

ESPORTE, ESTILO E CULTURA: A REVISTA DA VIDA EM MOVIMENTO

FAROL

LATE
#109

Setembro/Outubro/Novembro 2026

NO TOPO DO MUNDO

Guto Miguel se despede do juvenil no US Open e inicia nova fase na carreira

Arte é terapia

Conheça mais sobre as vernissages no late
p. 42

Natação baby

Os benefícios do esporte para os bebês
p. 48

Clubes de leitura

Participantes fazem recomendações literárias
p. 76

“É incrível ver nossos
filhos crescerem com
a mesma formação.”

Oswaldo e Liv
Pais de 3 alunos Galois



MATRÍCULAS ABERTAS

galois.com.br

Promover uma jornada completa é nosso compromisso

O Galois é mais que uma escola. O que fazemos vai além da aula, da tecnologia, da aprovação.

Acreditamos que educar é formar o ser humano por inteiro. Cultivamos a excelência cognitiva, desenvolvemos o raciocínio estruturado, a disciplina intelectual, o amor ao conhecimento e uma relação íntima com a fé cristã.

Muitas famílias escolhem confiar ao Galois a educação de seus filhos da infância à juventude. Essa confiança, construída ao longo do tempo, é resultado de um compromisso permanente com uma formação sólida, humana e profunda.

Em um mundo em que as respostas surgem num clique, torna-se ainda mais importante formar jovens capazes de refletir, questionar, criar e agir com responsabilidade. Por isso, cultivamos competências que permanecem fundamentais em qualquer tempo: a curiosidade, a autonomia, o pensamento crítico e os valores que orientam boas escolhas.

Há 30 anos, formamos crianças e jovens intelectualmente preparados, emocionalmente equilibrados, moralmente responsáveis e espiritualmente conscientes. Tudo o que fazemos é para a vida toda, e a família do Oswaldo e da Liv é testemunha disso. Convidamos você e sua família a fazer parte desse nosso compromisso.

Farol

Setembro/Outubro/Novembro

Clube ganha quadra de padel

Nova modalidade chega ao Iate e amplia as possibilidades de prática esportiva entre os associados

16

Partiu férias?

Aproveite os clubes parceiros para descansar em família

22

Sócias apreciam exposições

Arte é refúgio para as associadas que acompanham as programações no Iate TV

42

Aqui tem moeda social

Com a arrecadação de alimentos nos eventos do Clube, as experiências se transformam em solidariedade

56

Dedicação que vale ouro

Aos 12 anos, Lucas Benite leva o ouro na Copa do Mundo de Patinação

62

O que os jovens fazem pelo Clube?

Crianças e jovens utilizam as quadras e piscinas praticando diversos esportes

70

Dicas de leitura

Associadas recomendam obras lidas nos clubes de leitura do Iate

76

Churrasqueiras & Cia

Uma salada para acompanhar o churrasco

82

IateGram

Os registros fotográficos dos últimos eventos no Iate

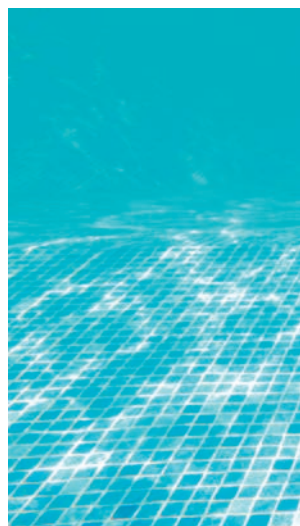
84



35

O presente que mudou tudo

Das regatas às pistas, Luiz André Almeida Reis atravessou décadas de histórias em Brasília e no Iate





08

A última dança como júnior

Depois de faturar dois Grand Slams no juvenil, Guto se prepara para a transição completa no circuito profissional



48

Natação para os pequenos

Motivos para colocar seu filho na aula de natação baby



66

Passatempos dos Iatistas

Ter um hobby é coisa séria e vai muito além de diversão

EXPEDIENTE

FAROL

Revista do Iate Clube de Brasília

Comodoro

Luiz André Almeida Reis

Presidente do Conselho Deliberativo

Edison Garcia

Dir. de Comunicação e Marketing

Márcio Cavalcanti de Albuquerque

Gerente responsável

Alexandre Santana

Jornalista responsável

Isabela Oliveira (13.616/DF)

Direção de arte

Alexandre Santana

Diagramação

Gabriel Mello Alves

Revisão

Luísa Dantas

Produção de textos

Isabela Oliveira

Foto de capa

Daniel Kopatsch/Getty Images

Edição da capa

Gabriel Mello Alves

Fotografias

Acervo de fotos dos clubes Sociedade Thalia, Yacht Clube da Bahia, Mackenzie Esporte Clube, Tijuca Tênis Clube e Yacht Club Santo Amaro, Reisy Russi Fotografia, Tiago Lopes, Luiz Candido/LuzPress e Acervo do Iate Clube de Brasília

