos.

## 39 Informação de qualidade

Quando o assunto é informação, o Iate é referência em qualidade. Prova disso, foi a medalha de prata que a **Revista Iate** conquistou no 11º Prêmio Jorge Salim, considerado o mais importante da região Centro-Oeste e o segundo maior do país no setor gráfico. Na mesma premiação, o Jornal do Iate foi condecorado como o terceiro melhor na categoria Jornais de Circulação Periódica em todo o Centro-Oeste.

## 40 Espaço da Sinuca

O Espaço da Sinuca reúne desde profissionais a aprendizes em momentos de muita diversão. O local tem uma estrutura moderna e confortável, com ar-condicionado, televisão, além de um experiente monitor para ensinar técnicas do esporte.

## 41 Ouvidoria

A Ouvidoria é a principal ferramenta de gestão da atual Diretoria. O canal de comunicação cadastra, organiza e repassa aos diferentes órgãos da administração as manifestações provenientes dos sócios, funcionários, concessionários e prestadores de serviço, exercendo controle e acompanhamento das reclamações, queixas e elogios.

## 42 Transparência

Por meio do [www.iatebsb.com.br](http://www.iatebsb.com.br), os associados podem acompanhar a aplicação dos recursos e a execução dos projetos do Iate Clube de Brasília. O portal dá mais transparência a esse processo, o que nunca aconteceu na história da nossa instituição. A página também tem um sistema capaz de disponibilizar informações detalhadas sobre diversas medidas da Comodoria e do Conselho Deliberativo.

Iate: o local ideal para seu momento de diversão



## 43 Lazer

A diversão e a descontração tornam-se cada vez mais importantes no combate ao stress. Sem dúvida, o Iate Clube de Brasília é o local ideal para descansar nos dias de folga ou passar o tempo livre em um dos mais agradáveis pontos da capital federal.



Na Academia do Iate, a malhação tem vista para o Lago

## 44 Academia

A Academia do Iate impressiona quem vem queimar as calorias por aqui. A exclusiva vista para o Lago Paranoá e ampla estrutura de aparelhos e modalidades são os destaques do local, que atualmente tem matriculados cerca de 2.500 alunos de todas as faixas etárias.

## 45 Serviços Online

Entre as comodidades oferecidas aos associados está a opção de detalhamento de extratos mensais, atuais e anteriores. Ao acessar o campo “Serviços Online”, no site [www.iatebsb.com.br](http://www.iatebsb.com.br), também é possível fazer, além das reservas de Churrasqueiras, emissão de convites, atualização dos dados cadastrais e impressão da segunda via do boleto bancário da mensalidade. Se você ainda não possui a senha de acesso, passe na Secretaria Social e peça já a sua. O cadastro é gratuito e efetivado na hora.

## 46 Piscina do Feijão

Um dos pontos mais freqüentados pelos banhistas no Iate, a Piscina do Feijão, foi a primeira a ser construída no nosso Clube. Inaugurada no dia 23 de abril de 1961, o local foi totalmente reformado em 2001, mantendo, entretanto, o desenho original, de onde saiu o seu nome.

Em 2011, a Piscina do Feijão completa 50 anos



## 47 Iate TV

Um espaço aconchegante, especialmente voltado para a leitura e descanso. Assim pode ser definido o Iate TV, um local com computadores conectados à internet, televisão, várias assinaturas de revistas e jornais à disposição da família Iatista. O Iate TV também conta com bebedouro elétrico, café expresso e sala de estudos. Todos os serviços são oferecidos gratuitamente para os Iatistas

## 48 Pesca

Recentemente, o Iate Clube de Brasília reservou aos sócios uma área exclusiva para pescaria. A prática de pesca recreativa com anzol está permitida no píer em frente às Churrasqueiras. A medida atende ao interesse de vários associados que desejavam um lugar no Clube para fisgar os peixes do Lago. Os peixes mais pescados no local são Carpa, Tucunaré, Tilápia e Traíra.

## 49 Espaços para grandes, médios e pequenos eventos

Inaugurado em 3 de abril de 1975, o Salão Social é motivo de orgulho para a família Iatista. Construído em um dos locais mais bonitos do Clube, o espaço é palco dos maiores eventos da nossa instituição e um dos principais da cidade. Já a antiga Sede, que marcou momentos de muitos Iatistas nos últimos 50 anos, é, atualmente, um dos pontos de maior procura para festas. Os motivos para isso são a excelente localização e o ambiente refinado e aconchegante.

## 50 Churrasqueiras

Nada melhor do que fazer aquele churrasco no final de semana, não é? Pois bem, no Iate Clube de Brasília o sócio pode desfrutar de uma área com 21 churrasqueiras, além de uma vista exclusiva para o Lago Paranoá. As reservas de churrasqueiras podem ser feitas na Secretaria Social ou pelo site do Iate. 

# A MELHOR CONEXÃO, O MELHOR HORÁRIO DE VOO, O MELHOR PREÇO.

*Consulte a Interline antes de viajar.*

Pacotes para Las Vegas, Nova York, Miami, Buenos Aires, Bariloche, Cancun e Europa.



### Atendimento VIP com cafezinho e champagne

Venha discutir o seu plano de viagem na nossa loja e tomar um cafezinho ou champagne para brindar um bom início de viagem.



### A Interline busca você em casa

Comprando uma passagem internacional na Interline você adquire o direito de ser transportado da sua casa até ao aeroporto de Brasília em veículos confortáveis e seguros. Basta agendar conosco o uso deste serviço único na cidade. Uma comodidade para clientes individuais ou em grupos.

**interline**  
turismo

Liberty Mall - Torre B - Sala 924 - (61) 3962-4000 (estacionamento gratuito)



# Uma prefeitura chamada **Late**

A gestão de um dos melhores clubes do país pode ser comparada, em muitos momentos, à administração de uma cidade. Com um orçamento anual em torno de 20 milhões de reais, a administração do late é diversas vezes similar à de um município: no Clube, o comodoro é o prefeito. O Conselho Diretor reúne os representantes dos diferentes setores – como os secretários municipais. E o Conselho Deliberativo tem poder parecido com o de uma Câmara de Vereadores: fiscaliza os gastos da administração, vota mudanças no Estatuto e analisa propostas da Comodoria.

A pequena cidade late busca oferecer ao seu quadro social conforto, segurança e qualidade de vida. Desde a sua inauguração, em 5 de abril de 1960, o late Clube de Brasília passou por muitas transformações. Do terreno plano e vazio até a área que

possui hoje, com cerca de 150 mil metros quadrados, divididos em quadras, campos de futebol, área náutica, salões de festas e verde por todos os lados, a instituição é referência em lazer, esporte e cultura. Essas mudanças só foram realizadas pelo empenho e determinação dos diversos administradores que dedicaram parte do seu tempo e de sua vida na construção de um late cada vez melhor. Essa linha administrativa foi passada de geração em geração e segue até os dias de hoje, em que o Clube é conduzido pelo comodoro Mario Sergio da Costa Ramos, cujos principais lemas são: transparência e excelência.

O late, como seu patrono Juscelino Kubitschek definiu, é a “sala de visitas da nova metrópole”. Ser sócio do late Clube de Brasília é sinônimo de qualidade de vida, prazer e bem-estar. Ter

um título do Clube passou a ser também um excelente negócio. A valorização da cota patrimonial foi expressiva nos últimos anos. Em 2006, por exemplo, o título custava R\$ 14 mil e, em junho de 2010, alcançou R\$ 63.810. Atualmente, o número de integrantes do quadro social chega a mais de 15 mil, entre sócios e dependentes. Para atender toda a estrutura e seus frequentadores, a instituição conta com 466 empregados.

