

IATE

**CLUBE DE
BRASÍLIA**

№ 67 - MARÇO/JUNHO DE 2014

FESTA JUNINA
É NO IATE CLUBE
DE BRASÍLIA

COMPLETO



Pra você viver bons momentos.

Pra você dar seus maiores sorrisos.

Pra você estar do lado de quem ama.

O ParkShopping só é completo porque é pra você.

WINDALE, ZOLLINO

WILD, HUGO BOSS

WINDYFOOD, CAPPAS, SCHEFFERS

WELLYNIA DE FARMACIA

WALDIE, BILLY

WORLD, TONYACAPPELLA, SACERDOTE DO

FILIPPO DI PASQUALE

www.parkshopping.com.br

ParkShopping

Completa pra você!



parkshoppingbrasil



parkshoppingbr

Claudia Abate

Excelente administração. Local agradável e seguro para curtir a família, praticar esportes.

Wilson Pessoa

Toda equipe da Newmariner parabeniza toda equipe do late Clube de Brasília pelos seus 54 anos, na pessoa do nobre amigo Ronaldo do Monte Rosa, forte abraço.

Daniela Borges

Quero parabenizar o coordenador Frederico Cardim, o professor Suriel pela força e determinação de levar os atletas do late Clube de Brasília para participar deste grande evento que é a Go Cup!!! Eu como mãe estou super satisfeita com o aprendizado e em ver a alegria e a garra desses pequenos, fora a alegria de participar de um campeonato a nível mundial, com times de vários países como Japão, Espanha, Itália. Parabéns aos atletas!!!

Beatriz Dornelles B. Vianna

Muito legal essa ação de receberem os idosos do Lar Maria Madalena. Parabéns!

EXPEDIENTE

IATE CLUBE DE BRASÍLIA
Diretoria de Comunicação e Marketing
Telefone: 3329-8743
Edição nº 67

Jornalista responsável:

Karina Portela
registro 2424

Redação:

Karina Portela, Leane Ribeiro,
Uyara Kamayurá

Revisão:

Karina Portela, Leane Ribeiro,
Uyara Kamayurá

Projeto Gráfico:

Dudu Marcel

Diagramação:

Washington Macêdo

Estagiário:

Tácido Pries

Fotos:

Faquini Fotografia

Tratamento de Imagens:

Washington Macêdo

Colaboradores:

Marcos Vale

Tiragem:

7.000 exemplares

Distribuição dirigida:

Sócios, clínicas, consultórios,
restaurantes, academias, hotéis,
entre outros

Impressão:

Gráfica Coronário
SIG Quadra 6 nº 2340/70
Telefone: (61) 3038 1012ne:

Publicidade:

MAK PROMOÇÕES & EVENTOS LTDA
Marylene Kern
61 9256-5975

Setor de Clubes Esportivos Norte
trecho 2, conjunto 4 / CEP: 70.800-120 - Brasília/DF
Telefone: (61) 3329-8700 / Fax: (61) 3329-8702
WWW.IATEBSB.COM.BR



8 EDITORIAL

Mensagem do Comodoro

9 CONSELHO DELIBERATIVO

Mais comunicação e transparência

12 NÁUTICA

Ontem e Hoje: Primeiros passos do latismo em Brasília

Regata de 54 anos do late Clube

18 CAPA

Festa Junina late Clube 2014

20 PATINAÇÃO

Um Show sobre rodas

22 TÊNIS

latistas se destacam no 5º ITF Seniors

late Clube Recebe o Itaú Masters Tour

30 CRÔNICA

Ser mãe é ser presidente da nação de cada lar!

34 SAÚDE

Parto com Amor

Exercícios para Crianças e jovens

Detox a melhor opção para voltar à forma.

40 SINUCA

Novos projetos para o Espaço da Sinuca

43 EMIATE

Viva mais saudável

44 NATAÇÃO

Guilherme Rabelo é 6º no Troféu Maria Lenk

Leandro David bate recorde no Campeonato Centro-Oeste de natação

7ª Copa Comodoro de Natação reúne mais de 280 atletas



50 FLASHES

62 FUTEBOL

GO CUP: Mundial dos Pequenos Atletas

63 CULTURA

Sons da Cidade

68 GOURMET

Frio combina com...

Lançamento no Nordeste

Chegou o que você esperava. O primeiro em frente ao Parque.



4 Quartos e coberturas duplex

Até 05 vagas de garagem.



36 palácios em um único chateau.

Conheça os diferenciais das áreas comuns, apartamentos, sustentabilidade e segurança.

MENSAGEM DO COMODORO



Nestes quase seis meses à frente da administração do late Clube de Brasília, muito se avançou em termos de organização, trabalho e empenho da nova gestão em implantar projetos e realizar ações que tragam melhorias concretas e significativas ao Clube e ao bem-estar do Sócio.

Exemplos nítidos desse esforço conjunto podem ser observados pelos nossos Associados. Destacamos como uma das medidas mais relevantes a retomada recente das obras do Espaço Poliesportivo Sul e Multifunções 2, cujo contrato abrange, inclusive, a recuperação das áreas danificadas pelas chuvas enquanto os projetos ficaram parados. Também ressaltamos as licitações realizadas para garantir mais comodidade e prestação de serviços de qualidade ao Sócio.

Um ideia que implantamos em caráter experimental e que agora se tornará permanente é o serviço de manobristas aos domingos, sem dúvida uma iniciativa que traz mais conforto ao Sócio e seus convidados no fim de semana, e cumpre mais uma meta de nossa proposta eleitoral. Reforçamos, ainda,

as importantes articulações com outros clubes para implantar ações de segurança pública definitivas, a fim de erradicar, por completo, o sentimento de insegurança nos arredores da região.

Também estamos empenhados na recuperação de áreas degradadas no late, e iniciamos outro programa de grande relevância: a coletiva seletiva de resíduos sólidos, que abrange a instalação de cartazes de educação ambiental e lixeiras em locais de fácil acesso para que você também contribua com essa ação tão importante para o meio ambiente.

O fortalecimento de uma comunicação aberta com os nossos Sócios é uma atitude que vem sendo priorizada por esta gestão. Atualmente está em andamento uma pesquisa para ouvir o quadro social a fim de saber qual será a melhor destinação para o espaço da antiga sauna. Dentre as opções, temos as seguintes propostas de sócios: 1) transformar o local em um centro gastronômico, com restaurantes e lanchonetes; 2) uma brinquedoteca para a criançada; 3) retornar com uma nova sauna e assim ampliar o espaço da Academia; ou 4) a criação de um centro de convivência social, destinado a shows, apresentações artísticas e boate.

Não podemos esquecer-nos dos nossos eventos esportivos. O late tem recebido inúmeras e importantes competições internas e externas, reconhecendo toda a versatilidade de um local que se preocupa com o lazer, mas também é um incentivador das práticas esportivas, responsáveis por integrar e contribuir com o crescimento dos latistas. E no mês de junho, a Festa Junina do late, maior encontro social do Clube, para o qual tudo se fez visando propiciar conforto, lazer e alegria para o Sócio.

Estamos conscientes que ainda há muito a ser feito, contudo, sabemos que estamos cumprindo cada passo do que nos propusemos a fazer. Sigamos em frente! ●

CONSELHO DIRETOR – GESTÃO 2013/2015			FUNDADORES	
Comodoro Edison Antonio Britto Garcia	Social Rodrigo Flávio Sá Roriz	Luiz Maria de Ávila Duarte Sinuca Moisés do Espírito Santo Júnior	Juscélino Kubitschek de Oliveira (Patrono) Adelido Viegas de Lima Agnello Paz Sobreira Aloysio de Carvalho Silva Aluizio Alves Álvaro Alberto de Araújo Sampaio Antônio Augusto Barcellos da Cunha Armando Leite Rolenberg Armando Ribeiro Falcão Carlos Murilo Felício dos Santos Carlos Quadros Cesar Prates Dilermando Silva Eloyzio de Carvalho Silva Francisco Monteiro de A. Filho	Geraldo de Andrade Carneiro Geraldo Gomes de Lemos João Luiz Soares João Napoleão de Andrade José Aparecido de Oliveira José Aquino Porto Léo Sebastião David Lidilo Lunardi Lourival Ferreira Carneiro Marco Paulo Rabello Mauro Borges Teixeira Oscar Niemeyer Oswaldo Penido Sílvio Piza Pedroza Victor Nunes Leal
1º Vice-Comodoro Rodrigo Flávio Sá Roriz	Financeiro Ronaldo do Monte Rosa	Eventos Comemorativos e Institucionais Nilma Melo	Jogos de Cartas Procópio de Noronha F. Sobrinho	
2º Vice-Comodoro Antonio Oscar Guimarães Lóssio	Comunicação e Marketing Sidney Campos Silva	Tênis Gílson Machado da Luz	Esportes Aquáticos José Gustavo Souza de Alvarenga	
DIRETORES	Secretário	Técnico de Academia Spartacus Eduardo Bottaro Marques	ASSESSORES	
Esportes Coletivos e Individuais Antonio Oscar Guimarães Lóssio	Rafael Hora Aímone VICES-DIRETORES	Suporte e Operações de Academia Ulysses César Amaro de Melo	Tomaz Alves Nina Alexandre Figueiredo de Freitas	
Administrativo e de RH Carlos Alberto Ferreira Júnior	Gestão de Pessoas Acça Borges F. de Vasconcelos	PRESIDENTES	Clate Luciano Mancuso da Cunha	
Patrimônio e Suprimentos Eunice Maria Machado Malvar	Patinação Artística Ana Luiza Carvalho Mendonça	EMlate Nidia Marlene Fernandes		
Jurídico Flávio Schegerin Ribeiro	Futebol Arnaldo Lopes Martins Filho			
Médico Luiz Alberto Mendonça de Freitas	Peteca Cassio Aviani Ribeiro			
Esportes Coletivos João Alfredo de Mendonça Uchôa	Voleibol Eduardo Fernandes de Carvalho			
Operações e Logística Alarico Antonio Cristino Jacomo	FutVôlei Felipe Rocha de Moraes			
Cultural Marcos A. Carraca de Alcantara	Controladoria de Patrimônio e Suprimentos José Gabriel Medef Filho			
Esportes Náuticos Maurício Carneiro de Albuquerque	Squash			

EX-COMODOROS	
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 Christó; 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; 2009/2013 Mario Sérgio da Costa Ramos

HONORÁRIOS	
O Presidente da República, os Ministros de Estado, o Governador do Distrito Federal, Ari Cunha (jornalista), Cristiano da Rocha Miranda Pontes (velejador), Gregório da Rocha Miranda Pontes (velejador), João Gilberto Amaral Soares (jornalista), José Paulo Sepulveda Pertence (ex-Presidente do STF), Lars Schmidt Grael (velejador), Mario César Flores (ex-ministro da Marinha), Ruda Carvalho Nunes (velejador), Sílvio Carlos Pimenta Jaguaribe (ex-presidente da Novacap) e Torben Schmidt Grael (velejador).	