Iate Clube de Brasília

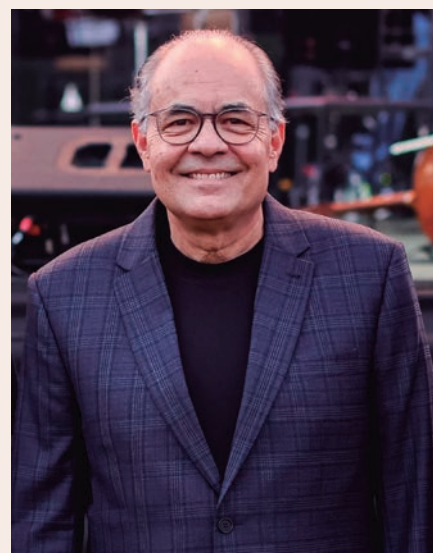
SCEN Trecho 2, Conjunto 4

Brasília-DF

(61) 3329-8700

www.iateclubedebrasil.com.br

UM IATE MAIOR PARA TODOS



Edison Antonio Costa Britto Garcia
Presidente do Conselho Deliberativo

A inauguração da nova quadra de padel é uma conquista importante e mostra como o Iate Clube tem capacidade de ampliar e modernizar sua estrutura. Ao mesmo tempo, é preciso reconhecer que outras demandas continuam à espera de uma solução. O crescimento do número de associados e o interesse cada vez maior pelas atividades esportivas aumentaram a pressão sobre espaços que já não conseguem atender toda a procura.

Nesse cenário, o pilates é um exemplo claro. O Conselho Deliberativo da gestão 2017-2020 fez um grande esforço para viabilizar a demolição do prédio da Antiga Sauna, onde hoje funciona a atividade. Naquela época, eu e o então comodoro Rudi Finger fomos contrários à demolição porque entendíamos que o clube precisava preservar espaços.

O sócio foi consultado em pesquisa e a maioria deixou claro que a edificação deveria ficar de pé, pois havia uma demanda que não era atendida. Hoje, o número de equipamentos para a modalidade foi multiplicado por quatro.

A mesma realidade aparece em outras modalidades. Na náutica, há sócios que esperam há anos para colocar suas embarcações. Na natação, no tênis e em outras áreas, a procura também cresce e pressiona uma estrutura física limitada. São demandas legítimas de uma comunidade que quer praticar esportes, conviver e aproveitar cada vez mais o clube.

Existem estudos e ideias para ampliar os espaços disponíveis, inclusive com mudanças nas áreas de estacionamento. Considero importante discutir essas alternativas, mas tenho defendido uma visão

mais ampla: precisamos buscar outras áreas apropriadas a clubes, capazes de permitir a expansão do Iate sem comprometer aquilo que já temos. Não podemos tratar cada nova demanda como um problema isolado. Precisamos pensar no clube das próximas décadas.

A eleição também deve ser um momento para essa reflexão. O associado precisa conhecer as propostas das chapas e verificar quais delas têm compromisso concreto com a ampliação da estrutura e com o atendimento das demandas que hoje já estão à nossa frente.

Administrar um clube do tamanho e da importância do Iate exige planejamento. E caberá ao sócio, que é soberano, escolher nas urnas quem estará mais preparado e comprometido com um Iate maior para todos.

O FUTURO COMEÇA AGORA



Luiz André Almeida Reis
Comodoro

Há momentos em que olhar para trás é também uma forma de compreender o caminho que temos pela frente. Ao encerrar estes três anos à frente do Iate Clube de Brasília, o sentimento que prevalece é, acima de tudo, de gratidão e de felicidade por tudo o que tivemos a oportunidade de construir juntos.

Sou grato a todos que nos acompanharam nessa jornada e, também, àqueles que vieram antes de nós, fundaram o Clube e ajudaram a transformar o Iate em muito mais do que a sala de visitas da nova metrópole.

O Iate é feito de legado, encontros, famílias e histórias que atravessam gerações. É um lugar que faz parte da vida de tantas pessoas e que também ocupa um capítulo importante da minha própria história.

Ao longo desses três anos, tivemos a oportunidade de realizar importantes melhorias e obras que hoje fazem parte do Clube e, principalmente, que foram pensadas para atender às necessidades das próximas gerações.

Cada intervenção, cada decisão e cada investimento tiveram como propósito fortalecer o Iate e prepará-lo para o futuro.

Mas acredito que o verdadeiro legado de uma gestão não está apenas naquilo que foi entregue. Está também naquilo que aprendemos ao longo do caminho.

Aprendemos que transformar uma instituição como o Iate exige coragem para tomar decisões, dedicação para executá-las, responsabilidade para compreender suas consequências e, sobretudo, sensibilidade para respeitar a história e os valores de uma instituição construída por tantas gerações.

Porque cada decisão tomada hoje terá reflexos sobre aqueles que estarão aqui amanhã – nossos filhos e nossos netos.

Encerramos este ciclo com a convicção de que deixamos um Iate mais forte, mais preparado e com melhores condições para continuar sendo esse lugar tão especial para todos nós, associados e associadas.