O late Clube de Brasília também dá a sua contribuição para a sociedade por meio de ações de responsabilidade social e ambiental. Com o projeto Reciclagem Solidária são realizadas coletas de jornais, revistas, garrafas plásticas e óleo de cozinha já utilizado. Além disso, o grupo Amigos Voluntários, do Encontro Master do late (Emiate) arrecada alimentos não pere-



cíveis e faz doação para creches, asilos e instituições carentes do Distrito Federal e entorno.

O late também é referência na realização de eventos. Entre os principais estão o tradicional Réveillon, a Feijoada Pré-Carnaval, o Baile da Folia, a Matinê da Alegria e a Noite do Cuba Libre, além de exposições, apresentações de músicos da cidade, shows com nomes de sucesso no Luau do late, como a banda Roupas Nova, que se apresenta no dia 13 de agosto. A festa junina é considerada a melhor da cidade. São três noites de animação e muita diversão, que reúnem um público de diferentes idades.

Constantemente, o late investe em recursos para minimizar os gastos de energia. Exemplo disso foi a aquisição de um terceiro grupo gerador, que, juntamente com os outros dois já existentes, produz 100% da energia consumida pelo Clube no horário de pico, das 18h às 22h, de segunda a sexta-feira. Para melhor atender os sócios foi implantado o sistema de rampeamento, que permite a transposição da energia da Companhia Energética de Brasília (CEB) para os geradores do

late, sem queda de tensão durante a troca de frequência. Os geradores entram em operação, dispensando o fornecimento da CEB no horário de pico, cujo preço é mais caro. Após este horário, os geradores repassam o consumo de energia gradativamente para a Companhia. Além da economia, tal procedimento aumenta a vida útil dos equipamentos eletroeletrônicos.

O projeto de formação esportiva, implantado há alguns anos, merece destaque. Com o sucesso das várias modalidades, o late mostra que é possível educar a criança em um meio saudável e ainda despertar nos jovens o desejo de se tornar um atleta campeão.

Esse investimento no esporte é sempre bem recompensado, pois com as escolinhas, o Clube trouxe os filhos dos sócios para um ambiente seguro, onde ele conviverá com os amigos em uma comunidade fraternal que possui valores sociais bem sedimentados.

Para Mario Sergio da Costa Ramos, administrar o late Clube de Brasília requer dedicação e empenho. “Aliado a muito amor por essa instituição. O late é a extensão da casa de vários associados. Eles encontram no Clube

uma gama de atividades em diversos setores, que realizam eventos, onde podem praticar seus esportes e assistirem a seus espetáculos de cultura. Aqui, eles têm um convívio salutar e harmonioso com os amigos, uma superestrutura para a prática de esportes e eventos sempre bem organizados”, destaca o atual comodoro do late. 🏆

## ELEIÇÕES:

O processo eleitoral do late é tradição na capital federal. Durante o regime militar, quando Brasília não escolhia no voto direto o governador, e muito menos se cogitava a instalação de uma Câmara Legislativa, a única forma de exercer a democracia era a eleição para comodoro do late Clube de Brasília, que até os dias de hoje continua sendo disputadíssima. No último pleito, 1.720 sócios patrimoniais foram às urnas. Além disso, a eleição foi marcada pelo maior número de votos que uma chapa recebeu (1.030) e a mais alta diferença entre concorrentes (348 votos, um total de 60,16%).

# Seduzir é uma Arte

PALESTRA DE IARA NÁRDIA ABORDOU TEMA INÉDITO NO IATE CLUBE DE BRASÍLIA

No dia 25 de junho (sábado), 120 mulheres presenciaram a palestra da terapeuta sexual e professora de artes sensuais Iara Nárdia, no Salão Social do Iate. O evento, organizado pelo Emiate, vetou a presença masculina no local, com exceção de Joe Valle, que falou sobre os benefícios de produtos orgânicos antes da entrada da palestrante, e do comodoro Mario Sergio da Costa Ramos, que fez o sorteio de diversos brindes das empresas parceiras ao final do encontro.



*Iara Nárdia, Mario Sergio da Costa Ramos e Eliana Caram no momento do sorteio de brindes*

Esbanjando sensualidade num vestido preto, justo, longo e decotado, Iara Nárdia abordou diversos temas para que as mulheres aprendam a usar seu poder de sedução, conquistem o amado ou deem a volta por cima numa traição, assim como ela.

De acordo com a terapeuta, a mulher precisa ser segura de si e nunca colocar um homem como prioridade na vida. A autoestima é primordial na mulher. “A mídia faz propagandas de mulheres perfeitas. O que na verdade não existe, não é real. E com isso acabam com as mulheres em casa que têm problemas de autoestima. Então, quando elas chegam ao meu curso dizendo que querem fazer por causa do homem delas, eu mando voltar pra casa. Porque a mulher tem que vir por causa de si própria”, destaca Nárdia.

Outra dica é não deixar a vaidade de lado com o passar do tempo, o que é comum ao longo do casamento, segundo a professora. “Sempre temos que ficar bonita para nos

sentirmos bem com nós mesmas e com nossos maridos. Minhas alunas que saem de casa com tênis no pé, eu digo para ir embora para casa imediatamente”, brinca.

A professora de artes sensuais Iara Nárdia insiste para que as mulheres aprendam a ser amantes dentro de casa. “Desde pequenas, as meninas são ensinadas a serem boas esposas, mas podem também representar o papel de amante”, ensina Iara.

A principal lição é que o ser humano precisa se amar para depois investir no outro. E isto os especialistas confirmam: quando a própria pessoa não se gosta, dificilmente vai sentir-se capaz de atrair alguém que considera interessante. Outra mensagem fundamental é que exercer a vaidade não é sinal de futilidade, mas de autoestima e respeito próprio.

## **Tudo começou numa traição**

Iara Nárdia casou-se aos 17 anos completamente apaixonada por

um homem chamado Rômulo. A união durou 10 anos. Durante o casamento, sofreu muito. “Rômulo me traía, mas eu fingia que não via, porque o amava. Eu o tinha como a pessoa mais importante da minha vida. Não tinha autoestima, era submissa e ele me mantinha sob controle”, lembra.

O ex-marido não a deixava estudar ou trabalhar. Na relação, tiveram um filho. Quando ele completou um ano, decidiu se divorciar. “Mesmo

com todos os problemas que tínhamos, eu me separei amando o Rômulo”, recorda. Então, foi para Recife, onde tentou o suicídio na praia de Boa Viagem, mas fracassou.

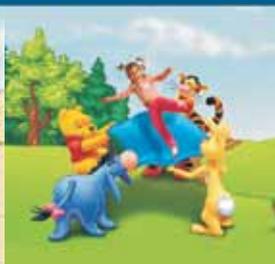
Em casa, depois do episódio, se olhou no espelho por horas. “Daí coloquei o tênis, vesti uma calça jeans, uma camiseta e fiz um coque no cabelo pela última vez na minha vida”, sentenciou Iara Nárdia. A partir deste momento sua vida mudou. Chamou o irmão para que a levasse na pior casa de prostitutas de Recife e lá procurou a mais antiga de profissão. “Olhando em seus olhos, perguntei: o que você tem que eu não tenho? Ela me respondeu: tudo. Despertou-me uma curiosidade tal que comecei a pesquisar, acompanhada por meu pai ou meu irmão, casas de prostituição, casas de swings. O que as pessoas faziam, o porquê, do que gostavam”.