CONSELHO DELIBERATIVO: MAIS COMUNICAÇÃO E TRANSPARÊNCIA



Mesa Diretora do Conselho Deliberativo: César Rodrigues Alves, Rudi Finger (Presidente), Charles Bicca, João Lima Bastos e Carlos Alberto Cardoso

Compromisso, transparência e atenção às normas. Essas são as palavras de ordem que regem a gestão do atual Conselho Deliberativo, eleito para representar o late Clube de Brasília, no biênio 2013/2015. O órgão colegiado de representação e manifestação coletiva dos Sócios do Clube, com funções legislativas e fiscalizadoras, é integrado por Conselheiros Natos, Efetivos e Suplentes.

Os trabalhos do Conselho Deliberativo são dirigidos pela Mesa Diretora, composta pelo Presidente, Rudi Finger, pelo 1º Vice-presidente, Charles Christian Alves Bicca, pelo 2º Vice-presidente, César Rodrigues Alves, pelo 1º Secretário, João Lima Bastos e pelo 2º Secretário, Carlos Alberto Cardozo.

Um dos primeiros Clubes a implantar a estrutura de separação dos poderes, o late idealizou o Conselho Deliberativo como órgão legislador, responsável por fiscalizar, por exemplo, a execução do orçamento do Clube, transmitindo mais confiança e transparência ao Sócio.

“O Conselho Deliberativo é o órgão maior no Clube. Com ele, o Associado se sente seguro porque tem uma Comissão Fiscal, órgão de consultoria, fiscalização e assessoramento do Conselho”, conforme destaca Rudi Finger. No Organograma do late, o Conselho Deliberativo está abaixo apenas da Assembleia Geral, que é o órgão soberano do Clube.

“

O Conselho Deliberativo é o órgão maior no Clube. Com ele, o Associado se sente seguro porque tem uma Comissão Fiscal, órgão de consultoria, fiscalização e assessoramento.

Rudi Finger
Presidente do Conselho
Deliberativo

”

Dentre suas competências, o Conselho Deliberativo tem por função analisar todas as deliberações do late e pode interferir quando identifica a existência de alguma decisão que contrarie as normas estatutárias, ou que possa prejudicar o Sócio e o próprio Clube.

Atuação

Para o biênio, a Mesa Diretora destaca que, entre as ações rotineiras de competência do Conselho Deliberativo, serão implementadas outras propostas com objetivo de melhorar o trabalho e a transparência do late Clube. Um dos pontos de destaque da atual composição é a ampliação do canal de comunicação direta com o Associado, seja pelo e-mail, ou pela relação pessoal com o Colegiado, que pretende pautar a gestão considerando as necessidades do quadro social, assim como avaliar novas propostas e críticas em relação ao late.

Segundo o 1º Vice-presidente, Charles Bicca, a proposta desta gestão é “aproximar o Associado, implementar novos mecanismos de participação e de acesso às decisões do Colegiado. Transparência e participação são as palavras-chave que definem o Conselho Deliberativo”, destaca.

Uma grande iniciativa, implantada de imediato pela Mesa Diretora foi a criação de uma Comissão Especial, composta por Diretores e Conselheiros, encarregada de elaborar o plano de acessibilidade, analisando normas e critérios sobre adequação dos setores do Clube para a promoção da acessibilidade das pessoas portadoras de deficiência ou com mobilidade reduzida. “Essa é uma das mudanças que a gente traz em relação às Mesas anteriores e não podemos nos prender apenas à questão do espaço físico, mas também à acessibilidade em relação a informação em todos os níveis”, reforça o 1º vice-Presidente.

Para o 2º Vice-Presidente, César Rodrigues Alves, o foco para esse biênio também é a reforma do Estatuto. De acordo com ele, é necessário deliberar sobre o assunto e “ajustar o Estatuto para a realidade do Clube” destaca. Na Mesa, César Rodrigues Alves é responsável por organizar os trabalhos e conduzir os procedimentos dos processos administrativos.

Outro trabalho importante é desempenhado pelos Secretários. João Lima Bastos, 1º Secretário da Mesa, explica as competências. “Ao Secretário da compete auxiliar o Presidente no exercício das atribuições que a eles sejam inerentes, bem como na preparação de reuniões, ordinárias

ou extraordinárias, lavrando em atas suas deliberações”. Dentre as funções, destacam-se: receber processos, representações, requerimentos de Sócios e Conselheiros, “buscando soluções com total imparcialidade em qualquer decisão ou procedimentos tomados, sempre contando com a valiosa colaboração e apoio do 2º Secretário, Carlos Alberto Cardozo” relata. ●

late investe em projeto pioneiro de acessibilidade

Seja pelo uso de cadeiras de rodas, um pé quebrado, a necessidade de muletas ou bengalas, de forma permanente ou provisória, existem dificuldades que são impostas à locomoção de pessoas que possuem alguma limitação física. Pensando nisso, o late Clube de Brasília está investindo em um projeto pioneiro para garantir acessibilidade aos sócios e convidados que frequentam o local.

O Projeto é desenvolvido em parceria com a Agência Fiscalizadora do Distrito Federal (Agefis) que tem orientado o desenvolvimento das ações necessárias para garantir o trânsito de pessoas dentro do Clube. Além disso, foi criada uma Comissão Especial de Promoção da Acessibilidade, proposta pelo Conselheiro Charles Bicca, no exercício da Presidência do Conselho Deliberativo. A intenção é beneficiar as pessoas com deficiência ou mobilidade reduzida. “A ideia é desenvolver a inclusão dentro do late. Outra coisa que eu destacaria é a interação muito proveitosa que vem ocorrendo com a Agefis, órgão que vem nos auxiliando bastante”, destacou Bicca.

Os trabalhos já começaram e a comissão formada por Eliete Araújo (Presidente), Eliana Coutinho, Jaime Bicalho, Cássio Aviani e Onísio Ludovico está realizando estudos para identificar as áreas que necessitam de adaptações. “Fizemos um passeio pelo late para ver de perto onde seria necessário promover mudanças para melhorar a acessibilidade no Clube”, destaca Eliete.

A presidente da comissão conta que é pioneira a iniciativa de um Clube de Brasília fazer acordo sobre acessibilidade com o Governo do Distrito Federal, para garantir a adaptação de diversas áreas. Além desse projeto, outras ações também estão em análise pela Comissão, explica a presidente. “Está em estudo também trazer para o Clube atividades destinadas aos cadeirantes, como dança. Outra preocupação é a de interagir o quadro social e as pessoas com deficiência”.



Membros da Comissão Especial de Promoção da Acessibilidade

CONSELHO DELIBERATIVO GESTÃO 2013/2015

MESA DIRETORA

Presidente:

Rudi Finger

1º Vice-Presidente:

Charles Christian Alves Bicca

2º Vice-Presidente:

César Rodrigues Alves

1º Secretário:

João Lima Bastos

2º Secretário:

Carlos Alberto Cardozo

Assessores da Presidência:

Hermenegildo Fernandes Gonçalves

Hegler José Horta Barbosa

Fernando Boani Paulucci Junior

COMISSÃO FISCAL

Israel José da Cruz Santana

(Presidente)

Fausto de Augusto César Mendes Carneiro e João Batista Quintiliano

(Integrantes Efetivos)

Fabiano Frabetti, Roberto de Castro Almendra e Máximo Ascário Sanches Paredes

(Integrantes Suplentes)

FUNDADORES

Álvaro Alberto Sampaio, Antônio Augusto Barcellos Cunha, Carlos Murilo Felício dos Santos e Léo Sebastião David.

BENEMÉRITOS

Álvaro Alberto Sampaio, Amauri Serralvo, Carlos Nascimento, Ennius Marcus de Moraes Muniz, Fernando Boani Paulucci, George Raulino, Gerson de Sousa Lima, Hely Walter Couto, Humberto Carlos Sobral Barreto Corrêa, José Galbinski, Léo Sebastião David, Luiz Carlos Garcia Coelho e Roberto Alvarenga.

EX-PRESIDENTES

Amauri Serralvo, Antônio Carlos Elizalde Osório, Carlos Murilo Felício dos Santos, Fernando Neves da Silva, Geraldo Brindeiro, Frederico José da Silveira Monteiro, Gerson de Sousa Lima, José Alberto Couto Maciel, José Hilário de Vasconcelos, Luiz Augusto Castro de Macedo e Reginaldo Oscar de Castro.

EX-COMODOROS

Ennius Marcus de Moraes Muniz, George Raulino, Hely Walter Couto, Mario Sergio da Costa Ramos, Nelson Campos e Paulo Aurélio Quintella.

CONSELHEIROS NATOS

Afrânio Rodrigues Júnior, Antônio de Pádua Pereira do Vale, Antônio Fiúza, Armando Garcia Coelho, Dario de Souza Clementino, Darione Nunes Cardoso, David Augusto de Avelar, Ednaldo Mesquita de Carvalho, Filinto Figueiredo Pacheco, Frederico Henrique Viegas de Lima, Flávio Silva Palma Lima, Francisco Yida, João Carlos de Castro Roller, João Ferreira da Silva Júnior, João Rodrigues Neto, João Wellisch, Lucas de Oliva Antunes, Luiz Augusto Almeida de Castro, Luiz Alberto Ferreira Castilho, Luiz Carlos Garcia Coelho, Luiz Napoleão da Silva Brito, Manoel Henrique Pessoa, Mário Roberto Trompowsky do Amaral, Mauro Diniz Brumana, Omar José da Silva Júnior, Paulo Roberto de Moraes Muniz, Pedro Vitor Mafra, Roberto Baptista, Roberto de Castro Almendra, Roberto Velloso, Ronald Starling Soares e Sílvio Henrique Marinho de Castilho.

CONSELHEIROS EFETIVOS

Alfredo Eustáquio Pinto, Antônio César Hümmel, Antônio Domingos Bispo Junior, Arnaldo Sampaio de Moraes Godoy, Carlos Alberto Cardoso, Carlos Alberto Ferreira Júnior, Carlos Alberto Santiago, Cássio Aviani Ribeiro, César Rodrigues Alves, Charles Christian Alves Bicca, Eliana Coutinho do Oriente Cruz, Eliete de Pinho Araújo, Erasmo Aimone Pinto Junior, Fabiano Frabetti, Fausto de Augusto César Mendes Carneiro, Flávio Schegerin Ribeiro, Francisco Zenor Teixeira, Fernando Boani Paulucci Junior, Hegler José Horta Barbosa, Hermenegildo Fernandes Gonçalves, Indalécio Martins Dal Secchi, Israel José da Cruz Santana, Jaime Sampaio Bicalho, João Lima Bastos, João Batista Quintiliano, Luiz Cláudio Albuquerque Garcia, Luiz André Almeida Reis, Luiz Eduardo Sá Roriz, Marcio Augusto Andrade, Marcos Alberto Carraca de Alcântara, Marco Antônio Vasconcelos Tavares de Lacerda, Manoel Lima Santana, Marcelo Teixeira Gallerani, Máximo Ascário Sanches Paredes, Nilma Melo, Paulo Cesar Siqueira Birbeire, Ronaldo do Monte Rosa, Rudi Finger, Spartacus Eduardo Bottaro Marques e Sidney Campos Silva.