Agora, com a aproximação das eleições, é hora de cada associado exercer seu direito de escolher os próximos caminhos do nosso Clube. O futuro do Iate será construído também a partir dessas escolhas e, principalmente, da participação de cada um de nós.

Que saibamos cuidar do Iate com respeito à sua história, orgulho pelo seu presente e responsabilidade diante do seu futuro.

Encerro este capítulo com muito orgulho do que conseguimos realizar juntos e com a certeza de que nenhuma gestão constrói um legado sozinha. Tudo o que foi feito contou com a participação, o trabalho e a confiança de muitas pessoas.

A todos que fizeram, fazem e ainda farão parte da história do Iate Clube de Brasília, o meu muito obrigado.

A história não termina aqui.

Ela continua sendo escrita – e o futuro começa agora.



O ÚLTIMO DESAFIO NO JUVENIL

Depois de faturar dois Grand Slams, Guto se prepara para o último torneio que vai disputar como júnior: o US Open

No sagrado saibro de Roland Garros e na tradicional grama de Wimbledon, o tenista do Iate Clube de Brasília Luís Guto Miguel levantou a taça de campeão. No primeiro, venceu em simples, em uma campanha marcada por desafios físicos e pela presença dos pais. No segundo, a resiliência fez Guto chegar ao topo nas duplas. Os títulos deram uma convicção: para ser vitorioso é preciso ter paciência e jogar cada ponto até “acertar no gol”. Mas essa carreira no júnior tem data final para encerrar: no US Open, em setembro.

Desde que ganhou Roland Garros, em junho, a ficha de Guto caiu aos poucos, afinal o começo da temporada foi recheada de momentos difíceis. “Comecei muito bem na Austrália [no primeiro Grand Slam do ano, o Australian Open], mas perdi nas quartas de final. Depois daquela derrota, senti uma queda na confiança. Tive outras oportunidades importantes durante a temporada. Vivi experiências incríveis, mas também passei por momentos complicados”, conta.

Para ele, a virada de chave ocorreu depois de participar do Bolívia Open, em Santa Cruz de la Sierra, em abril. Guto chegou às oitavas contra o brasileiro Thiago Wild, mas foi derrotado por 2 sets a 0. Antes, quando participava de um torneio, perdendo ou ganhando, ele costumava ficar dois ou três dias de folga.

“Quando eu perdi na Bolívia, no dia seguinte já acordei cedo e treinamos por 5 horas. Treinei com um argentino, o Federico Coria, que me aconselhou que a imagem que você passa para o seu adversário é muito importante. Então naquela semana entendi o que é treinar e passar a imagem para o seu adversário”, ressalta.

Apesar do foco para o segundo Grand Slam do ano, na França, Guto não contava que outro contratempo viria pela frente: uma lesão. Na semana anterior, ele havia jogado no Challenger de Santos. Em simples, chegou à semifinal, mas em duplas foi o grande campeão ao lado do irmão, Luís Felipe Miguel, o Lipe.

Durante o torneio, ele acabou tendo uma queda e lesionou o punho. Não sabia se conseguiria jogar Roland Garros. “Na semana anterior, treinamos muito pouco dentro da quadra e focamos mais na parte física. Mesmo durante o torneio, eu ainda sentia dificuldades para bater na bola. Também tive bolhas nos pés”, relembra.

Porém a resiliência falou mais alto. O torneio em que mais sofreu foi aquele que, até agora, mais valeu a pena. Uma história que se repetiu por muitos anos para o tenista espanhol Rafael Nadal, que durante toda a carreira passou por lesões, jogou com dor e ganhou 14 Roland Garros. No avião, Guto assistiu ao documentário do atleta e levou a história de Nadal consigo durante a competição.

“Lembro que assisti ao documentário do Rafa e uma frase me marcou muito. Ele falava sobre suportar a dor e continuar. Levei isso comigo durante toda a competição. Foi um dos torneios em que mais sofri fisicamente, mas também um dos que mais valeram a pena”, destaca.

Saber jogar os pontos decisivos foi o que o ajudou no título de Roland Garros, mas também em Wimbledon. Na grama, Guto perdeu na segunda rodada, mas usou a resiliência e maturidade para continuar o torneio nas duplas, ao lado do esloveno Ziga Sesko.

O maior desafio dos jogadores foi nas oitavas de final. Eles perderam o primeiro set, viraram no segundo e jogaram um super tie break de 18/16. Eles salvaram sete pontos do jogo e avançaram na competição. O segredo para lidar com sete chances de irem embora de Wimbledon? Dar o melhor, colocar a bola dentro e não baixar o nível. “Depois daquele jogo, acho que a gente já sabia que poderia ir longe no torneio”, resume Guto.

A coragem levou ambos à final. Os dois levantaram o troféu e participaram do tradicional Jantar dos Campeões. O evento encerra o torneio de tênis britânico e marca o momento em que os vencedores das chaves de simples masculina e feminina abrem a pista com uma valsa clássica.

Estar no mesmo ambiente que os vencedores Jannik Sinner e Linda Nosková e vários antigos campeões serviu de motivação para Guto. Ele saiu da competição com o troféu, com uma participação em uma festa de gala e com uma certeza: “Quero estar ali mais vezes”.