Todas as pesquisas a tornaram professora de artes sensuais, consultora e uma profunda conhecedora do assunto, com trabalho reconhecido em todo o país. ✨



# Faça suas fotos com fantásticos efeitos especiais!

*Diversos temas a sua escolha!*



**Promoção!**

Por apenas R\$250,00  
ou 2 x R\$125,00

**Você leva:**

- Sua produção em alta resolução em CD
- Uma foto 30x40cm

[www.florianoamorim.blogspot.com](http://www.florianoamorim.blogspot.com)

Fotos Gestantes • 15 anos • Books

9212 7008

*Ideal para decoração de espaços e festas*

# Arte contemporânea na antiga Sede

**DURANTE UMA SEMANA, A EXPOSIÇÃO DO ARTISTA PLÁSTICO ROBERTO FREIRE FOI SUCESSO DE VISITAÇÃO**

A arte do pernambucano Roberto Freire coloriu a antiga Sede do Iate, de 1º a 7 de junho. Não era preciso ser profundo conhecedor de pinturas para admirar o estilo do artista. O trabalho contemporâneo, que mistura o figurativo, o moderno e o cubismo, recebeu diversos elogios e fez sucesso entre os sócios do Clube.

A abertura da mostra, em 1º de junho, às 20h, contou com a presença de mais de 100 pessoas, entre associados e convidados. A ocasião previa o que estava por vir. Somente nesta noite de solenidade, 11 telas foram adquiridas e o artista bateu recorde de vendas no Iate. “Apesar do pouco espaço de tempo, a exposição foi muito boa e gerou ótimos resultados. O pessoal do Iate foi bastante acolhedor”, conta Freire, que vê novas perspectivas após a exposição no Clube.

Esta foi a primeira vez que o pintor esteve na cidade, nos 30 anos de carreira profissional. A Região Nordeste era onde ocorria grande parte de suas exibições. “Brasília me deixou ótimas lembranças e já quero voltar. Aqui me rendeu boas oportunidades de trabalho”, relata o artista. “Agora vou deslanchar”, acredita.

Foi em seu ateliê fixo, na Praia da Pipa, no Rio Grande do Norte, que conheceu o Iatista Arnaldo Gomes. A proposta para vir a Brasília partiu da admiração deste sócio. Quando Roberto menos esperava recebeu ligação de Gomes para confirmar a vinda. Não hesitou em aceitar o convite e chegou com duas mostras marcadas.

A capital federal reconheceu o talento de Roberto Freire e a volta para Brasília está confirmada. Será no próximo ano, com maior duração e novo tema: romantismo. “Senti que gostaram dos trabalhos românticos e vou trazer uma nova série deles na próxima mostra”, adianta o artista plástico.

A expressividade dos rostos retratados nas telas toca o espectador. Os traços marcados pelos contornos negros harmonizados com as cores vibrantes e as formas geométricas caracterizam as pinturas, que demoram de um a três dias para serem produzidas. Roberto Freire vem de família de artistas e sua inspiração está no cotidiano. As viagens, os encontros e as visões do dia a dia viram arte nas mãos do pintor. ✨

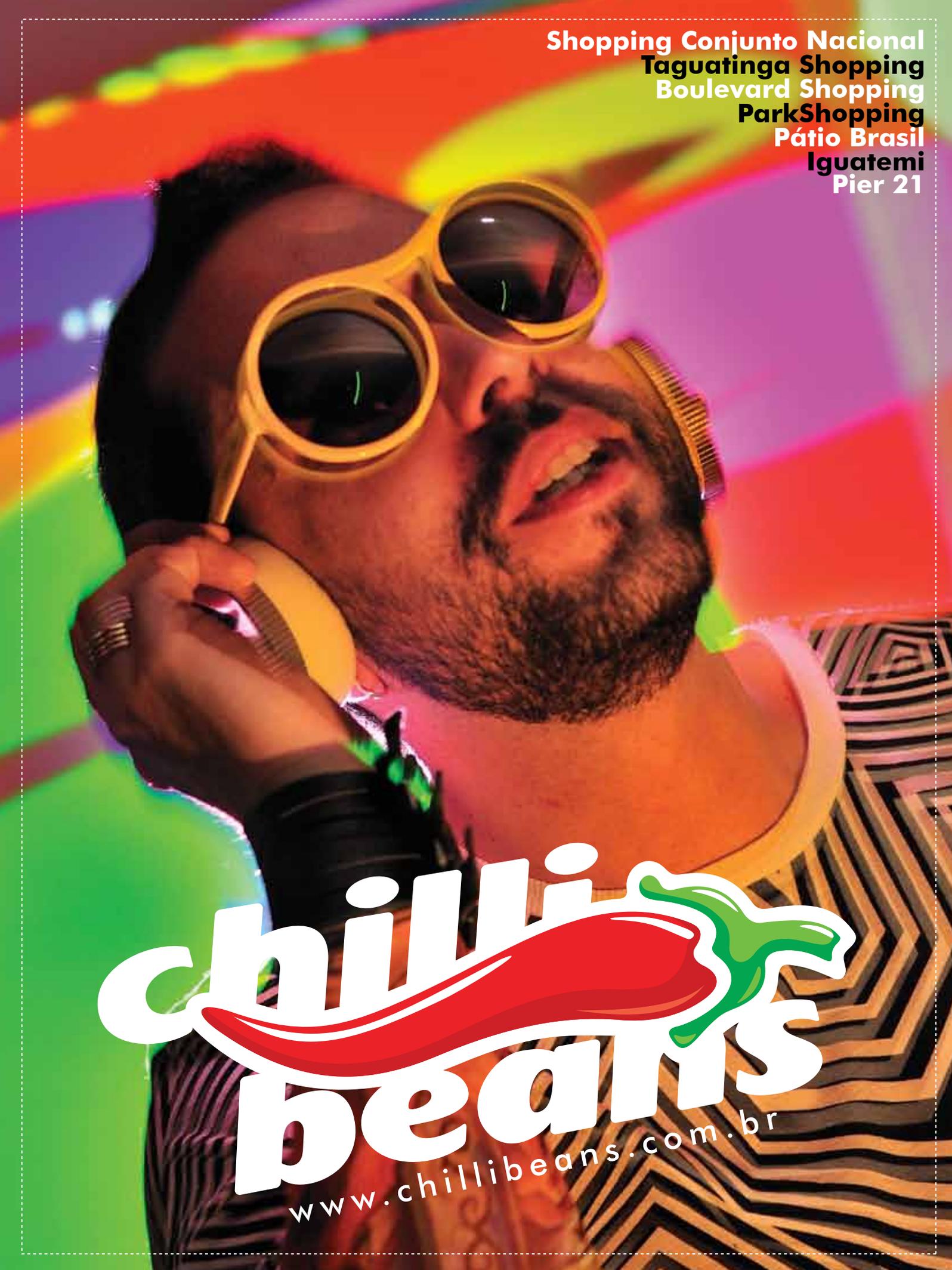


## Ciate visita exposições

Para inserir as crianças no mundo da arte, os alunos no Ciate visitaram a exposição de Roberto Freire em 2 de junho. As cores vivas chamaram a atenção dos pequenos, que puderam descobrir a beleza das pinturas. O grupo já havia presenciado outra exposição, em 11 de maio. Dessa vez, as imagens apreciadas foram do artista plástico e sócio Luiz Dania. O pintor considerou a presença da meninada como um dos melhores momentos da mostra, que ocorreu de 5 a 12 daquele mês. A exposição, intitulada Traços, Cores e Homenagens, contou com a participação de 200 pessoas na abertura, realizada na antiga Sede, e com uma apresentação de tango.