SUPLENTES DE CONSELHEIRO

Haroldo Marrara Chaves, Leticia Karla Lopes da Silva, Carlos Borromeu Viana Lobo, José Gabriel Medef Filho, Flávio Martins Pimentel, Ulysses César Amaro de Melo, José Jorge Ramos Barbosa, Paulo Sérgio Bastos Menezes, Paulo de Tarso Ribeiro Vilarinhos, Tânia Maria Santa Ritta, Gabriel Raulino, Eduardo Erik Toledo, Julyana Machado Rodrigues, Gilberto Ferreira da Silva, Marco Lorenzo Ramos, Thais Costa de Holanda Barbosa, João Alfredo Uchoa, Celina Mariano de O. Silva e Paulo Eduardo Magaudi Netto.

EX-PRESIDENTES DO CONSELHO DELIBERATIVO

1961/1963 Paulo de Tarso Santos; 1963/1965 Carlos Murilo Felício dos Santos; 1965/1967 Sylvio Piza Pedrosa; 1967/1969 Juscelino José Ribeiro; 1969/1973 Olavo Drummond; 1973/1975 José Alberto Couto Maciel; 1975/1979 Antônio Carlos Elizalde Osório; 1979/1985 Reginaldo Oscar de Castro; 1985/1989 Fernando Neves da Silva; 1989/1991 Geraldo Andrade Fonteles; 1991/1993 Luiz Augusto Castro de Macedo; 1993/1997 Frederico José da Silveira Monteiro; 1997/2001 Augusto César José de Sousa; 2001/2005 Gerson de Sousa Lima; 2005/2009 José Hilário de Vasconcelos; 2009/2011 Amauri Serralvo e 2011/2013 Geraldo Brindeiro.



Ontem e hoje: velejadores falam dos primeiros passos do latismo em Brasília

Resgatar a história Náutica em Brasília por meio de seus personagens e ouvir a experiência de quem ajudou a construir o esporte no late Clube. Esse foi o foco principal da Mesa Redonda promovida pela Diretoria Cultural em abril. Com o tema “O Desenvolvimento da Consciência Náutica em Brasília”, o evento reuniu antigos velejadores e campeões mundiais, como Lars Grael, que contaram sua trajetória no latismo, dificuldades enfrentadas nos primeiros anos e, principalmente, a experiência adquirida com o pioneirismo de muitos. O encontro também reuniu Fundadores, diretores, vices e ex-dirigentes do Clube.



O Diretor Cultural, Marcos Carraca, durante a mesa redonda



O evento contou com a presença de vários Fundadores, diretores, vices e ex-dirigentes do Clube

No bate-papo, os antigos atletas descreveram como foram os primórdios das atividades da Escolinha de Vela no late, que na década de 70 começou a receber os primeiros velejadores, iniciantes e experientes. Em cada palavra, a emoção de ter feito parte desta história estava estampada no rosto, no olhar e na fala. Para quem fez parte desses momentos desde o início, todos os acontecimentos foram importantes para formar o latismo como se conhece hoje.

Emocionado pela realização do evento, o Diretor Cultural, Marcos Carraca, que encabeçou a iniciativa, destacou que o objetivo da Mesa Redonda é “deixar para a história do Clube, abraçando o tema do desenvolvimento da consciência Náutica, um pouco do que foi essa trajetória até aqui”.

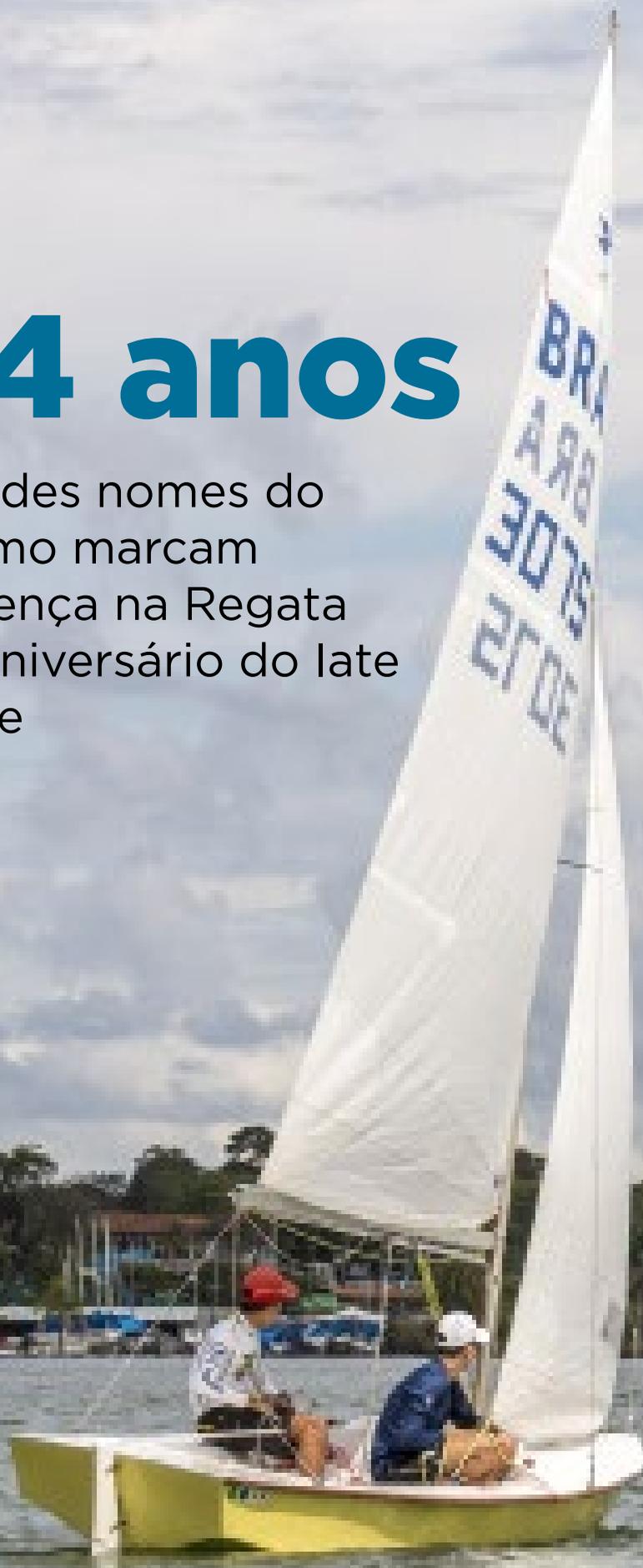
O Presidente do Conselho Deliberativo, Rudi Finger também falou da importância de realizar um encontro para mostrar a história da Náutica em Brasília e do empenho de muitos. “Estou muito feliz em participar deste evento, parabênizo a Diretoria Cultural pela iniciativa que é um sucesso, assim como é a Náutica”. ●



O Campeão Olímpico Lars Graell

54 anos

Grandes nomes do iatismo marcam presença na Regata de Aniversário do Iate Clube



Por Uyara Kamayurá

A tradicional Regata de Aniversário reuniu cerca de 100 embarcações e mais de 200 velejadores de diversas classes para comemorar os 54 anos de criação do late Clube de Brasília. Não podia ser diferente, visto que o local tem a náutica como base e foi criado para gerar a oportunidade do iatismo na cidade. Os primeiros barcos foram financiados pelo Clube e parcelados para novos Sócios que queriam velejar no mar de Brasília: o Lago Paranoá.

O céu azul, o sol intenso e o vento animaram ainda mais os competidores. Optimist, Snipe, Star, Laser, Dingue e Cabinados (Oceanos), grandes e pequenos tomaram os lugares no Lago Paranoá para uma confraternização digna de latistas.

Grandes nomes do iatismo e da história do Clube estiveram presentes para apreciar a competição e a entrega das medalhas. Dentre eles, Rudar Nunes e Ricardo Timotheo, John Aune, Edgard Hasselmann, Frederico Veigas (Baramba), Robinson Hasselmann (BIL) e Lars

Grael. Eles também participaram da apresentação do documentário sobre consciência náutica promovido em parceria com a Diretoria Cultural e Náutica, que teve como objetivo homenagear os 54 anos de Clube e também resgatar a história dessa modalidade.

A emoção tomou conta de todos os velejadores, dentre eles, o atleta Lars Grael que lembrou que o Clube teve um papel marcante na vela nacional e também na sua formação. “O late, outrora jovem, hoje um Clube de tradição e respeitabilidade nacional, contribuiu fortemente com a formação do esporte de vela no país”, destacou.

O Comodoro Edison Garcia lembrou que a história do late passa pela cultura do iatismo e que durante a regata os atletas e participantes foram homenageados pelas condições climáticas. “O Clube está lindo, o sol brilhando. Estamos aqui vendo o principal objetivo do nosso Clube, que é unir as pessoas, a confraternização da família, reconstruindo o nosso Clube para que todos nós



Premiação de Monotipos da Classe Star: Flávio Schegerin Ribeiro, Marcos Carraca, Alexandre Figueiredo de Freitas, Guilherme Raolino, Comodoro Edison Garcia, Luiz Andre de Almeida reis (Culé) e o jornalista Murilo Novaes



Na foto, da esquerda para a direita: Ennius Muniz, Rudi Finger, Nelson Campos, Lars Grael e Edson Mendonça



Maurício Aguiar, Lars Grael e Maurício Albuquerque



Antônio Cunha, Fundador do late Clube, e o Comodoro Edison Garcia

tenhamos orgulho de ser iatista, valorizando esta história. Só assim nós teremos as nossas crianças e os nossos jovens no esporte. Parabéns ao late Clube e parabéns a todos que fazem parte dessa história”, destacou.

O Presidente do Conselho Deliberativo, Rudi Finger, também destacou a contribuição do late na formação da Vela. “Eu sou um grande petequieiro, mas a náutica deve ser sempre elevada. E graças a Deus nós temos um Comodoro aqui da náutica, e com certeza nós trabalharemos com afinco para levantar de novo o late a nível nacional e mundial”, destacou. ■



A nova geração de velejadores marcou presença na Regata de Aniversário

Regata Filinto Pacheco

Foi realizada nos últimos dias 12 e 13/4, a 9ª edição do troféu que homenageia o Conselheiro Nato Filinto Pacheco, velejador e grande incentivador da Flotilha de Snipe do late Clube. O Campeonato foi validado com a realização de três regatas no sábado e uma regata no domingo, com participação de 10 barcos.

A dupla Lucas Gama e Matheus Steytler conquistou o 1º lugar e assegurou a inscrição dos velejadores campeões no belíssimo troféu transitório. Os velejadores Alexandre Kronenberger (Vice-diretor de latismo) e Thiago Janiques garantiram o 2º lugar e, em 3º, ficou a dupla César Castro e Aloísio Ferreira. ●



2º Campeonato Brasileiro da Classe Nacra

De 1º a 04 de Maio o late Clube sediou o 2º Campeonato Brasileiro de Nacra que, pela primeira vez, irá compor a classe olímpica do latismo. O Nacra é um barco muito rápido, graças a uma vela especial de proa que faz com que ele atinja grandes velocidades.