“

Foi um dos torneios em que mais sofri fisicamente, mas também um dos que mais valeram a pena.”



Guto levanta bandeja de prata após conquista de Roland Garros júnior, em junho.

ÍDOLOS EM QUADRA

Nos dois torneios, Guto viveu experiências marcantes: ter a chance de treinar com Novak Djokovic, ex-número 1 do mundo e dono de 24 títulos de Grand Slam e o atual número um do ranking, o italiano Jannik Sinner. Guto destaca dois ensinamentos que conseguiu extrair ao bater bola com os tenistas: a importância de ter uma mentalidade forte e ter humildade dentro e fora de quadra.

“Foram dois treinos que me agregaram muito e que vou levar para a minha carreira. São oportunidades que mostram que você pode competir de igual para igual com esses caras”, disse.

Mas é dentro de casa que surgem os melhores conselhos. Inspirado pelo pai, Guto e os dois irmãos jogam tênis. Do mais velho, Lipe, Guto herdou um ensinamento importante: “Continua chutando, porque uma hora o gol vai entrar”.

Quando não está em quadra ou nos treinos, Guto ama passar momentos em família ou com os amigos. Para ele, “família é tudo”. Pais e irmãos estão do lado do tenista desde o começo e puderam viver momentos importantes com ele: do abraço cheio de argila da quadra de saibro de Roland Garros à emoção de estar em Wimbledon, conhecer o grande ídolo Roger Federer e celebrar a conquista com os irmãos.





TÊNIS EXIGE EVOLUÇÃO

Desde que se mudou de Goiânia, há três anos, Guto desenvolveu mais maturidade e seriedade com a carreira. Além da família, ele conta com o apoio técnico dos treinadores, preparador físico, fisioterapeuta e nutricionista.

“Todo mundo trabalha junto para que ele consiga evoluir. O atleta entra em quadra sozinho, mas existe uma equipe inteira trabalhando por trás”, pontua o treinador Santos Dumont.

Dumont acrescenta ainda que desde o começo do ano Guto tem enfrentado muita pressão por ter jogado em quadras centrais, no Rio Open, por exemplo, e por ter disputado torneios importantes. O atleta do late “passou a receber uma atenção que antes não existia”.

Apesar de todo esse foco voltado para Guto, ele conseguiu extrair o melhor dessa pressão: aumentar o nível do tênis ao invés de diminuir. Para Dumont, isso é uma característica muito importante.

“Ele sempre foi muito competitivo. Nunca gostou de perder nem nas brincadeiras. Acho que isso ajuda bastante hoje”, pondera.

Depois de Wimbledon, Guto recebeu um convite para competir no Ultimate Tennis Showdown (UTS) Rio, que ocorreu de 16 a 18 de julho no ginásio do Maracanãzinho, na capital carioca. Apesar de não ser uma competição oficial da Associação Internacional dos Tenistas (ATP), Guto jogou contra tenistas que já estão no circuito sênior e chegou à final.

Toda a campanha deste ano mostra que Guto está no caminho certo para a transição, sem ter medo de enfrentar grandes jogadores, afinal, segundo Dumont, “nenhum jogador está completo” e todo tenista deve evoluir constantemente.

“O Guto tem um saque muito bom, um backhand muito consistente, movimentação excelente e vem evoluindo bastante. Mas todos os fundamentos podem crescer”, opina.

A PAZ DE ADMIRAR O LAGO

Nessa reta final do juvenil, o atleta tem aproveitado melhor os treinos, com a leveza e felicidade que o levou a gostar de jogar, quando começou em Goiânia. No Clube, aproveita os momentos de lazer admirando o lago.

“O lugar onde eu mais gosto de ficar é ali na frente do lago. Gosto de almoçar olhando para ele. É um lugar muito bonito, que me traz paz e onde consigo ficar um pouco sozinho. Tenho muito carinho por isso”, revela o atleta.

Segundo o tenista, o Clube é praticamente toda a vida dele, onde vem todos os dias e viveu grandes memórias, como a primeira vitória em Challenger, jogando em casa. Na memória, ele revive cenas das arquibancadas lotadas, os gritos das pessoas e até o saque que fez para ganhar a partida.

“Tinha uma torcida enorme, acho que umas mil pessoas assistindo ao jogo. Estavam praticamente todos os meus conhecidos, meus familiares e até os funcionários do Clube. Foi um momento em que eu entrei em quadra meio tremendo, porque estava jogando na frente de pessoas com quem convivo todos os dias. Era um sentimento estranho, mas consegui lidar muito bem com isso e usar essa energia a meu favor”, recorda. “Foi um momento muito marcante.”

De 6 a 12 de setembro, o atleta se prepara para seu último ato como juvenil no US Open. “Vai ser meu último torneio no juvenil, definitivo, depois vou focar nos Challengers e Futures. Quero sair campeão do torneio, mas vamos passo a passo, vai ser uma semana difícil, já sei bem como é. Chegar numa final não é fácil, você tem que abdicar de muita coisa. Mas vou chegar o mais bem preparado possível”, afirma.