Os próximos expositores do nosso Clube contarão com a participação dos pequenos do Ciate, que apesar do tamanho, possuem senso crítico de gente grande.

Shopping Conjunto Nacional  
Taguatinga Shopping  
Boulevard Shopping  
ParkShopping  
Pátio Brasil  
Iguatemi  
Pier 21



**chilli  
beans**

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

# Renato Russo recebe homenagem no Iate

**As músicas do líder do Legião Urbana, que completaria 50 anos junto com Brasília e com o Iate, deram o tom no Quintas Culturais**



A banda Quatro Estações atraiu grande público ao Salão Social

A edição de maio do projeto Quintas Culturais, realizada no dia 13 daquele mês, foi marcada por momentos de emoção. O tributo em homenagem a Renato Russo reuniu 300 pessoas no Salão Social do Iate e trouxe presença ilustre: Maria do Carmo Manfredini, mãe do cantor e compositor.

A ocasião aconteceu quatro dias após o Dia das Mães. A convidada especial recebeu placa de agradecimento das mãos do comodoro do Iate, Mario Sergio da Costa Ramos, pela contribuição à mú-

sica dada pelo seu filho, um dos maiores ícones do rock brasileiro. Também estava presente Carmem Tereza Manfredini, irmã do líder do Legião Urbana.

“Essa homenagem do Iate em especial foi uma surpresa porque eu não esperava que o Clube lembraria do Renato. Mas como é festa de 50 anos do Iate, de Brasília e do Renato, eu acho que foi uma homenagem bem oportuna. Renato é Brasília e cantou Brasília. Foi uma surpresa bastante agradável”, enfatiza Dona Carminha, como é conhecida.

O serviço de *buffet* completo pôde ser degustado nos momentos que precederam a atração principal da noite. Às 21h, a banda Quatro Estações, cover do Legião, entrou em cena. O público tomou o espaço da pista de dança e a cada música os gritos e palmas aumentavam, assim como o coro e a animação. A semelhança vocal e a caracterização visual são destaques da banda. Dona Carminha, que já conhecia o trabalho do grupo, não deixou de se emocionar com a interpretação do vocalista Celso Andrade.

Os maiores sucessos do Legião não faltaram na festa. Pedidos da plateia também foram atendidos pela Quatro Estações. “Curti muito o show e pude me recordar dos tempos de adolescente. As músicas faziam com que voltássemos no tempo, relembrando e eternizando os bons momentos do rock brasileiro”, declara a sócia Cláudia Abate. “A banda já estava terminando e ninguém queria que ela parasse de tocar. Queríamos bis!”, ressalta.

O Tributo a Renato Russo faz parte do calendário de comemorações do cinquentenário Iatista. Completar cinco décadas de existência juntamente com a capital que foi





berço do sucesso do cantor é uma honra para o Iate Clube de Brasília. Se estivesse vivo, Russo também completaria 50 anos em 2010. “Brasília é o melhor lugar do mundo. Aqui, tudo o que imaginei se concretizou. Queria fazer parte da história da cidade e realizamos esse sonho, que era meu. Brasília foi uma fase muito boa e uma ótima influência para Renato. Estamos aqui há 37 anos”, ressalta a mãe do mito do rock nacional.

Mesmo após quase 14 anos de sua morte, em 11 de outubro de 1996, a figura do vocalista continua forte. A procura pelos ingressos da edição de maio do Quintas Culturais foi alta e todos foram adquiridos, a maioria antecipadamente. A cada evento, o projeto se firma como a melhor opção nas noites de quinta-feira. A próxima será em 26 de agosto, com Noel Rosa e apresentação do Coro Adulto do Iate. ✨

*Adolfo de Mello*

**“A noite está maravilhosa. Renato Russo é a cara de Brasília. São 50 anos de Brasília e do Iate com essa homenagem tão bacana. Estamos aqui curtindo com os amigos. Eu ouvi o ensaio e parecia que estava ouvindo o Renato, que é um dos ícones da música brasileira. Estava ansioso para ver esse show. O Iate sempre busca proporcionar muita alegria, descontração e confraternização e sempre cria coisas bem interessantes, que tem tudo a ver com Brasília”**

embarque nesta

# LIQUIDAÇÃO

**No LIMITS**  
SPORTSWEAR

106 Sul - 203 Sul - Terraço Shopping - Corpo 4 Asa Norte - Run Way Lago Norte - Run Way Sudoeste  
3244 9622 3322 2113 3964 9908 3039 2409 3037 2409 3034 0446



A interatividade  
do mundo virtual no mundo real.



[enox.com.br](http://enox.com.br)



**enox**

# Sexta Dançante reúne sócios

Ambiente agradável, descontração e um show de alto nível. Assim pode ser definida a primeira edição da Sexta Dançante, um estilo de evento onde o sócio é incentivado a trazer sua bebida, seu petisco preferido e seus amigos. A boa música fica por conta do Iate.

Realizada na noite de 28 de maio (sexta-feira), a confraternização teve como atração principal a banda Blackbird, que apresentou o melhor dos anos 1960, 1970, 1980 e 1990. O show teve a duração de três horas e contou com o repertório de inesquecíveis canções nacionais e internacionais.

Acesse [www.iatebsb.com.br](http://www.iatebsb.com.br) e confira as fotos.



## BLACKBIRD BAND

Entre os destaques da Blackbird Band está a versatilidade de seus integrantes na interpretação de músicas que marcaram as últimas cinco décadas. Formada por Jefferson Ricardo (vo-

cal), Claudio Truzzi (voz e violão), Aland Carvalho (voz, violão e guitarra), Edi (contrabaixo), Vinicius (saxofone) e Gian (bateria), a banda arrancou muitos aplausos do público.

Para o *band leader* e idealizador do grupo, Jefferson Ricardo, a intenção da Blackbird é apresentar-se em clubes, teatros e pubs. “Ou onde houver pessoas dispostas a viverem felizes momentos de boa música nacional e internacional, apresentando um painel musical raras vezes visto em Brasília. Enfim, a Blackbird está aí para preencher uma lacuna existente em muitos corações apaixonados, ansiosos para viver momentos de muito prazer ao som eterno das mais lindas canções”, destacou Jefferson, que é músico desde os 15 anos.



# *A melhor Festa*



# Junina é aqui!

A EDIÇÃO 2010 MESCLOU OS TEMAS COPA DO MUNDO E O CINQUENTENÁRIO DE BRASÍLIA E DO IATE.

O arraial mais aguardado de Brasília, novamente, mostrou porque é o melhor da cidade. Opções para todos os gostos e idades caracterizaram a Festa Junina do Iate e fizeram da comemoração o lugar perfeito para curtir bons momentos com a família.

“A festa é tradicional e sempre muito boa. É ótimo para encontrar amigos antigos e agregar as famílias. É a melhor de Brasília, principalmente na segurança e variedade de comidas”, salienta o conselheiro do Iate, Henrique Alencar.