A categoria faz parte de uma nova classe, que veio para substituir o Tornado no barco olímpico. A principal diferença entre as duas é que na embarcação antiga, um catamarã, velejavam apenas duplas masculinas. Com a nova modalidade foi definido que a tripulação teria que ser mista. O Clube foi representado pela dupla Patrícia Gatti e Daniel Albuquerque, que ficaram em 4º lugar. ●



Premiação dos vencedores do 2º Campeonato Brasileiro de Nacra



Festa Junina 2014

late Clube de Brasília



Já chegou a época mais animada do Brasil: as tradicionais e alegres festas juninas. A edição de 2014 do late Clube de Brasília já tem data e programação marcada. Será realizada nos dias 05, 06 e 07 de junho, a partir das 19 horas.

Este ano, o evento tem como tema “Uma Viagem ao Interior de Goiás”, e com base neste tema, um núcleo cenográfico de 18.500m², com aproximadamente 25 barracas será montado no estacionamento das Churrasqueiras. A festança será digna de um arraial, com diversidade de

comidas típicas, apresentações de quadrilha e queima de fogos para animar a noite.

E sempre pensando na comodidade de seus Sócios, a festa ainda terá espaço exclusivo para as crianças. Berçário e brinquedoteca estarão à disposição dos pequeninos.

Outra atração que promete ser um sucesso neste evento é a Barraca Xamego Bom. Um espaço onde músicos caracterizados tocarão o melhor do forró durante toda a festa, para animar os casais que curtem um arrasta pé.

Reciclagem na Festa Junina

Aproveitando as comemorações do Dia Mundial do Meio Ambiente (5/6), o Iate Clube conta com a colaboração de todos nesses três dias de festa para dar um destino correto ao lixo produzido. Para isso, o Clube colocará diversas lixeiras de coleta seletiva em locais estratégicos para sua comodidade. ●

Confira a programação do nosso Arraiá!

Bandas:

5/6 - Henrick e Ruan

6/6 - Banda Country Rio Claro e Banda Só para Xamegar

7/6 - Dupla Paulo e Luciano e Thiago Nascimento

Apresentação das melhores quadrilhas de Brasília

Triscou Queimou (5/6)

Formiga da Roça (6/6)

Arroxa o nó (7/6)

Este ano, o evento tem como tema “Uma Viagem ao Interior de Goiás”





Atletas posicionadas na Cerimônia de Abertura da 1ª Etapa do Campeonato Brasileiro de Patinação Artística

Um Show Sobre Rodas

Após a inauguração da nova pista, late Clube recebeu o Campeonato Brasileiro de Patinação Artística.

O retorno do late Clube às competições de Patinação Artística foi marcado pela inauguração da nova pista de treinos, em abril. Como resultado, o Clube recebeu o Campeonato Brasileiro de Patinação Artística, cuja 1ª Etapa aconteceu em abril e em maio foi a vez da 2ª Etapa. A primeira etapa reuniu mais de 200 patinadoras de três agremiações, além do late Clube: Associação Atlética Banco do Brasil (AABB), Academia Holly Dancing e Estúdio Patinação. A delegação do late Clube teve a participação de 49 atletas.

Já a 2ª Etapa contou com a delegação latista formada por 70 atletas. Dessas, 14 estavam na categoria Apresentação, que reuniu atletas que começaram na Escolinha e participaram da modalidade não competitiva.

Graças ao empenho dos técnicos Tathiana Resende, Eduardo Gravina, Bárbara Barreto, Meissa Mendes e Luiza Pena, e a reforma da pista do Ginásio de Esportes, as atletas do late

Clube deram um show de beleza, performance e muito profissionalismo. O resultado não poderia ser outro: das 70 medalhas que disputaram, as meninas conquistaram 62, sendo 30 de ouro, 19 de prata e 13 de bronze. Nessa primeira etapa competiram nas categorias Dance, Free Dance e Quartetos Internacionais.

O resultado da 2ª Etapa, mais um vez, foi expressivo. Das 145 medalhas disputadas no campeonato, o late concorreu em 85 e conquistou 62, sendo elas 27 de ouro, 22 de prata e 13 de bronze.

Para a Vice-diretora de Patinação Artística, Ana Luíza Carvalho, a alegria de voltar a sediar um campeonato no late Clube é imensa. “Para nós é uma honra receber uma competição, depois de ficar quase três anos sem promover um evento desses por falta de ginásio adequado. E para as atletas, competir em casa é muito melhor, as meninas ficam mais confiantes”. Ana Luíza também destacou que os excelentes resultados

das patinadoras deram-se graças ao alto nível profissional, fruto de muito treino e esforço com os técnicos.

A 2ª etapa aconteceu entre os dias 8 e 11 de maio contou com o reforço do técnico Henrique Pamplona. Nessa fase, 73 patinadoras competiram nas categorias Dupla, Livre e Figuras Obrigatórias.

Novo piso

Parte do compromisso da Administração, a reforma do novo piso atende às necessidades das patinadoras para os treinos e competições, pois foi escolhido pensando nos movimentos, na velocidade e no impacto para não machucar. As atletas estavam sem um local adequado há mais de dois anos e, segundo Ana Luíza Carvalho, esta foi apenas a 1ª etapa da reforma. “A vontade do Clube é fazer uma reforma completa: banheiros, teto, arquibancada, e com isso poderemos sediar campeonatos brasileiros e sul-americanos”.



A atleta Marcela Carvalho Mendonça



Patinadoras latistas que disputaram o Campeonato Brasileiro



Atleta latista durante apresentação no Campeonato Brasileiro



Equipe late Clube de Patinação Artística



Nova geração de patinadoras do Clube

Latistas se destacam no 5º ITF Seniors

O late Clube recebeu a etapa do campeonato que reuniu tenistas do mundo inteiro



O tenista André Cury, campeão do 5º ITF Seniors na categoria 35 anos masculino

Os 43 tenistas do late Clube de Brasília fizeram bonito no International Tennis Federation (ITF Seniors), competição que reúne tenistas do Brasil e do mundo na faixa etária de 35 a 80 anos. Mesmo competindo com profissionais em diversos níveis e não correndo o circuito, os latistas não deixaram a bola cair e saíram vitoriosos em diversas categorias. O torneio recebeu 320 tenistas de sete países: Brasil, EUA, Alemanha, Grécia, Chile, Argentina e Uruguai.

O late, junto com a Federação Brasiliense de Tênis, teve a iniciativa de trazer a etapa do ITF para Brasília e, desde então, a cada ano, o número de participantes só tem aumentado, assim como a estrutura do Clube para recebê-los, conforme explica o Vice-diretor do Tênis, Gilson Luz. “Alcançamos a excelência e tivemos a melhor avaliação possível. A gente mostrou que foi um torneio organizado, teve boa participação, e o Clube ofereceu toda estrutura necessária”.

“

Este ano procuramos oferecer um torneio de alto nível, pois é um campeonato de extrema visibilidade no mundo todo. O objetivo é mostrar ao atleta a estrutura do late para trazer mais e mais competidores a cada edição

”

Gilson Luz
Vice-diretor do Tênis



Alguns dos atletas latistas premiados no ITF Sêniores 2014

Para receber a competição internacional, o Clube teve que fazer reformas nas quadras e outras manutenções estruturais. “Contamos com a colaboração de todos, mesmo de quem não participou, mas veio apreciar o evento”, reforça Gilson. ●

CATEGORIA SIMPLES FEMININA

65 ANOS - Marilena Mendes (Vice-campeã);

80 ANOS - Teresinha Accioly (Campeã).

CATEGORIA DUPLAS FEMININA

40 ANOS - Adriana Soares (Campeã);

45 ANOS - Sylvia Diez/Karla Haje (Campeãs);

55 ANOS - Sylvia Diez (Vice-Campeã);

65 ANOS - Marilena Mendes/Rosete Carvalho (vice-campeãs);

75 ANOS - Teresinha Acioly (campeã)

CATEGORIA DUPLAS MASCULINA

50 ANOS - Marcelo Klimkievycz (vice-campeão);

55 ANOS - Gilson Luz/Ricardo Valle (vice-campeão).



O tenista Jonh Powless foi homenageado pelo late Clube no evento. Na foto, recebe o troféu das mãos do Comodoro Edison Garcia

Paixão pelo esporte

Dentre os vários profissionais do Brasil e do Mundo, a tenista do late Clube Teresinha Acioly também se destacou nesse ITF. Com 81 anos e muita disposição, a iatista corre o circuito e compete em outras regiões e países que recebem o campeonato internacional. Ela, que é de uma família de tenistas, conta que começou a jogar para acompanhar o filho e, a partir daí, foi paixão certa. “Meu filho está hoje com 51 anos e eu o levava para jogar desde os 10. Enquanto ele jogava eu comecei a jogar também, para não ficar esperando. Eu jogava vôlei e depois mudei para o tênis”. Com os pontos do 5º ITF, Teresinha conquistou o lugar da terceira melhor tenista do mundo, na categoria de 80 anos.

Logo que veio para Brasília na década de 70, a carioca não desgrudou do esporte e começou a jogar, agora de olho nas competições. “Tive aula com um professor que era campeão brasileiro e participava do Circuito de Sênior e veio me convidar. Ele me treinou e comecei a participar”, destacou a tenista, que de lá pra cá vem colecionando títulos. Foi campeã brasileira de Tênis diversas vezes, venceu o Sul-Americano, além de competições mundiais das quais ela faz questão de participar. Mas competir não é tudo para Teresinha. Para ela, o Tênis tem um valor



A Tenista Teresinha Acioly: muita garra e disposição

muito maior. “É minha paixão, tenho prazer de jogar. Você faz amigos, todo mundo se conhece, se diverte, e isso me dá prazer, faz bem para o corpo e para a mente”. ●



Algumas latistas premiadas no ITF 2014, com o Vice-diretor do Tênis Gilson Luz

late recebe o Itaú Masters Tour



O tenista Márcio Carlsson, durante partida do Torneio Itaú Master Tour 2014, etapa Brasília

O Itaú Masters Tour, com jogadores e jogadoras que foram grandes nomes do tênis brasileiro em um passado recente, foi realizado entre os dias 16 e 18 de maio e teve como grandes vencedores as duplas Ricardo Mello/William Kiriakos e Patrícia Medrado/Sumara Passos.

A Etapa de Brasília, realizada nas quadras de saibro do late Clube, contou pontos para o ranking do Circuito conjuntamente com as etapas de Curitiba, Ribeirão Preto, Rio de Janeiro e São Paulo, culminando com a final em Angra dos Reis.

Um mês antes da realização do torneio principal, são realizados os torneios amadores do Itaú Masters Tour com a participação de cerca de 140 tenistas latistas, que disputaram, nas duas categorias principais, a chance de representar o late Clube nas finais em Angra dos Reis. ●



Alguns dos atletas premiados no Itaú Master Series 2014, com o Comodoro Edison Garcia e o Vice-diretor do Tênis Gilson Luz

Foram cinco as categorias de duplas disputadas com os seguintes resultados:

CATEGORIA ABAIXO DE 40 ANOS
Dupla Campeã: Rafael Weyne/Bruno Machado (Representarão o late em Angra)
Dupla vice-campeã: Marcelo Pereira/Victor Marini
CATEGORIA ACIMA DE 40 ANOS
Dupla Campeã: Renault Ribeiro Jr./Nabil Dahdah (Representarão o late em Angra)
Dupla Vice-Campeã: Omar Silva Jr./Márcia Amorim
CATEGORIA ACIMA DE 50 ANOS FEMININO
Dupla Campeã: Rosa Okamura/Eleuza Felipe
Dupla Vice-Campeã: Sylvia Diez/Ana Dantas
CATEGORIA ACIMA DE 60 ANOS
Dupla Campeã: Maurílio Santinello/Celso Fioravanti
Dupla Vice-Campeã: Antonio Perdomo/Fernando Guerra
CATEGORIA ESPECIAL
Dupla Campeã: Santos Dumont/ Marco Battaglini (Representaram o late no torneio profissional)
Dupla Vice-Campeã: Ricardo Henning/Nelson Neto





MÃE, ATLETA E TORCEDORA: FAMÍLIA UNIDA TAMBÉM PELO ESPORTE:



Clarissa com os filhos Rafael e Raissa: o esporte os une ainda mais

Mãe é sinônimo de compreensão, bondade, carinho, amor e muitos outros adjetivos. Nada mais justo do que dedicar a esta pessoa tão querida um dia só para ela.