Desde janeiro, Guto acumula um título em torneio internacional - no ITF J300 de Traralgon, na Austrália -, dois nos Grand Slams juvenis, dois no Challenger nas duplas e a final no UTS Rio. Toda essa campanha deu ainda mais certeza de que ele não está tão distante dos grandes profissionais e um primeiro título sênior em simples pode estar cada dia mais perto. Basta “manter os pés no chão e acreditar no processo”.



UM SAQUE, UMA RESPOSTA

Uma quadra: rápida.

Um torneio: Wimbledon.

Um ídolo: Roger Federer.

Um jogador para disputar uma final de Grand Slam: Carlos Alcaraz.

Uma música para entrar em quadra: Travis Scott - Antidote.

Um lugar que ainda quer conhecer: China.

Um sonho que ainda não realizou: ganhar um Grand Slam no profissional.

Um hobby que não seja o tênis: Futmesa.

Uma palavra que define essa reta final do juvenil: paciência.

Dois tenistas para formar um novo "Big Three" com você: João Fonseca e Rafael Jodar.



VIVO TOTAL NO CORAÇÃO DO BRASIL

Líder em 5G com o Wi-Fi
mais rápido do país.



vivo.com.br



Loja Vivo

Wi-Fi: Bônus Wi-Fi mediante adimplência: Opensignal Awards - Brasil, Relatório FBBE, outubro/2025. Baseado em dados oficiais da Anatel. Market Share 5G Móvel (B2B+B2C), janeiro/2026, disponível em <https://informacoes.anatel.gov.br/painel/acessos/telefonica-movel>. Para mais informações, condições, disponibilidade de cobertura e aparelhos compatíveis, consulte www.vivo.com.br/5G. Para mais informações, consulte www.vivo.com.br ou o SAC 103 15. Pessoas com necessidades especiais de fala/ audição, acesso pelo 142.



CLUBE GANHA QUADRA DE PADEL

Nova modalidade chega ao Clube com o objetivo de reunir diferentes gerações e ampliar as possibilidades de prática esportiva entre os associados

Com pontuação e rede central iguais ao tênis, e paredes que mantêm a bola em jogo como no squash, o padel é um esporte dinâmico, disputado em duplas e que faz grande sucesso entre os associados. As paredes são parte ativa do jogo, permitindo ralis longos e divertidos. O nível técnico também não é um impeditivo para a prática conjunta: crianças, jovens, adultos e idosos podem compartilhar a mesma quadra e se divertir.

Antes mesmo da quadra ser inaugurada, os entusiastas do padel no Iate criaram um grupo com interessados para os jogos assim que o espaço ficasse pronto. Foram 140 pessoas aguardando pelo grande dia. Após a inauguração no começo de agosto, atletas de outros esportes de raquetes - como tênis, beach tennis, squash e tênis de mesa - se aventuraram no padel.

Enquanto as duplas jogam, do lado de fora da quadra, curiosos e jogadores ansiosos para a próxima partida assistem a cada ponto e aprendem um pouco mais sobre as regras. “Nossa, mas pode isso?”, questiona uma associada, após um jogador aplicar um lob que cai bem próximo à rede no campo contrário, fazendo o adversário quase atropelar o limite. Porém, ele consegue com precisão jogar a bola na diagonal para marcar o ponto. “Sim, ele não invadiu, está valendo”, responde outra.

Grande incentivador do esporte no Clube, Carlos Murilo de Carvalho joga tênis há mais de 40 anos e conheceu o padel em 2019, quando Brasília tinha apenas duas quadras para alugar, na Associação dos Servidores do Tribunal de Contas da União (ASTCU). Segundo ele, o esporte já era muito difundido na Espanha e na Argentina antes de chegar ao Brasil.

Para Murilo, o padel também apresenta uma alternativa para quem, com o passar dos anos, sente mais dificuldade para praticar tênis. Muitos colegas acabam deixando o esporte, principalmente porque o tênis exige maior rotação do quadril para gerar potência nas batidas. “Você fica mais velho e fica mais difícil jogar tênis com intensidade”, resume.

O sócio gostou da modalidade e, após a pandemia, passou a intercalar dois dias de tênis e dois de padel. Além da quadra reduzida e das partidas em duplas, uma das principais diferenças que conquistou Murilo está na dinâmica dos pontos.

“Você joga mais os pontos, eles demoram mais a ser definidos. A bola pode quicar no chão, bater no vidro e continuar em disputa, porque é como se fosse uma mistura de squash com tênis. Então, tem mais volume de jogo. Você se diverte mais porque os pontos são mais longos, com menos esforço”, explica.

Para Murilo, o padel é mais fácil de aprender e apresenta um desafio técnico relativamente próximo ao do tênis. Por isso, acredita que a modalidade atraia tantos tenistas. Em 2022, começou a convidar turmas “fixas” que já jogavam tênis para conhecer o novo esporte.