Com realização nos dias 10, 11 e 12 de junho, a festa não deixou a desejar. Os fogos de artifício deram um show à parte nas três noites de evento. Momentos antes das atrações principais, o céu era tomado pelos efeitos de luzes e cores. Todos paravam para apreciar.

No primeiro dia, os Iatistas marcaram presença. O público aproveitou o ambiente agradável e curtiu com conforto as apresentações da quadrilha Formiga da Roça e da dupla sertaneja Brunno e Matheus. Na sexta-feira (11/6), não faltou animação com o show da banda Forró Lunar, que fez os casais dançarem juntinho. A quadrilha Mala Veia levantou o público com a originalidade das coreografias. No sá-

bado (12/6), a presença de Roniel e Rafael e da quadrilha Ribulção finalizaram a festa em grande estilo. Nos três dias, a festança contou com a animação do DJ Renê Ricochet e apresentações do grupo de dança Montana Country

A festa junina deixava o público em dúvida do que iria degustar, tamanha a diversidade gastronômica. Eram 22 barracas de comida para satisfazer os gostos mais exigentes. As escolhas poderiam variar desde *temaki*, *fondue* e *paella* a pizza e cachorro-quente, sem deixar de lado as deliciosas comidas típicas. “Só o Iate proporciona essa grande variedade de comidas”, destaca o Iatista Maurício Corte Real.

Opções de bebidas não faltaram: vinho, *whisky*, quentão, caipirosca, chope, pinga com mel, chiboquinha, capeta e até champagne poderiam ser consumidos, além de cerveja, refrigerante, água, entre outros.

Sorteio de diversos brindes, inclusive passagens aéreas para o exterior (somente entre sócios), foram motivo de alegria para os pequenos e também para os maiores. Fazendinha, Brinquedoteca, Feira de Artesanato, Stand dos Esportes e Ilha dos 50 anos fizeram diferença para o arraial do Iate firmar-se como o mais completo da capital.



“A Festa Junina do Iate é a melhor festa dos clubes de Brasília. É muito bem organizada, com atrações diversas, comidas variadas, pessoas educadas, ambiente familiar e podemos ganhar muitos prêmios. Para a família, é a melhor opção. A organização é excelente e o pessoal que trabalha é muito bom e educado”

*Moisés do Espírito Santo Jr.*





**“A festa está maravilhosa!  
O late é nota 10 em  
organização, qualidade e  
nível, sem falar do bem-  
estar, tranquilidade,  
beleza e bom gosto. Aqui  
é minha casa e é como se  
reunisse a minha família”**

*Joana Darck Pereira*





**"A festa é sempre excelente e faz parte do nosso calendário. Adoro o ambiente familiar e a organização é impecável. Venho todos os anos. Trago meu filho desde pequeno e tenho segurança de deixá-lo solto"**

*Claudete Teixeira*



# Grill & Cia<sup>®</sup>

Buffet de Espetinhos

Home Page: [www.grillecia.com.br](http://www.grillecia.com.br)  
e-mail: [comercial@grillecia.com.br](mailto:comercial@grillecia.com.br)

**(61) 4063-8121**

**(61) 9231-4749**

*Espetinhos selecionadas e embaladas a vácuo.*



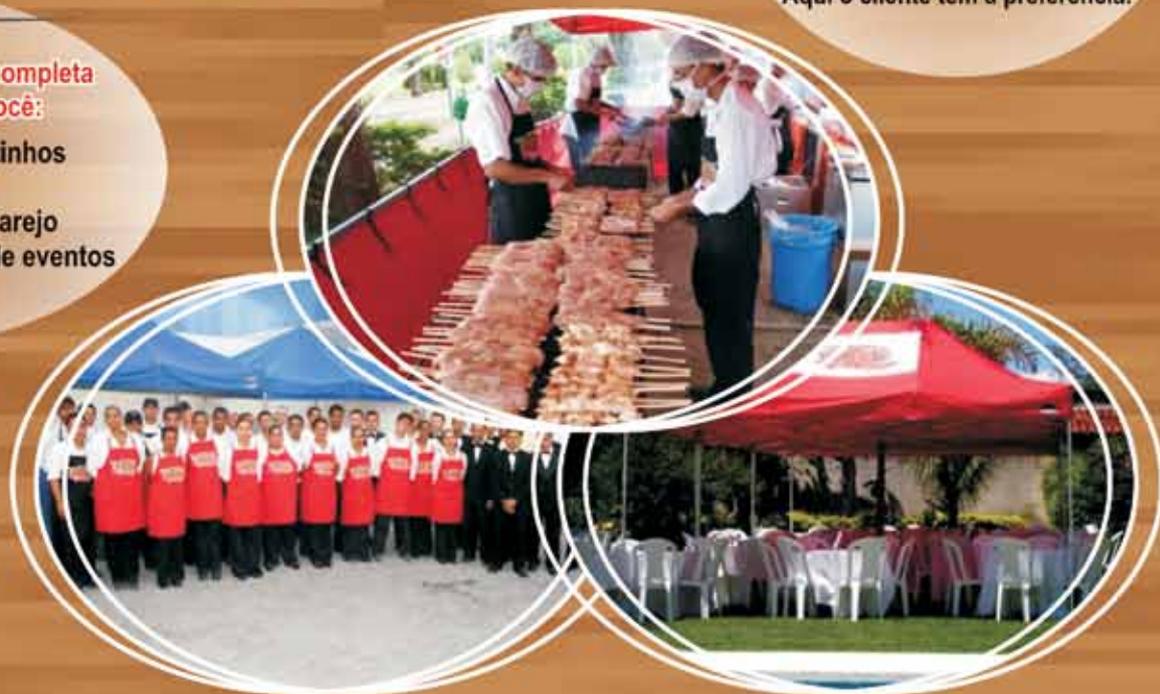
**Atendemos:**

Casamentos;  
Lançamentos de Imóveis;  
Construtoras; Aniversários;  
Festas Familiares;  
Formaturas;  
Órgãos Públicos;  
Confraternizações;

Seja aonde for vamos até você.  
Aqui o cliente tem a preferência.

Para sua festa ficar mais completa  
Grill & Cia traz para você:

- Rodizio completo de espetinhos para sua festa
- Espetinhos no atacado e varejo
- Assessoria e consultoria de eventos





CONFRATERNIZAÇÃO

# Aniversariantes da Peteca

*Festejar os aniversariantes do mês e reunir os amigos para um bom bate-papo é um dos passatempos preferidos da turma da peteca. O evento já virou tradição e, em cada edição, o clima de diversão marca a festa. Confira outros momentos da comemoração de junho no [www.iatebsb.com.br](http://www.iatebsb.com.br).*



# Ouvidoria em Ação



A Ouvidoria do Iate Clube de Brasília completou no mês de maio seis meses de atividade, mostrando ser um canal eficiente na comunicação entre sócios e funcionários junto à administração do Clube.

Com orgulho, inauguramos na **Revista Iate**, a Ouvidoria em Ação, que terá por objetivo, mostrar as principais conquistas desse canal, por meio de demandas enviadas por sócios e funcionários.