Dizem por aí que elas são todas iguais, só mudam de endereço, será? Existem as mais moderninhas, descoladas, as ciumentas, as corujas, entre tantos outros perfis. Na categoria mãe atleta e fiel torcedora, encontramos Clarissa Lima Vagner.

Latista e frequentadora assídua do Clube, Clarissa, juntamente com sua família, é apaixonada por esporte, especificamente pelo tênis. Formada em Educação Física, ela e o esposo sempre foram atletas, por isso os filhos já cresceram ligados ao esporte. “Jogávamos tênis quase todos os dias com as crianças a beira da quadra. Quando eles cresceram, colocamos em várias modalidades, e por livre e espontânea vontade escolheram o tênis”, afirma Clarissa.

Um exemplo disso é o filho Rafael Wagner. O tenista está em terceiro lugar no ranking nacional, após ter vencido a Primeira Etapa do Circuito dos Correios tanto na categoria individual quanto

em dupla. Para Clarissa, Rafael, ao contrário de muitos atletas, é bastante tranquilo em quadra e demonstra confiança a maior parte do tempo, o que contribui para seus excelentes resultados. “O foco é a principal palavra que o define. A irmã dele, Raissa, também é bastante obstinada, e espera seguir no esporte”, confirma a mãe orgulhosa.

Quando seus filhos viajam para competir, nossa Sócia sempre encontra um jeitinho para acompanhar seus atletas mais que especiais, tentando ajudar no que for possível. Além de mãe, Clarissa se considera uma torcedora compulsiva, vibrando sempre, tanto nas vitórias quanto nas derrotas.

Ao perguntarmos como Rafael intercala os treinos com os horários dos estudos, a latista nos conta que o atleta é muito organizado, e consegue conciliar as duas coisas. “Ele leva as apostilas e livros durante as viagens, estuda nos tempos livres. Sempre tirou boas notas”, finaliza ela. ●



O tenista Rafael Wagner: 3º no ranking nacional



410 SUL - Rua do Bebê e da Criança

www.babyboombrasil.com.br

Telefone:

61 3242-4113

Email:

babyboombrasil@gmail.com



www.babyboombrasil.com.br



facebook

Ser mãe é ser presidente da nação de cada lar!

Quando recebi o convite para escrever sobre mães aceitei prontamente, ansiosa sobre que viria do recôndito da minha alma. Queria escutar sob alto e bom som meus sentimentos saudosos e genuínos gritarem a dor da ausência, que marcou o último 6 de maio. Sabia do repto audacioso, talvez pretensioso demais de me propor a falar sobre os Centros dos Universos. Mas, topei o desafio e convidei-os para esta viagem particular, com vias que se entranham e desenharam um pedaço da história de cada um.

No dia 6 de maio último, já anunciando o Dia das Mães, a vida tatuou no meu peito a dor que se confunde com vontade de viver. Encrostou sob meu olhar a perfeição da verdadeira afeição. Meu caminho ficou tortuoso, mas ainda vejo o colorido que o verde dos seus olhos faziam reluzir. São os detalhes da vida que dão cor aos dias cinzas. Não podemos abdicar de abrir as janelas e deixar o sol e o amor entrarem – deixem eles caírem do Céu!

Não posso falar sobre o que é ser mãe do ponto de vista da genetriz porque ainda não concebi vida alguma. Mas, falo sem medo de censura, sob o olhar de um filho: Ser mãe é ser eterna. Ser mãe é refletir em nossos espelhos, em nossas escolhas, em nossos maridos, bolsas e risos. Ser mãe é se pronunciar no silêncio e repreender sem dizer nada.

Meus sinceros parabéns, em nome do late Clube, para cada uma de vocês que é mãe todos os dias, e se faz presente na ausência e no grito particular que silencia, e às vezes, dói.

Ser mãe é a responsabilidade de girar no universo alheio, é o efeito dominó do rebuliço que sai de dentro si, é o medo de deixar faltar coisa qualquer, quando não houver mais uma mísera migalha de que não tenha sido dada pelo bem do filho amado.

Mães são os pesos e as medidas. É a vertigem do penduricalho da balança que vai e vem gritando: equilíbrio! Ser mãe é achar o equilíbrio no desequilíbrio do amor avassalante e protetor. É a presença que precisa se fazer desnecessária quando morre de vontade de ficar. Ser mãe é o amor que ecoa no vão das abdições que compensam por um final qualquer, desde que seja feliz.

Ser mãe, minhas caras, não pode ser padecer no paraíso porque é o extremo da exaustão sentimental sem a pretensão de um café na cama que faça valer o seu amor.

Mas, ser mãe deve ser mesmo engrandecedor. Porque vocês, mães, são os pilares do mundo. Porque, se fôssemos todos órfãos do amor virgem de uma mãe, não haveria mais ternura para sustentar a humanidade.

Ser mãe é ser presidente da nação de cada lar!!
Feliz Dia das Mães! Felizes das mães e dos filhos! ●

Minha mãe é o reflexo da minha personalidade teimosa, que não se curva para pedir ajuda e não se acalma em não servir. São meus pés no chão, duros de arrastar. Minha mãe se reflete em meu espelho e fala no silêncio, que censura às vezes. É o pilar que desbanca consequências em dose tripla. É a dona da minha ousadia quando caio de cabeça, porque ela abriu as portas e disse: “Vá pro mundo, minha filha, e tudo vai dar certo. Seja forte e administre as suas decisões, porque você será responsável por elas. Ainda assim, se alguma coisa der errado, você volta porque eu estarei de braços abertos” .



Dia das Mães

Um dia de muitas homenagens para a mulher mais especial do mundo. Família reunida, alegria e muita diversão, assim foi o Dia das Mães no late Clube de Brasília. Confira os melhores momentos.







Psicoterapia Individual:

- . Infantil
- . Adolescente
- . Adulto
- . Idoso

Psicoterapia de Casal e Família

Avaliação para Cirurgia Bariátrica

"Quem olha para fora acorda,
Quem olha para dentro desperta."

- Carl Jung

ATENDEMOS PARTICULAR
E CONVÊNIO

CLSW 304, BL B, Entrada B,
Ed. Oásis Center, Sala 141/143
Sudoeste - Brasília - DF
vemserbsb@gmail.com
TEL: (61) 3341.1244



Parto com amor

Humanização do parto é uma das possibilidades para o excesso de cesarianas no Brasil

Um parto com amor! Foi o que levou Felipe Nunes e Caroline Severiano a escolherem trazer o pequeno Valentim ao mundo por meio do parto natural, em casa. Vivências como essas não são mais tão raras, depois que o parto humanizado ganhou espaço na vida das gestantes.

Apesar do número crescente de adeptas a esse tipo de parto, o Brasil ainda é campeão no número de cesarianas no mundo, ultrapassando em muito a média indicada pela Organização Mundial de Saúde, que é de 15% e apenas para situações de emergência. Os gráficos dos partos cirúrgicos no país ultrapassam os 52% na rede pública e chegam aos 90% em clínicas particulares.

Os médicos são indicados como um dos incentivadores da cesariana no Brasil, somados à vantagem financeira para o hospital do parto por cesariana e pela falta de informação sobre as modalidades e os benefícios do parto normal, fazendo com que muitas mulheres acabem optando pela cesariana que é um procedimento arriscado, com a presença de anestesia e uma recuperação complicada.

Caroline Severiano corrobora a informação. Segundo ela, a obstetra que a acompanhou durante o pré-natal do filho era completamente contra o parto domiciliar. Chegou a falar em cesárea pelo fato da ultrassonografia dizer que ele estava com quase 4 kg. “Dizia que o ombro ia entalar. Valentim nasceu com 3,900kg e 53 centímetros e eu não precisei tomar nenhum ponto, foi tudo perfeito. Bebês nascem, simplesmente”, destaca.

Para Felipe Nunes e Caroline Severiano não existem palavras para traduzir o sentimento que inundou o casal no momento do parto. “É uma sensação inexplicável e que não pode ser medida em palavras. Poder acordar no dia seguinte e tomar café da manhã com a família,

com nosso filho nos braços, é algo que hospital nenhum pode oferecer. Sentimos o coraçãozinho dele bater junto de nós desde o primeiro choro e isso é algo que com certeza vai ficar marcado para sempre”, contam.

A recuperação mais rápida é outro ponto que deve ser levado em consideração pelas mães quando optam pelo parto normal humanizado. Caroline, por exemplo, já subia escadas no dia seguinte.

“

Recomendamos. Seja ele domiciliar ou numa casa de parto. É um ato de amor e prova que nós mulheres sabemos parir.

Felipe Nunes e Caroline Severiano

”

É importante lembrar que o parto humanizado, seja em casa ou em casas de parto, não é sinônimo de falta de acompanhamento médico. Pelo contrário, as mulheres realizam acompanhamento pré-natal e são assistidas por médicas, enfermeiras obstetras e profissionais capacitados para tratar do assunto.

Acompanhamento médico é essencial

Allice Lopes tem apenas 26 anos e uma grande responsabilidade: apoiar as gestantes que optaram pelo parto normal a trazerem os filhos ao mundo com amor e segurança. Doula é uma mulher que apoia outra mulher, geralmente

em gestações de baixo risco, através de preparo emocional e apoio físico durante a gestação e o nascimento, orientando medidas de alívio da dor durante o trabalho de parto. Após o nascimento do bebê, as doulas atuam como facilitadoras nas técnicas para amamentação, que nem sempre acontece de modo tranquilo e espontâneo, e na adaptação do casal à nova rotina familiar com tranquilidade.

Mas ela deixa claro, que o trabalho das doulas não substitui o acompanhamento médico. “É preciso lembrar que a doula tem seu próprio papel na equipe, ela não substitui enfermeiras, médicos e nem parteiras. A doula assiste a mulher em suas necessidades mais íntimas, a atenção dela é voltada exclusivamente para servir a parturiente, ela não faz procedimentos médicos. A doula é, sobretudo, aquela que busca manter a mãe tranquila e segura, utilizando de meios não farmacológicos para a dor, seja ela emocional ou física.”, explica Allice.

A doula ressalta, ainda, que o parto humanizado é sim tecnológico e responsável, porém bem menos invasivo. “Antes que um procedimento seja realizado é avaliada sua real necessidade, não há medida de rotina, mas sim individualização e monitoramento cuidadoso antes e durante o parto. O ambiente deve ser tranquilo e deve haver privacidade”, aponta.