“Eu mesmo já estava jogando mais dupla do que simples por conta da coluna”, conta. Foram cerca de 80 pessoas convidadas por Murilo até que, em 2023, surgiu entre o grupo a ideia de levar a modalidade para dentro do Clube.

A resposta dos convidados reforçou a percepção de que havia interesse entre os associados do Iate. “Foi uma recepção muito boa. Dessas pessoas que convidei, uns 95% gostaram. Só não começaram a jogar regularmente porque tinham que ir para outro clube, que é pago. Mas disseram assim: ‘Se tiver no Iate, eu vou jogar’”, revela.

“

Você se
diverte mais
porque os
pontos são
mais longos,
com menos
esforço.”



Sócios Carlos Murilo e Durval Aragão se divertem no dia da inauguração da quadra.

NOVOS FRENÉTICOS NO PADEL

Novato no esporte, João Vale fazia tênis de mesa e tênis, até um amigo chamar para fazer padel. Desde que entrou em uma quadra pela primeira vez ficou completamente frenético pelo novo esporte. “Faz no máximo uns dois meses que estou jogando direto, toda semana. É muito legal, o jogo não acaba, bate no vidro e volta. Eu venho do tênis e a principal diferença é essa: os pontos são mais longos, então o rally dura mais”, explica. “Você fica mais tempo disputando o ponto e isso é interessante.”

João acha “muito fera” quando um ponto, às vezes, parece perdido. No tênis ou no tênis de mesa, as jogadas são muito rápidas, mas no padel é diferente. A disputa de ponto só acaba quando a bolinha bate duas vezes no chão ou sai da quadra.

Na semana de inauguração da quadra, João jogou quase todos os dias. Em um deles, foi na parte da manhã e à tarde.

O PROJETO

O processo para inserir uma proposta no orçamento do Clube começou ainda na gestão do ex-comodoro Flávio Pimentel. Enquanto o projeto não saía, o grupo continuou crescendo. Com o apoio de alguns conselheiros, a turma do padel tentou novamente que a construção da quadra entrasse no orçamento de 2025, mas o sonho só se concretizou em 2026.

Com o orçamento aprovado, o desafio passou a ser encontrar um espaço que pudesse receber a nova modalidade dentro de um Clube que, como explica Carlos Murilo, é grande, porém tem uma limitação natural de áreas para a construção de novos equipamentos.

A primeira proposta surgiu ao lado da portaria das quadras de tênis, próxima ao paredão e ao estacionamento. O grupo de sócios interessados chegou a desenvolver um projeto para demonstrar que era possível instalar a quadra naquele local. A área, no entanto, não era a ideal.

A solução apareceu quando o Comodoro, acompanhado de um engenheiro, identificou o espaço próximo às

Mandou mensagem no grupo do Clube buscando outras três pessoas para jogar. Mesmo ninguém se manifestando, ele resolveu arriscar. “Eu falei ‘Ah, eu vou lá, com certeza aparece alguém para jogar’. Já estou combinando jogo para amanhã de novo e comecei a fazer aula também”, revela.

O entusiasmo de João e Tata traduz o que Murilo e os demais pioneiros da modalidade já percebiam: o padel chegou como uma nova opção esportiva e uma oportunidade de encontro entre os associados.

“Nós convidamos o sócio a vir conhecer esse novo espaço, que ficou muito bonito e agradável. O padel é um esporte muito fácil de agregar. É só pegar a raquete e começar a brincar”, convida Murilo.

quadras de areia. A localização acabou se mostrando ainda mais adequada. Além de agradável, a área conta com sombra e uma integração visual que agradou aos envolvidos no projeto.

“Acho que ficou muito bonita. Esse contraste do azul com o verde foi muito feliz. É um local agradável”, avalia Murilo. “A nossa quadra foi muito bem construída e certamente está entre as melhores de Brasília.”

Inaugurada no domingo de Dia dos Pais, a quadra foi apresentada aos associados em um evento que reuniu o Comodoro, o presidente do Conselho, os conselheiros e os sócios interessados na modalidade. O grupo que já praticava padel no Clube também preparou uma camiseta especialmente para a ocasião.

Entre 2025 e 2026, Brasília ganhou seis novas quadras, incluindo a do Iate. A ASTCU está construindo outras três e, em breve, a capital contará com 11 espaços dedicados à modalidade.

“

A nossa quadra foi muito bem construída e certamente está entre as melhores de Brasília.”

ESPORTE QUE APROXIMA GERAÇÕES

Durante o evento que marcou um novo início no esporte no Clube, Murilo conta que até mesmo sócios que nunca haviam jogado padel ou tiveram pouco contato com o esporte se arriscaram a pegar uma raquete. O Comodoro fez algumas jogadas e um conselheiro de cerca de 80 anos, que continua jogando tênis regularmente, também se divertiu na nova modalidade.

“É muito mais amigável e inclusivo. Se você pega uma partida de tênis com pessoas de níveis muito diferentes, não tem partida, na verdade, porque a velocidade da bola é muito rápida e a quadra é muito grande. No padel, já dá para brincar mesmo em níveis diferentes”, pondera. “Então tem esse aspecto social também.”