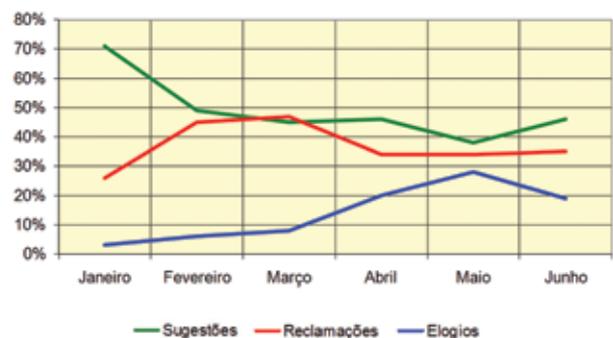
No mês de Junho, aconteceu a nossa Festa Junina. Vamos então falar de uma conquista especial, que foi colocada em prática pela primeira vez nessa edição da festa: o Correio Elegante.

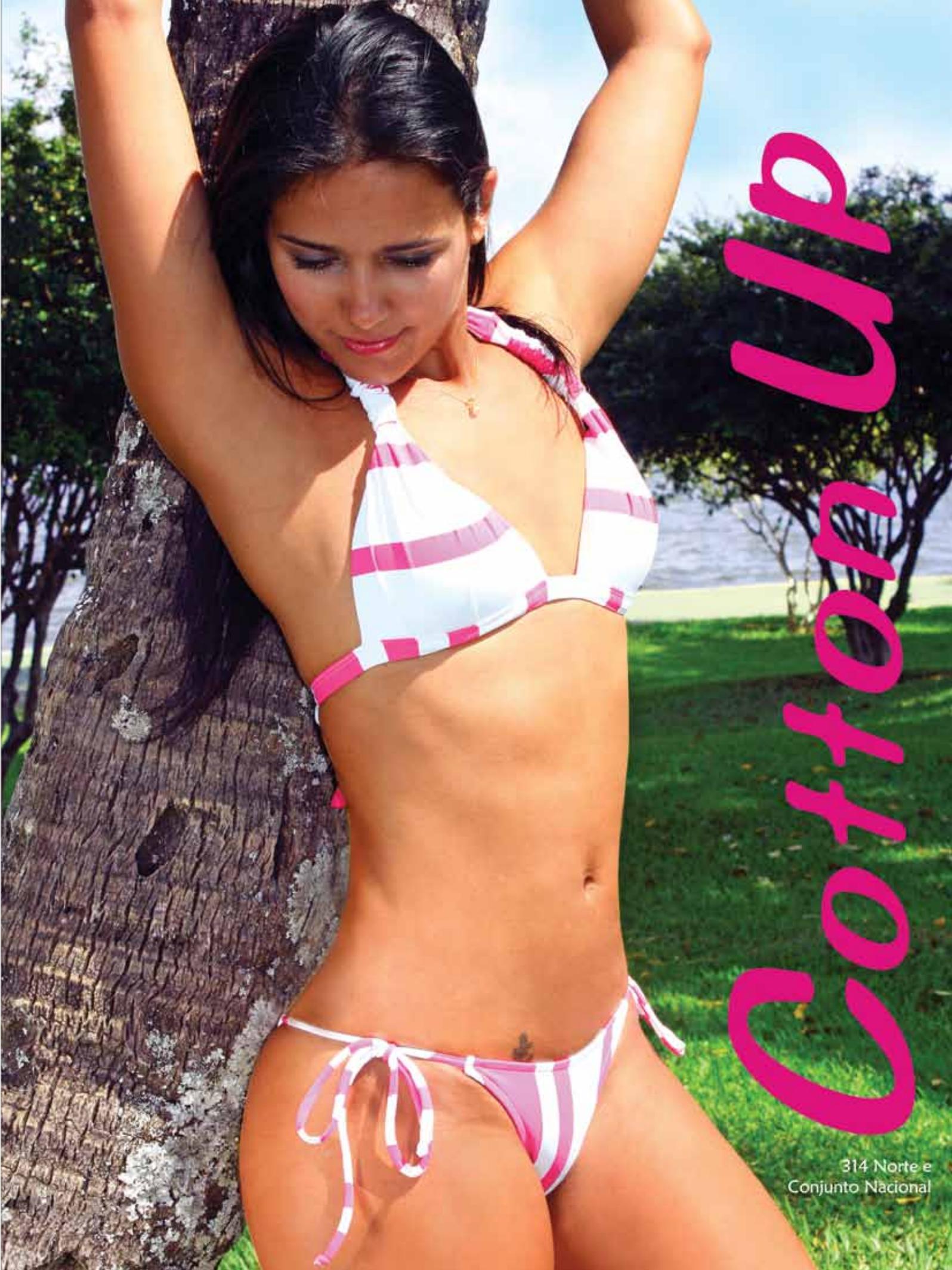
Como descrito nas demandas enviadas à Ouvidoria, trata-se de uma brincadeira divertida e que fazia falta na festa. O assunto foi repassado a nossa área de eventos, que aprovou a ideia e colocou em prática, garantindo mais uma opção de diversão para o evento.

Para construirmos um Iate cada dia melhor, não deixe de opinar, elogiar ou dar sugestões.

Disponibilizamos aqui, gráfico demonstrativo do total de demandas da Ouvidoria no primeiro semestre desse ano. 🌟

Gráfico de Demandas da Ouvidoria 2010





# an wotton up

314 Norte e  
Conjunto Nacional



*A gente cuida da qualidade  
para que você se concentre no sabor.*



O principal objetivo da **JBS**, maior produtora de carne bovina em todo o mundo, é atender às necessidades de seus consumidores com produtos de extrema qualidade. E é por isso que ela se preocupa sempre com a origem do gado, as relações com os fornecedores e o meio ambiente. Para tanto, dispõe de modernas ferramentas de gestão de qualidade e controle em suas fazendas fornecedoras, garantindo assim um produto saudável que respeita o trabalhador, o campo e o animal. Através das marcas Swift, Maturatta, Organic Beef e Friboi, você leva muito mais sabor e variedade para a sua mesa.

**JBS. Do pasto à mesa, sempre a melhor carne.**



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

Central de Vendas: (62) 3311 9300 | (61) 9313 9444

# Memória

O Memorial do Iate registra diversas fotos históricas do nosso Clube. Entre elas está a da primeira houseboat de Brasília. Construído na década de 1960, o local era uma verdadeira casa flutuante, ponto de encontro de velejadores da época. Para o benemérito e idealizador Carlos Nascimento (Chefinho), arquitetar a obra foi um grande desafio. “Eu sempre tive a ideia de criar um espaço flutuante, que não fosse apenas um barco. Mas aqui em Brasília, com o tempo, eu comecei a raciocinar um programa sério. Desenhei o meu projeto e levei à Capitania dos Portos, para que me autorizassem a construção”, recordou emocionado. 🌊



# Gerson de Sousa Lima, exemplo de doação ao Iate



A HISTÓRIA DE GERSON DE SOUSA LIMA SE CONFUNDE COM A DE DIVERSOS PIONEIROS QUE VIERAM TENTAR UMA VIDA MELHOR NA CAPITAL FEDERAL. FORMADO EM ADMINISTRAÇÃO DE EMPRESAS, COM ESPECIALIZAÇÃO NA ÁREA DE GESTÃO PÚBLICA, O MARANHENSE DE SÃO JOÃO DOS PATOS, QUE É CASADO, PAI DE TRÊS FILHOS E AVÔ DE DOIS NETOS, OBTVEU MUITAS CONQUISTAS EM BRASÍLIA. SÓCIO DO IATE DESDE 1981, GERSON HÁ QUASE 20 ANOS É UM DOS MAIS INFLUENTES INTEGRANTES DO CONSELHO DELIBERATIVO.