Ela dá uma dica: a gestante deve escolher a profissional que lhe dá mais segurança e confiabilidade por se tratar de um momento íntimo e único em sua vida. “Brasília é uma cidade privilegiada no sentido de possuir alguns

profissionais humanizados e a Casa de Parto de São Sebastião. Fui contaminada de maneira positiva por tal atmosfera, ainda há muito o que melhorar, mas se comparada a outras cidades, estamos avançando”. ●



NORMAL	CESARIANA
recuperação rápida	recuperação lenta
trabalho de parto é mais longo. Em alguns casos, pode durar 12 horas.	a cirurgia demora em média 1 hora
menor risco de infecção	maior risco de infecção
não há dor pós-parto	há dor pós-parto
pode ser feita sem anestesia ou com anestesia de menor dosagem	o procedimento é feito com anestesia raquiana ou peridural
há compressão da caixa tórácica, que libera o líquido dos pulmões do bebê	não há compressão da caixa torácica, o que aumenta os riscos de doenças respiratórias no bebê
a cada parto normal, o processo é mais rápido e simples que o anterior	a cada cesariana o processo é mais complicado do que o anterior

Exercícios para crianças e jovens: alegria, saúde e bem-estar

Se antes as crianças e jovens corriam na rua, jogavam bola ou soltavam pipa, hoje elas têm como entretenimento a televisão, o computador e os videogames. Para reduzir esse hábito sedentário, muitos pais têm a preocupação de procurar uma atividade física para os filhos. Isso porque cada vez mais tem se falado na necessidade de ter um estilo de vida saudável, na importância de seguir uma dieta balanceada e praticar atividade física para uma boa saúde. Ainda assim, cresce a cada ano o número de crianças e jovens obesos. De acordo com dados de 2013 da Organização Mundial da Saúde, o problema atinge um terço das crianças de 6 a 9 anos.

Todo esporte proporciona benefícios à criança. Em curto prazo, força muscular, coordenação motora, equilíbrio, estímulo, bem-estar físico, mental e emocional.

A longo prazo, além dos hábitos já saudáveis na tenra idade, o aumento gradativo de força e a resistência dos músculos, desenvolvimento da massa óssea e prevenção de doenças surgem como consequências naturais à prática de atividades físicas.

Para o fisiologista e coordenador da Academia do late, Evandro Lima, as vantagens não são apenas físicas. “Os exercícios também refletem no campo psicossocial, já que desenvolvem vários atributos pessoais desde cedo”, afirma. Na opinião dele, também não há restrição de idade, apenas adequação de cada indivíduo. “Alguns esportes propiciam qualidades específicas, como por exemplo, aqueles que desenvolvem mais o sentido de cooperação e sociabilidade, como é o caso do futebol, do basquete e do handebol. Já as lutas marciais trabalham mais o equilíbrio emocional.”

Para saber qual o exercício mais indicado para a criançada de acordo com a faixa etária, a Revista late separou para você dicas especiais para colocar a criançada em movimento de forma correta. Confira na tabela ao lado:

De 1 aos 3 anos: são recomendáveis 30 minutos de atividade física planejada e 60 minutos de brincadeiras recreativas diárias, preferencialmente ao ar livre.

De 4 aos 5 anos: são recomendáveis 60 minutos de atividade física planejada e 60 minutos de brincadeiras recreativas diárias, preferencialmente ao ar livre.

De 6 aos 12 anos: é recomendável estimular a garotada a andar de bicicleta, jogar bola, natação, pular corda, brincar de esconde-esconde, etc. As atividades devem ser divididas em períodos de 20 minutos cada. Nesta fase, sugere-se duas horas de atividades diárias.

De 13 aos 15 anos: é necessária orientação médica sobre atividades físicas mais ou menos intensas em virtude do período da puberdade.

De 16 aos 18 anos: podem-se estimular atividades físicas competitivas nesta fase e é aconselhável de 60 a 90 minutos de atividade diariamente.

(*) Dados do Ministério da Saúde. ●





FESTA do
PIJAMA
que
Brilha e
ARREPIA
no escuro!

TRANSFORME SUSTOS EM BRINCADEIRA!

OS MONSTROS TOMARAM CONTA DA COLEÇÃO ESPECIAL DE PIJAMAS.
VISITE NOSSA LOJA E CONFIRA AS NOVAS ESTAMPAS QUE VÃO DEIXAR
A NOITE DAS CRIANÇAS ARREPIANTE E CHEIA DE ALEGRIA.

PUC PARKSHOPPING | 2º PISO | 61 33676415
A partir de 30/05 no Shopping Iguatemi | 1º piso | 61 34686942

“DETOX”, A MELHOR OPÇÃO PARA VOLTAR À FORMA.

Você sabe o que é detox? Segundo Andrea Santa Rosa, nutricionista funcional e membro da Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição, detoxificação é um termo utilizado na nutrição funcional para definir uma grande “limpeza” no organismo. “Os sucos que ajudam a desintoxicar o organismo, popularmente conhecidos como “detox”, além de estarem em alta, são uma ótima opção pra começar a limpar o corpo após as estripulias do feriado”. O mais conhecido é o suco verde, geralmente indicado para ser ingerido pela manhã, já que fornece energia ao corpo.

As vantagens são inúmeras: o emagrecimento, a cura da ressaca, energização, a diminuição dos inchaços, melhora do sono e aumento da imunidade. Por isso, muitas celebridades, tanto nacionais quanto internacionais, são adeptas desse tipo de alimentação, que mantém a silhueta enxuta.

De acordo com a nutricionista, o objetivo principal é a transformação das toxinas em substâncias hidrossolúveis para serem eliminadas pela urina, bile, suor, fezes e lágrimas. Segundo Andrea, para atingir esse objetivo, o nutricionista elimina da dieta os principais elementos que podem ser maléficos. “Em geral, são cortados grupos alimentares, como glúten, laticínios, açúcares e gorduras. Todas essas substâncias causam uma sobrecarga das células hepáticas e intestinais, e dificultam o processo de biotransformação das toxinas em substâncias hidrossolúveis. Além desses alimentos, produtos de origem animal também são retirados por possuírem uma digestão mais lenta”, afirmou ela.

Apesar de não ser o emagrecimento o objetivo principal, a eliminação de alguns quilos acaba ocorrendo de maneira natural e muitas mulheres recorrem ao regime para emagrecer de forma mais acelerada. Mas vale lembrar que o detox dura entre sete e dez dias, no máximo. Para o objetivo ser atingido no prazo determinado, há uma restrição calórica, porém as refeições são bem fracionadas, geralmente com intervalos de duas horas, deixando a pessoa confortável com a dieta.

O acompanhamento nutricional é essencial durante o detox para que a pessoa não desenvolva nenhuma carência nutricional devido à restrição de diversos alimentos. “Após esse período, serão



reintroduzidos gradualmente os alimentos que foram retirados para um resultado satisfatório”, concluiu Andrea.

Para o método detox, a dietista investe em alimentos diuréticos, como a água de coco, que ajuda na eliminação de toxinas e também repõe os minerais do corpo. Frutas e vegetais folhosos ricos em fibras, amigos da saciedade e do bom funcionamento do intestino, também estão na lista dos alimentos. Confira três receitas elaboradas para você recuperar a boa forma e perder os quilinhos a mais. ●

SUCO DETOX VERDE

Ingredientes

- 150 ml água de coco;
- 1 maçã com casca;
- Folhas de couve e hortelã a gosto.

Modo de preparo

Bata todos os ingredientes no liquidificador, coe e beba.

SUCO DETOX DE MELANCIA

Ingredientes

- 1 fatia média de melancia;
- Gengibre a gosto;
- 150 ml de água filtrada

Modo de preparo

Bata todos os ingredientes no liquidificador, coe e beba.

SUCO DETOX COM CHÁ VERDE

Ingredientes

- 1 limão ou 2 fatias médias de abacaxi;
- 200ml de chá verde;
- 100 ml de água filtrada.

Modo de preparo

Bata todos os ingredientes no liquidificador, coe e beba.



NOVOS PROJETOS para o Espaço da Sinuca



Francisco Morato durante uma partida do 1º Torneio Interno de Sinuca 2014

Família, amigos e também muita concentração. Assim foi o clima contagiante do Campeonato Interno de Sinuca, que aconteceu entre 1º e 6 de abril. O evento teve aproximadamente 38 inscritos e terminou com nove premiados com medalhas de ouro, prata e bronze.

De acordo com o Vice-diretor de Sinuca, Moisés do Espírito Santo Júnior, existiu a preocupação em equilibrar as chaves do torneio para não prejudicar os competidores. “Escolhemos os cabeças-de-chave pelo nível técnico de cada um e sorteamos os demais”, afirmou o Vice-diretor.



O 1º Vice-comodoro Rodrigo Roriz



Abertura do 1º Torneio Interno de Sinuca 2014



Cassio Aviani Ribeiro e o Comodoro Edison Garcia

No intuito de aperfeiçoar a competição, as disputas aconteceram durante toda a semana, de acordo com a classe, fazendo com que as partidas não ficassem muito cansativas para os jogadores, já que estas podem durar até três horas. “A ideia também foi terminar o torneio no sábado, e realizar somente a premiação no domingo. Pensamos na questão da vaidade dos jogadores, que preferem fazer deste momento um evento para trazer a família e amigos”, afirma o Vice-diretor.



Confraternização entre competidores e familiares após as finais do 1º Torneio Interno de Sinuca 2014

A Vice-diretoria de Sinuca também recebeu uma ótima ajuda no torneio. O sinuqueiro Walter Silva, um dos melhores do país desta modalidade, esteve no Clube para avaliar minuciosamente as instalações e os equipamentos do Espaço da Sinuca, indicando mudanças para melhorar a prática esportiva. Segundo Moisés, as sugestões do esportista foram de grande importância e elevou o padrão do local. “Ele propôs algumas transformações importantes, desde o tecido da mesa, até a luminosidade do local”, complementou o Vice-diretor.

A gestão do late, comprometida em oferecer as melhores condições para seus Sócios, se movimentou para acolher as propostas e realizar tais melhorias. Seis mesas de Sinuca já foram reformadas e entregues. Foram realizados lixamento, adequação de nível e a troca do tecido. O novo material é importado da Inglaterra e o Clube é o único de Brasília que oferece este diferencial aos participantes. ●



Ronaldo do Monte Rosa, Francisco Morato e Francisco Zenor Teixeira



Moisés do Espírito Santo Jr., Vice-diretor da Sinuca



João Pompeo Jr. e Almerindo Torres, campeão da Categoria Ouro

VIVA MAIS SAUDÁVEL

Todos nós sabemos que a prática esportiva é muito importante para obtermos uma vida mais saudável e, além de fazer bem para o corpo, também satisfaz a mente. A prática de uma atividade regular e bem orientada por um profissional de educação física traz muitos benefícios, prevenindo doenças ligadas à obesidade, aliviando o estresse e promovendo uma melhor qualidade de vida.

Mas como iniciar esta prática regularmente e bem orientada? O grande segredo para incorporá-la em seu cotidiano é fazer dela um momento de lazer. É importante lembrar que os benefícios dos exercícios físicos para o organismo não estão somente dentro das

academias, mas também nos parques, próximos à natureza, locais em que se amplia o bem-estar do corpo e da mente.