Para Murilo, esse é justamente um dos grandes diferenciais que a modalidade pode trazer para o Clube: a possibilidade de reunir famílias, crianças, adultos e idosos em uma mesma atividade. “Tem um aspecto social muito forte. É mais fácil jogar em família, é mais fácil jogar criança com idoso. Acho que isso vai trazer mais convivência com o associado nesse ambiente”, opina.

A atleta Thaís “Tata” Kimura joga tênis desde criança e, ao longo dos anos, também se aventurou pelo beach tennis, pickleball e padel. Esse último, ela conheceu em 2016. No pickleball, ela e outros atletas do Clube conseguiram duas quadras no Ginásio da Peteca para praticar a modalidade. Já no padel, chegou a jogar nas quadras da ASTCU, mas, como os espaços estavam sempre cheios, acabou mantendo o tênis como principal atividade de no Iate.

Participante do grupo do WhatsApp do padel no Clube, Tata destaca a opinião de Murilo quanto à inclusão do padel, pois os integrantes praticam diferentes esportes, têm idades diversas ou nunca praticaram nenhuma modalidade.

“O padel é mais inclusivo. Como o tênis é muito técnico, no padel você consegue, mesmo sem ter praticado nenhum esporte antes, passar a bola para o outro lado, brincar e se divertir. Depois, para melhorar, é preciso evoluir e treinar, mas, no início, dá para jogar e se divertir mesmo sem ter experiência”, ressalta.

Tata costuma vir ao Clube todos os dias e, com a nova quadra, deve intercalar o tênis com o pickleball e o padel. Para ela, esporte é saúde, e o Iate tem muito a ganhar com esse novo espaço.

“Antigamente, aqui só tinha tênis. Não tinha padel, beach tennis, pickleball, tênis de mesa... Então olha a vantagem de você vir para um clube e poder escolher o que quer fazer”, pontua. “Quanto mais opções de esporte o Clube oferecer, mais as famílias vão ter oportunidades de cuidar da saúde.”

Ela acredita também que um clube tem que ter o lado social, mas deve ser voltado principalmente para a prática esportiva. “As pessoas vêm aqui para praticar esporte, e o padel é mais uma opção para cuidar da saúde e encontrar uma atividade de que gostem”, reitera.

Com apenas uma quadra disponível, o próximo desafio é organizar o uso do espaço diante do crescente interesse dos associados. Murilo acredita que um sistema digital de marcação de horário para uso da quadra vai permitir que os sócios possam se programar melhor para praticar o padel, “principalmente considerando que há apenas uma quadra disponível”. O regulamento prevê, aos sábados e domingos, das 10h às 14h, o chamado rodízio rápido: partidas por ordem de chegada, permitindo que quem ainda não conhece o esporte tenha a oportunidade de experimentar.

“

Quanto mais opções de esporte o Clube oferecer, mais as famílias vão ter oportunidades de cuidar da saúde.”



Tata Kimura aproveita a inauguração para testar a quadra nova.



Imagem ilustrativa gerada por inteligência artificial.

PARTIU FÉRIAS?

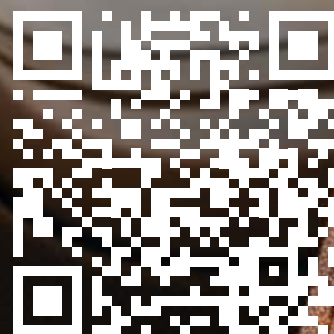
Conheça clubes parceiros e aproveite o tempo livre com a família para relaxar

Os dias de primavera e os muitos feriados do último trimestre do ano são a oportunidade ideal para planejar aquela viagem especial. Em Belo Horizonte, Curitiba, Santa Maria, Salvador e São Paulo, a família Iatista pode matar a saudade do Iate Clube de Brasília por meio de agremiações