NAS PRÓXIMAS PÁGINAS, ELE FALA SOBRE TEMAS POLÍTICOS E ADMINISTRATIVOS DO CLUBE, O QUAL CONSIDERA SUA SEGUNDA CASA, E EXPLICA QUE, COM A ELEIÇÃO DO EX-COMODORO ENNIUS MUNIZ, A INSTITUIÇÃO AVANÇOU COM INTENSIDADE RUMO AO TOPO NO PÓDIO DOS MELHORES CLUBES DO PAÍS.

O CONSELHEIRO NATO TAMBÉM CONTA ALGUMAS DAS VÁRIAS HISTÓRIAS QUE COLECIONA DA NOSSA INSTITUIÇÃO E DÁ A SUA OPINIÃO SOBRE O QUE ESPERA PARA OS PRÓXIMOS 50 ANOS DO IATE CLUBE DE BRASÍLIA.

**Revista Iate - Para iniciar nossa conversa, o senhor poderia nos contar como chegou a Brasília e como foi o seu primeiro contato com o Iate?**

**Gerson de Sousa Lima -** Cheguei a Brasília em 6 de março de 1960. Inicialmente, me instalei na cidade livre, onde hoje fica o Núcleo Bandeirante. Já no dia seguinte, comecei a trabalhar como auxiliar de almoxarifado na obra do Palácio do Planalto. Tive outros tantos empregos e, em 1964, fui nomeado para o Senado como auxiliar de limpeza. Fiz alguns concursos internos e me aposentei na mesma Casa anos depois como diretor da Secretaria de Serviços Especiais.

Comprei o título do Iate em 1981. Em 1991, entrei na política do Clube, quando fui eleito, pela primeira vez, para o Conselho Deliberativo, no qual estou há quase 20 anos ininterruptos. Frequento o Clube diariamente, principalmente a Peteca, onde está a maioria dos meus amigos mais próximos.

**Revista Iate - O senhor foi o único sócio na história do Iate que exerceu as funções de comodoro e presidente do Conselho Deliberativo. Como foi essa experiência?**

**Gerson de Sousa Lima -** No Estatuto anterior, o comodoro tinha direito a uma reeleição, mas teria que se afastar 55 dias antes do pleito. Tanto ele como o 1º e o 2º vices. Nessa condição, o Estatuto determinava que assumisse a Comodoria o presidente do Conselho Deliberativo. Então, nesse período, entre outubro e novembro de 2003, fui com grande honra o comodoro do Iate Clube de Brasília. Foi uma experiência fascinante, pois aprendi ainda mais sobre a nossa instituição.

**Revista Iate - Durante quatro anos, o senhor se esforçou na defesa dos interesses do Clube e na melhoria de nosso patrimônio. Como o senhor chegou à presidência do Conselho Deliberativo?**

**Gerson de Sousa Lima** - Fui pego de surpresa quando me convidaram para ser presidente do clube. Na realidade, foi solicitação de um grupo, que eu prontamente atendi. Em seguida, tive a felicidade de fazer uma parceria com o comodoro George Raulino. Durante os dois mandatos, entre 2001 e 2005, mantivemos bom entendimento e bastante harmonia, sempre em busca dos interesses dos associados, no sentido de fornecer uma administração de qualidade e resultados.

Durante a minha gestão, tudo que foi planejado e aprovado objetivou melhorar nossa instituição e servir bem aos associados.

Agradeço muito aos meus colegas da Mesa Diretora, que tiveram grande influência na minha administração. Agradeço, em particular, a nossa secretária Márcia Beatriz Dib Schlichka, que sempre trabalhou com muita competência e determinação.

**Revista Iate - Em abril de 2005, foi criado um dos eventos mais especiais do nosso Clube: a Noite do Rubi, que homenageia os sócios que adquiriram o título patrimonial há 40 anos. Como nasceu a ideia?**

**Gerson de Sousa Lima** - A Noite do Rubi, que vem sendo seguida até hoje, foi criada na gestão do ex-comodoro George Raulino, período em que eu estava à frente do Conselho Deliberativo. É uma homenagem mais do que merecida a esses associados que permaneceram fiéis a nossa instituição durante quatro décadas. Este ano, por exemplo, quase todos agraciados participaram de alguma forma da administração do Iate. Além disso, é um momento de reconhecimento e de reencontro. Muitos desses sócios estavam afastados de Brasília

**“Durante a minha gestão, tudo que foi planejado e aprovado objetivou melhorar a nossa instituição e servir bem aos associados”**

e vieram exclusivamente para prestigiar o encontro e matar a saudade do Clube.

**Revista Iate - O que o senhor destacaria de mais importante em relação aos avanços do Iate nas últimas cinco décadas?**

**Gerson de Sousa Lima** - A eleição de Ennius Marcus Muniz para comodoro. O Iate sofreu uma modificação de gestão muito grande naquele pleito de 1993. Houve uma expressiva mudança na administração do Clube com a entrada do Ennius, até então conselheiro. Ele implantou no Clube, com a sua experiência de empresário bem sucedido, uma gestão empresarial de resultados, que só trouxe benefícios para toda a família Iatista. Por sinal, esse modelo de administração vem sendo seguido pelos demais comodoros que o sucederam, e o resultado está no reconhecimento do Iate há mais de cinco anos como o melhor clube do Brasil, entre os 26 maiores do país. Mas essa conquista só foi possível devido a muito trabalho e dedicação acima dos interesses pessoais. O Iate é um clube muito privilegiado, pois tem notáveis sócios, que vêm doando-se ao longo desses 50 anos.

**Revista Iate - E o que esperar para os próximos 50 anos?**

**Gerson de Sousa Lima** - Sou muito confiante na continuidade da boa gestão do Clube, tendo em vista que os nossos jovens sócios a cada dia procuram olhar os exemplos para darem prosseguimento em futuras administrações. Além das autoridades constituídas e representativas, que estão sempre se dedicando ao bem-estar do Clube,

o Iate tem um quadro de funcionários bem qualificado e muito dedicado, que se torna a mola mestra da boa administração de todos os comodoros que souberam transmitir a esses servidores as suas metas de trabalho. Também é importante a unidade entre os Conselhos Diretor e Deliberativo.

**Revista Iate - Como deve ser essa relação?**

**Gerson de Sousa Lima** - São dois Conselhos totalmente independentes. Mas devem trabalhar em conjunto, visando exclusivamente o bem-estar dos associados. Cabe ao Conselho Deliberativo fiscalizar e aprovar as decisões a serem executadas pelo Conselho Diretor, que tem no seu comando a figura do comodoro. Acredito que não deve haver divergências entre o presidente do Conselho e o comodoro, mas, sim, entendimentos para o bom funcionamento da instituição, sempre observando o melhor para o quadro social, nunca pensando no sentido pessoal.

**Revista Iate - De que o senhor tem mais orgulho no Iate Clube de Brasília?**

**Gerson de Sousa Lima** - Da democracia, sem dúvidas. Ao longo de sua história, o Iate vem dando uma demonstração exemplar de soberania popular, principalmente no processo ditatorial, quando não havia eleição no Distrito Federal. Essa rotatividade de poderes e de renovação é muito benéfica para o quadro social e motivo de honra para todos nós Iatistas, que direta ou indiretamente ajudamos a construir essa instituição, referência em qualidade de vida, esporte e lazer. 