Pensando nisso, o late Clube de Brasília criou o movimento Viva Mais. São aulas de ginástica que acontecem às segundas, quartas e sextas a partir das 10h, acompanhadas pelo professor Élder Guimarães. Os latistas participantes, além de cuidar da saúde praticando caminhadas, alongamentos e exercícios aeróbicos, cuidam também da parte social, conhecendo pessoas diferentes e formando assim novos ciclos de amizade. ●



GUILHERME RABELO É 6º NO TROFÉU MARIA LENK

NADADOR AINDA CONQUISTOU RECORDE ABSOLUTO DE BRASÍLIA

Aos 19 anos e competindo desde os 12, o nadador Guilherme Miranda Rabelo só tem motivos para comemorar vitórias no esporte. Em abril, o atleta participou do Troféu Maria Lenk – Campeonato Brasileiro Absoluto, principal competição do país, onde estabeleceu o novo recorde absoluto de Brasília em piscina longa (50m) nos 200m Costas, terminando o campeonato em 6º colocado do Brasil. Em 2013, o atleta ficou em 10º lugar nesta competição.

Esta é a terceira vez que Guilherme compete representando o late Clube no Torneio, que reúne os melhores nadadores do Brasil em diversas categorias. Para o nadador, a responsabilidade é grande. “O nível é alto, mas treino muito para isso”, disse, destacando que ainda quer chegar ao mesmo grau dos profissionais renomados com quem tem oportunidade de competir.

O atleta treina de segunda a sábado, nadando até sete mil metros por dia, além de fazer muita musculação e seguir uma dieta equilibrada. Além disso, também conta com a energia positiva dos amigos e familiares. “Tenho muitos amigos que são do esporte, amigos de fora e a família também me apoiam”.

As vitórias que Guilherme vem colecionando desde 2011 são muitas. A especialidade do atleta é o nado costas, em que vem competindo nas provas de 50, 100 e 200m. Atualmente ele detém o recorde absoluto de Brasília na prova em piscina curta, além de recordes nas categorias Júnior e Sênior na Região Centro-Oeste.

Para tantos resultados, o trabalho e esforço estão sempre presentes. O pai, Claudio Rabelo, confirma que a dedicação é essencial para alcançar os objetivos. “A rotina diária é cansativa, pela manhã ele cursa faculdade de Educação Física, à tarde treinamento na piscina e de noite Academia. Não existem feriados e os fins de semana são povoados de treinamentos e competições”.

O que mais chama a atenção do pai, que acompanha a vida do filho no esporte, é a determinação em busca do sonho. “Não é fácil competir de igual para igual com os grandes centros. Temos boas estruturas como a que o late Clube de Brasília oferece, excelentes profissionais, mas nos ressentimos muito da falta de apoio e patrocínios da iniciativa privada. Portanto, os resultados alcançados são muito comemorados e motivo de muito orgulho de toda a família”, destaca.

Recentemente, o atleta foi destaque no XXXI Campeonato Brasileiro Júnior de Natação de Inverno, na Categoria Sênior, ficando em 5º lugar nos 200m Costas e em 6º nos 50m Costas. Já no 15º Circuito de Natação em Águas Abertas, realizado no Lago Paranoá, o nadador conquistou o 1º lugar na classificação geral masculino. ●



Guilherme Rabelo:
6º lugar no concorrido
Troféu Maria Lenk



© 2014 Monumental Imobiliária

Uma imobiliária que é Monumental não apenas no nome, mas também em seus serviços.

Serviços completos e integrados com atenção especial ao cliente. Na Monumental Agência Imobiliária, você vai descobrir que realizar seu sonho de um novo lar é mais fácil do que você imagina.

• **Assessoria Jurídica:** Empresa de advocacia especializada em Direito Imobiliário, com 20 anos de experiência e atuação em todo o Brasil (Leopoldo Nascimento Advogados Associados);

• **Assessoria Tributária:** Contamos com um escritório de contabilidade para auxiliar nossos clientes sobre as tributações de uma operação imobiliária;

• **Assessoria Cartorial:** Cuidar de toda documentação (junto aos cartórios);

• **Assessoria na Investimento:** Identificar o interesse de rentabilidade e direcionar o cliente para a melhor opção;

• Avaliação realizada por **peritos especialistas** no mercado de Alto Padrão;

• **Projeto de Arquitetura** para reforma, construção e decoração de ambientes;

• **Equipe para reforma, construção e incorporação;**

• A Monumental funciona todos os dias, inclusive aos **sábados, domingos e feriados;**

• **Avaliação do perfil do cliente** comprador, antes de levá-lo ao imóvel;

• Parceria com empresas de **móveis planejados;**

• Divulgação do seu imóvel em **mais de 15 meios de comunicação;**

• **Investimentos Internacionais** em Portugal e Estados Unidos da América.

Se você busca qualidade e excelência no atendimento, a Monumental Agência Imobiliária é o lugar certo para você.

www.monumentalimoveis.com.br
(61) 3030 1400 | (61) 8422 7100

 **Monumental**
Agência Imobiliária CRAN 06



ATLETA LEANDRO DAVID BATE RECORDE NO CAMPEONATO CENTRO-OESTE DE NATAÇÃO

Desde os nove anos de idade o atleta do late Clube. Leandro David Bressan dos Santos entrou no universo da natação e mergulhou de cabeça, vendo no esporte muito mais do que um passatempo, e sim uma oportunidade de crescer profissionalmente. Atualmente com 16 anos, o nadador começou a competir aos 12 e participa de diversos campeonatos dentro e fora de Brasília. Mais recentemente bateu o recorde de 200m Peito no Campeonato Centro-Oeste de Natação na categoria Júnior. “Sou apaixonado pelo esporte e de lá pra cá, só venho me apaixonando mais ainda”, conta entusiasmado.

Há quatro anos treinando no late Clube, o atleta conta que encontrou todo o apoio que precisava, tanto do técnico quanto da família e amigos. “Minha família e amigos me apoiam, e fico feliz com isso, pois me dá um incentivo a

mais quando vou competir”. Além dessa grande ajuda, Leandro também precisa se preparar muito para competir. Os treinos são bem pesados: ele nada de segunda à sábado pelo menos 3h diárias e ainda precisa fazer acompanhamento nutricional constante e academia para ganhar força e resistência. O cansaço passa longe do jovem nadador. “Às vezes treino duas vezes ao dia. Apenas perto de torneios o ritmo vai ficando mais leve para gente não cansar na competição”.

No Campeonato Centro-Oeste é o terceiro ano consecutivo que Leandro David é campeão nos 100m e 200m Peito, sempre batendo o recorde de melhor índice técnico, considerado como o atleta mais eficiente do torneio. Ficou em 3º lugar nos 100m Peito em 2012 e em 2º nos 200m, no Campeonato Brasileiro Juvenil de Natação de 2013. Também é vice-campeão brasileiro nos

200m Peito na categoria juvenil e, recentemente, com a mudança de idade, passou a competir na categoria Júnior 1.

A sequência de vitórias e conquistas do nadador é fruto de muito treino, mas também do constante apoio que recebe da família. Quem confirma é a mãe do atleta, Ignez Maria David Bressan. “O incentivo dos pais é extremamente importante e fundamental, pois a rotina é muito pesada, e ele precisa de todo o apoio. A gente acompanha as competições para dar suporte, já que é um pouco difícil para ele administrar sozinho”.

E quem melhor para falar de um atleta do que a mãe, que acompanha, torce e se emociona a cada momento. “O Leandro é apaixonado pela natação. É um esporte que ele escolheu fazer, então ele faz com amor. Quando chega o período de competições, ele fica bem nervoso, principalmente nas mais importantes, pois tem toda uma preparação, um foco para isso, e a gente acompanha para que ele tenha o melhor desempenho”. ●



O atleta Leandro David Bressan: apaixonado pela natação



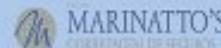
Brasília recebe de braços abertos mais uma grande empresa nacional: RBM Corretora de Seguros.

Resultado da fusão de duas das mais conceituadas empresas do ramo, a Rio Brokers e a Marinatto's a RBM já nasce com mais de trinta anos de experiência nos mais diversos ramos de seguro e resseguro.

A Capital Federal agora passa a ser também a Capital do seguro.

Entre em contato e veja o que nossa expertise pode fazer para você.

RBM Corretora de Seguros, nosso negócio é seguro.



Rio de Janeiro - Brasília
São Paulo

Tels: (21) 2224-8282
(61) 3328-5331 / 8270-2921
4*16938

seguros.bsb@rbmsegueros.com.br
www.rbmseguros.com.br

7ª COPA COMODORO DE NATAÇÃO REÚNE MAIS DE 280 ATLETAS DE DIVERSAS LOCALIDADES



Uma das competições mais esperadas da Natação, a 7ª Copa Comodoro de Natação Master reuniu mais de 288 atletas que representaram 19 Clubes, nas categorias Master e Pré-Master. Quatro nadadores participaram representando o late Clube de Brasília, que ficou em 4º lugar na disputa.

Segundo o Vice-diretor de Esportes Aquáticos, José Gustavo de Alvarenga, o número de participantes foi grande, a exemplo do que já acontece todos os anos. “Tivemos um número expressivo de atletas inscritos na 7ª Copa Comodoro contando com atletas de todas as categorias Master. O torneio transcorreu na mais

perfeita harmonia e organização, sendo elogiada pelos participantes e todos já contando com a próxima edição”.

O campeonato reuniu atletas nas categorias Master e Pré Master de nível nacional e internacional. José Gustavo destacou que a 7ª Copa Comodoro faz parte do calendário anual da Associação Brasiliense Master de Natação, “e é uma das mais esperadas do ano por se tratar de um evento que faz parte das festividades em comemoração ao Aniversário do late e, ao final da competição, todos os atletas e familiares participam da confraternização em clima festivo”.

No último dia 29 de abril, a Associação Brasiliense Master de Natação entregou ao Comodoro Edison Garcia uma placa em reconhecimento e agradecimento ao late Clube de Brasília por sua contribuição para o desenvolvimento da natação do Distrito Federal e promoção da qualidade de vida de seus nadadores masters, por meio da 7ª Copa Comodoro de Natação Master.



Homenagem recebida pelo Comodoro Edison Garcia e o 2º Comodoro Antônio Oscar Lóssio.



Confira os vencedores	
Categoria: Pré Master	
- Simone Noronha Kohler:	
1º lugar: 50M Borboleta (Recorde Brasileiro e Sul Americano); e	
1º lugar: 50M Livre.	
Categoria: 50+	
- Arnaldo Sampaio de Moraes Godoy:	
5º lugar - 400M Livre; e	
6º lugar - 50M Livre.	
Categoria: 35+	
- Leandro Barbosa de Souza:	
3º lugar: 400M Livre; e	
1º lugar: 400M Medley.	
Categoria: 50+	
Yolanda Maria Gênova de Mattos:	
1º lugar: 50M Borboleta; e	
1º lugar: 50M Livre.	