# ESTE CLUBE É UMA BELEZA

FOTO: ANGELA BRANDÃO



# Volto em 7 dias

Viaje agora, explique depois.

- ↘ Pacotes
- ↘ Cruzeiros
- ↘ Resorts
- ↘ Hotéis
- ↘ Passagens Aéreas
- ↘ Locação de veículos

Contatos: 55 (61) 3347-5059

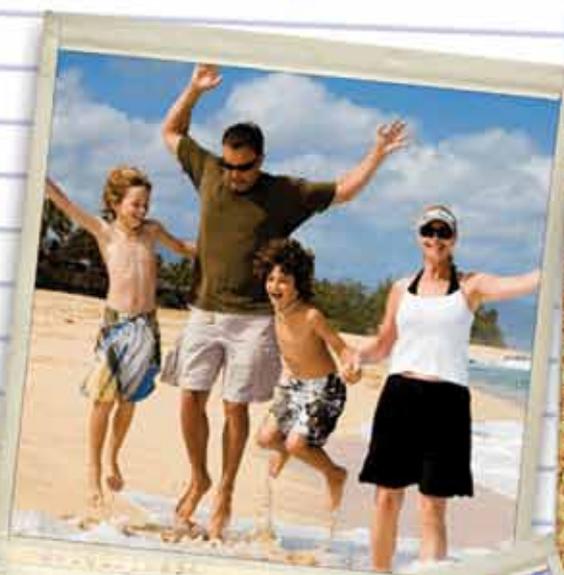
Asas Brasília: SCLN 104 BLOCO B  
LOJA 60 - ASA NORTE

↘ Visite o nosso site:  
[www.asasoperadora.com.br](http://www.asasoperadora.com.br)



**ASAS**

o shopping do turista



# Você sabia que navegar no Lago Paranoá exige medidas essenciais de segurança?



**P**ensando nisso, o late promove ação educativa destinada aos sócios proprietários de embarcações e seus convidados. O intuito é alertar sobre a devida utilização dos itens de segurança e os documentos necessários para navegar nas águas do Lago.

Antes de entrar na água, as lanchas passam por vistoria. Somente as que estão com documentação em dia são autorizadas a navegar. O late, que abriga a maior frota de embarcações do Distrito Federal, cumprirá a ação educativa por tempo indeterminado, até todos os barcos passarem pela fiscalização.

Dessa forma, nosso Clube visa minimizar o risco de acidentes envolvendo barcos ou situações que causem transtornos com a Delegacia Fluvial de Brasília, como, por exemplo, multas e apreensões.

Nos fins de semana, mais de 300 embarcações trafegam no Paranoá, por lazer ou pela prática de esporte. No entanto, utilizar o Lago para navegação requer atenção e cuidado. Fique atento! Não deixe sua diversão afundar. 🦋

## REGRAS PARA NAVEGAR COM SEGURANÇA

Barcos de pequeno porte, com até 5m de comprimento:

- Bilhete de seguro obrigatório - DPEM;
- Habilitação (veleiro, Arrais ou motonauta, conforme tipo de embarcação);
- Coletes salva-vidas;
- Luz de navegação (em passeio noturno);
- Marcações no casco (nome nos dois bordos, porto e número de inscrição);
- Termo de responsabilidade;
- Título de inscrição.

Médio porte, de 5m a 10m:

- Âncora com no mínimo 20m de cabo;
- Apito;
- Bilhete de seguro obrigatório - DPEM;
- Bóia salva-vidas;
- Coletes salva-vidas;
- Extintor de incêndio;
- Arrais amador (habilitação marítima);
- Lanterna elétrica;
- Luzes de navegação;
- Marcações no casco (nome nos dois bordos, porto e número de inscrição);
- Materiais e medicamentos de primeiros socorros a partir de 15 pessoas a bordo;
- Título de inscrição;
- Vistoria inicial;
- Artefatos pirotécnicos para sinal de alerta em caso de problemas.

# VENHA CONFERIR AS CONDIÇÕES ESPECIAIS PARA ESTE FIM DE SEMANA.

2 e 3 quartos em Águas Claras, Guará e Taguatinga.

**VISITE DECORADO**

ÁGUAS CLARAS

Residencial  
**MATHEUS MUNIZ**



**2 QTOS.**

SENDO 1 SUÍTE

VARANDA GOURMET

**67 e 69m<sup>2</sup>**  
COM GARAGEM

ÁREA DE LAZER  
NA COBERTURA

equipada e decorada sem taxa

**SINAL EM 6X E A PRIMEIRA MENSAL APÓS PAGAR O SINAL.**

Bloco B

Residencial  
**FÊNIX**



ÁGUAS CLARAS

Qd. 204 - Lt. 5 - próx. à estação do Metrô Arniequeiras

**3 Qtos.**

sendo 1 suíte  
e com garagem

**112m<sup>2</sup> a 137m<sup>2</sup>**  
de área privativa

**OBRAS ADIANTADAS**

**O ÚNICO TOTALMENTE VAZADO**

RESIDENCIAL  
**EUZÉBIO PIRES DE ARAÚJO**

Qd. 38, ao lado da Cidade do Servidor.

GUARÁ II

**2 Qtos.**

54,32 e 55,50m<sup>2</sup>  
Qd. Residencial

**100% FINANCIADO**

**MUDE JÁ! OBRA PRONTA**

TAGUATINGA

1 VAGA DE GARAGEM  
AMPLAS LOJAS NO TÉRREO,  
COM ESTACIONAMENTO



**2 Qtos.**

QNH, AE 3

**46,5m<sup>2</sup> a 50m<sup>2</sup>**

**VISITE DECORADO  
OBRAS INICIADAS**

**SINAL FACILITADO - FINANCIAMENTO CAIXA**

Coordenação e vendas:

**ICIA**  
LANÇAMENTOS IMOBILIÁRIOS  
www.imovel-cia.com.br



PARCEIRA SELECIONADA À  
**ADEMI**

**3435-0550**

42 ANOS  
**CONBRAL**  
TRADIÇÃO E CONFIANÇA

www.conbral.com.br



# Sexo é vida

## Melhore sua vida sexual

Para os homens, uma atividade sexual satisfatória é o 2º fator mais importante quando se pensa em qualidade de vida.<sup>(1)</sup> E uma atividade sexual satisfatória na opinião deles, significa capacidade de não perder a ereção.

**Menos de 10%<sup>(2)</sup> dos homens com Disfunção Erétil procuram um médico.**

O Boston Medical Group pode ajudá-lo a recuperar sua saúde sexual e, com isso, sua autoestima.

### Problemas de Ereção? Ejaculação Precoce?

Visite os médicos do Boston Medical Group e viva com mais bem-estar e prazer.

- DIAGNÓSTICO ESPECIALIZADO
- TRATAMENTOS PERSONALIZADOS
- SALAS DE ESPERA INDIVIDUAIS

Marque sua consulta ainda hoje.

**0800 709 99 99**

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

**BOSTON**<sup>™</sup>  
**MEDICAL GROUP**

LÍDER EM SAÚDE SEXUAL MASCULINA

(1) Abdo CHN, Mosaico Brasil, Rio de Janeiro Projeto Sexualidade (ProSex) | Faculdade de Medicina da USP (2) Sociedade Brasileira de Urologia | Dr. Reginaldo Antonio Fernandes | CRM 2333