FESTA DE 54 ANOS DO IATE

Sol, um dia agradável, música boa, bolo e balões. Esses foram alguns dos ingredientes que não poderiam faltar na festa de aniversário de 54 anos do Clube. A música ficou por conta da banda Surf Sessions que agitou o dia ao som de muito reggae, sons alternativos, pop rock e até samba, a pedidos. Os presentes também puderam se deliciar com churros, pastel, espetinho e algodão doce. Para a molecada, brinquedos infláveis e acqua ball.





A woman in a blue bikini and sunglasses is reaching up to hit a volleyball over a net. The ball is yellow and blue. The net is blue with a yellow top band. The background shows a green fence and trees.

CAMPEONATOS

Determinação e muita habilidade marcaram todos os torneios realizados no late Clube de Brasília no último mês. Diversos campeonatos permitiram que os atletas aperfeiçoassem conhecimentos e técnicas, além da busca pela evolução no próprio desempenho, competindo com campeões do Clube e de fora. As disputas agradaram a todos os gostos desde a sinuca, passando pela peteca, volei, futebol, patinação até chegar na natação.







Regata de Aniversário

O resgate da história do iatismo em Brasília emocionou a todos os participantes da Regata de Aniversário de 54 anos. Com a presença de grandes nomes do esporte e com diversos atletas do Clube, a entrega das medalhas, foi sem dúvida, um evento que ficará na memória de todos. A cada fala, a lembrança de como o late Clube de Brasília contribuiu para a formação do iatismo e também de atletas de renome internacional.







EXPOSIÇÃO DE ARTE

FACES DE BRASÍLIA

Em comemoração aos 54 anos do late Clube, a Diretoria Cultural realizou a exposição coletiva “Mil Faces de Brasília”, na Antiga Sede. A mostra contou com pinturas, esculturas, fotografias e mosaicos de diversos artistas e fez uma homenagem em memória ao artista Glênio Bianchetti.





GO CUP: O Mundial dos Pequenos Atletas

Muito antes da Copa do Mundo de 2014 tomar conta dos bate-papos e pensamentos dos brasileiros, 20 atletas do late Clube já sentiam o gostinho do que é fazer parte de um campeonato mundial. Esses jogadores, das categorias sub 09 e sub 10 tiveram a oportunidade de participar da Go Cup - Mundial Infantil de Futebol 7, que este ano foi sediado em Aparecida de Goiânia (GO). O campeonato reuniu atletas de até 12 anos de diversos Clubes do Brasil e do mundo em uma disputa de gente grande. A empolgação dos pequenos atletas foi do início ao fim e contou ainda com a torcida especial dos professores e familiares que prestigiaram a atuação das crianças em um torneio digno de Mundial.

A Go Cup reuniu jogadores de futebol de 180 Clubes e representantes de 10 países com o principal objetivo de integrar e socializar as crianças no esporte. Para o Vice-diretor de Futebol, Arnaldo Martins, o empenho e o comprometimento dos pequenos foram admiráveis. “Essa é uma geração vitoriosa, e o late deposita muita esperança nos atletas. Muitos participaram pela primeira vez de um campeonato como esse. Nós da escolinha de futebol pretendemos levar os jogadores para participar de outros eventos esportivos”, reforçou.



Os atletas do late também tiveram a oportunidade de disputar a Go Cup ao lado de jogadores de escolinhas de times profissionais do Brasil, como Vasco, Grêmio, Cruzeiro, Flamengo, e do mundo, como Atlético de Madrid, Benfica de Portugal e Kashima Antlers do Japão. Para Arnaldo Martins, o principal motivo de levar a garotada para participar desse tipo de campeonato vai além do futuro profissional no futebol. “O objetivo da nossa escolinha, que conta com 300 meninos, não é formar jogador profissional, nosso ideal sempre foi incentivar o esporte”, destacou reforçando que a Vice-diretoria de Futebol tem se esforçado para atender a lista de espera de crianças para iniciar a modalidade no late Clube. ●





Uma noite deliciosa, com a presença de amigos e muita música boa. Esses foram os quesitos presentes no evento Sons da Cidade, promovido pela Diretoria Cultural no dia 17/4. New Old Days, Surf Sessions e a participação especial dos cantores Milton Guedes e Augusto Xavier animaram os participantes. E ninguém conseguiu ficar parado, em pouco tempo o espaço em frente ao palco foi tomado pelos latistas e convidados que dançaram a noite toda.









Siga Odontologia

Para a Siga Odontologia o melhor sorriso é o que vem de dentro!

A Siga Odontologia vem promovendo saúde e bem estar para seus pacientes há mais de 30 anos, tendo realizado mais de 10 mil procedimentos, entre tratamentos ortodônticos, reabilitação por implantes, cirurgias avançadas, dentística restauradora e estética, dentre outros.

Este sucesso é possível graças a um corpo clínico altamente qualificado, com profissionais graduados e pós-graduados em centros de referência nacional e internacional e que busca sempre estar atualizado com as mais novas tendências do mercado.

Investimentos constantes em tecnologia, materiais de ultima geração e biossegurança ajudam a garantir um atendimento de excelência, prezando pela qualidade do tratamento e segurança de nossos pacientes.

Ainda pensando no conforto de nossos pacientes, a Siga Odontologia possui profissionais especializados nas mais diversas áreas da odontologia em um único centro clínico, evitando assim o incômodo do deslocamentos entre clinicas para cada etapa do seu tratamento.

Possuímos quatro unidades estrategicamente localizadas nos melhores pontos do Distrito Federal, sendo que o mais novo centro clínico fica no coração do Lago Norte, próximo a importantes centros comerciais como Shopping Iguatemi e Deck Norte, de fácil acesso, sem transtornos na hora de estacionar e com um padrão de atendimento classe A.



Dr. Theodoro Bruno Papa – CRODF 10030/IE 4101

Especialista graduado e pós-graduado em Ortodontia e Ortopedia Funcional dos Maxilares pela UNESP - Universidade Estadual Paulista Araraquara. Capacitação em Cirurgia Oral pela APCD – Associação Paulista dos Cirurgiões Dentistas Araraquara. SPO – Sociedade Paulista de Ortodontia e Membro da Associação Brasileira de Ortodontia. Capacitação em Sistemas Autoligados - Damon System



Dra. Nilma Mello – CRODF 1197

Graduada na Faculdade de Odontologia da Universidade Federal de Goiás, aperfeiçoamento em dentística e odontologia estética pela EAP – ABO DF.



Dr. Diogo Lustosa – CRODF 6045

Mestre em Implantodontia pela USC – de Bauru/SP. Autor dos capítulos de Estética e Cirurgia em Implantodontia do livro “Bases Clínicas e Biológicas na Implantologia”. Especialista em Implantodontia pela APCD - de Araçatuba/SP (IE 2171). Especialista em Prótese Dental pela UNESP – Araraquara/SP (IE 1849). Especialização em Ortodontia pela EBO – de Brasília/DF. Aperfeiçoamento em Estética pela FAHL Arte e Ciência – de Curitiba/PR. Credenciado em Sedação Consciente com uso de óxido nitroso e oxigênio pela ABO DF. Capacitação em Cirurgia de Implantes Guiados por Computador pela ABO DF.

Serviço:
www.sigaodontologia.com.br

Lago Norte - Brasília - DF
61. 3226-0886
SHIN CA 02 bloco A loja 16

Guará-DF
61.3568-6102
QE 30 bloco B loja 03 Guará II

Pátio Brasil
61.3964-3434
Salas 910/912

Conjunto Nacional
61.3326-8484
Sala 4045

O FRIO COMBINA COM...

Os apreciadores de uma boa cerveja não dispensam a bebida em qualquer ocasião, nem mesmo quando está frio. Pensando nisso, a Revista Late separou para você algumas dicas de nomes e marcas para beber até naquele friozinho. Especialistas na fabricação de cervejas artesanais e gourmet indicam que para os dias mais frios, as mais indicadas são àquelas com teor alcoólico mais elevado e sabores mais intensos. Confira a seleção que preparamos para você e curta melhor as baixas temperaturas.



Bierland Strong Golden Ale

A Bierland Strong Golden Ale é uma cerveja rica e complexa. Além da primeira fermentação nos tanques da cervejaria, a bebida passa por uma segunda fermentação na garrafa. Sua coloração cobre avermelhada provém dos quatro tipos de maltes utilizados. O aroma possui um leve adocicado, frutado, nuances condimentados e notas de álcool, com teor de 9%. A bebida harmoniza com carne vermelha e comidas mexicanas apimentadas.

8.6 Blond

De origem holandesa, a 8.6 Blond é uma cerveja dourada, com espuma de boa formação, tem aromas que lembram malte e whisky. Seu sabor é alcoólico e adocicado, com notas de damasco e ameixa, suavemente amargo. Tem 7,9% de álcool e combina com grelhados, pratos condimentados, frutos do mar e queijos azuis.



Rauchbier

A Rauchbier, que em alemão significa “cerveja de fumaça”, tem notas potentes de fumo e defumado do malte e possui aroma de café e chocolate. Apesar do cheiro adocicado, seu sabor levemente amargo combina muito bem com charutos. O sabor característico lembra aquele de carne defumada. Tem 5,4% de teor alcoólico.

Baden Baden Bock

Cerveja produzida no Brasil, escura com sabor adocicado e notas torradas, amargor moderado e aroma suave de lúpulo. Combina com carnes vermelhas, pato, massas com molhos à base de carne e queijos gorgonzola, roquefort e reblochon. Tem teor alcoólico de 9,2%.



Elixir - Baladin

Elixir é uma cerveja italiana licorosa e alcoólica. Fermentada com leveduras de whisky, tem aroma que apresenta notas frutadas e florais e sabor levemente adocicado. Por combinar com o friozinho, tem capacidade de conquistar e envolver. Traz notas frutadas leves, floral e sutil adocicado. Vai bem com queijos, lagosta, carne de caça e paella.



Seu lazer para nós é patrimônio levado a sério. A RBM é a corretora líder no país no segmento de embarcações de recreio, detendo ainda, um produto exclusivo e específico para marinas.

Em parceria com as maiores seguradoras do mercado atuamos nos mais diversos ramos de seguro administrando atualmente um carteira com mais de 20 mil veículos segurados e 150 mil vidas na área de benefícios.

Entre em contato e faça sua consulta.

RBM Corretora de Seguros, nosso negócio é seguro.



rbm****

Corretora de Seguros

Rio de Janeiro - Brasília
São Paulo

Tels: (21) 2224-8282
(61) 3328-5331 / 8270-2921
4*16938

seguros.bsb@rbmsegueros.com.br
www.rbmseguros.com.br

CULTURA



Pro você se encantar.

Pro você aprender algo novo.

Pro você curtir diversas culturas no mesmo lugar.

○ ParkShopping só é completo porque é pra você.

- 18 ESTABELECIMENTOS
- 1000 QUALIFICADOS
- 11 SALÃO CINEMA

- 1000 REPRESENTANTES HOT SHOP
- MAIS DE 4000 VAGAS DE ESTACIONAMENTO
- SERVIÇO DE PARADORA

www.parkshopping.com.br

ParkShopping

Completo pra você

**Na hora de enviar sua
Carga ou Encomenda,
tome a decisão certa.**



Coleta e Entrega Programada Pontual.
Rapidez e pontualidade sem dor de cabeça.