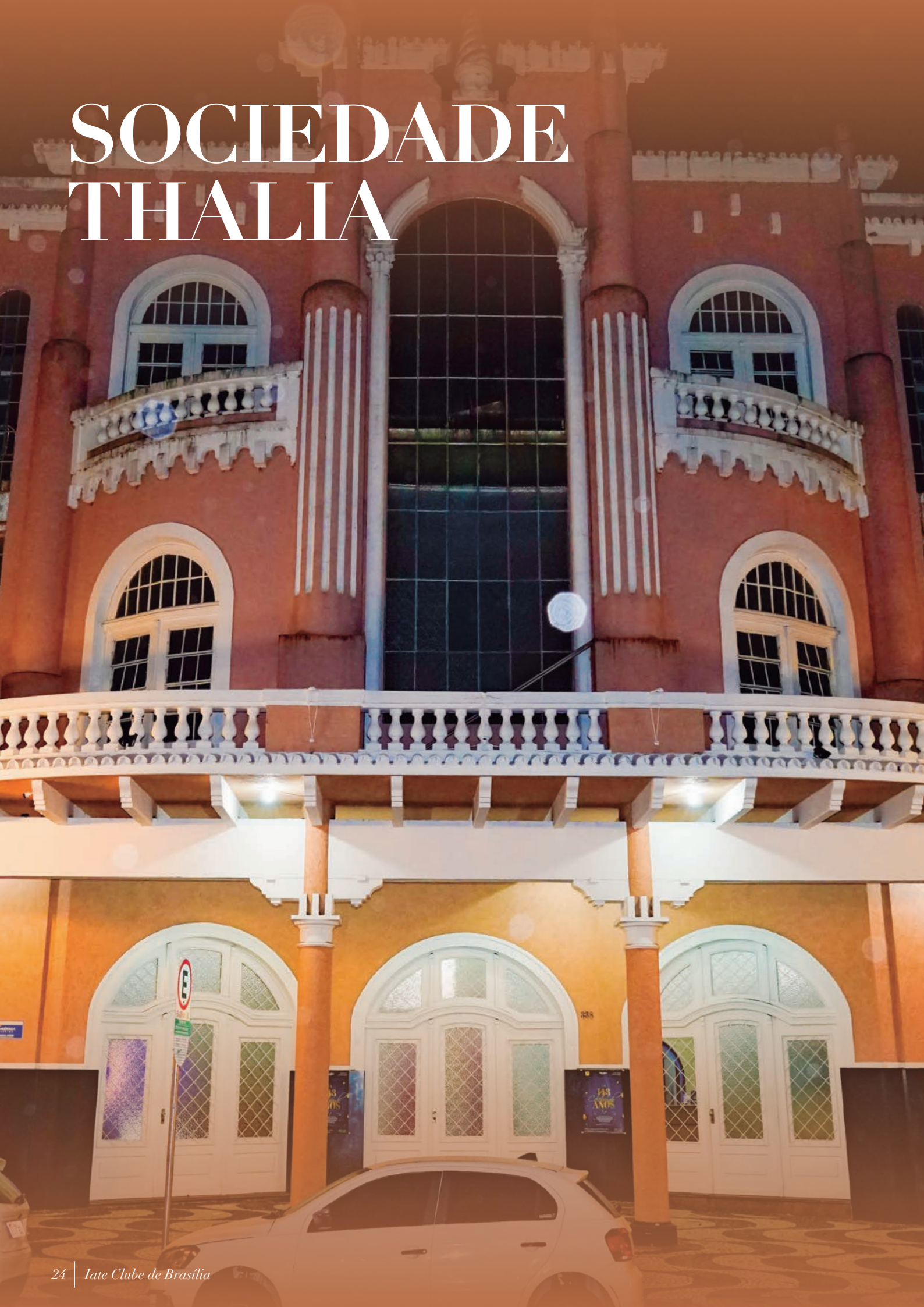
conveniadas à Confederação Nacional de Clubes (Fenaclubes).

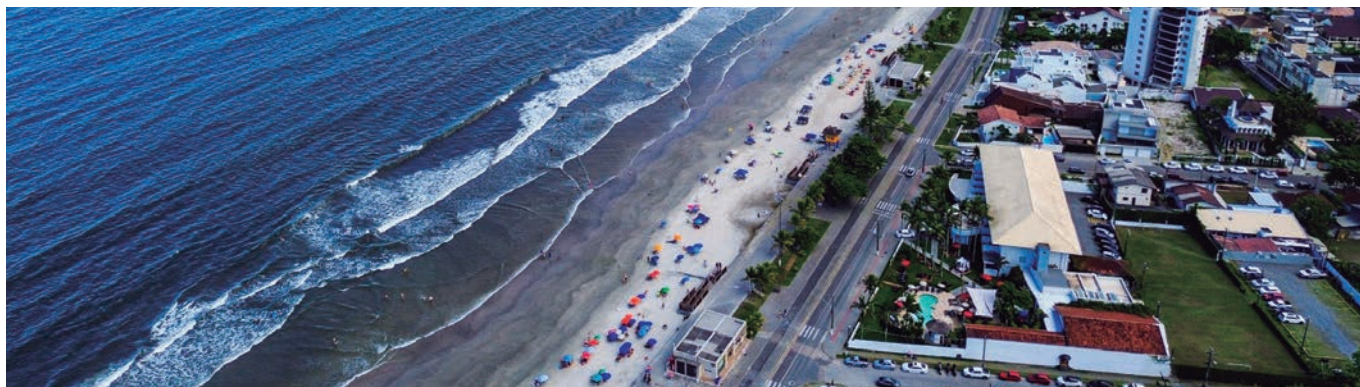
A seguir, confira alguns dos parceiros do Iate que você pode conhecer e desfrutar das instalações.

Leia o QR Code e acesse a lista de clubes conveniados à Fenaclubes:



SOCIEDADE THALIA





Fundada em 1882, a história da Sociedade Thalia nasce junto à colonização alemã no Sul do Brasil. A influência cultural era tão forte na época que o nome original do clube foi “Weringe Thalia”. Na época, todas as atas eram escritas em alemão.

Com a inauguração da Sede Centro, em 1942, Curitiba (PR)

ganhou um novo ponto de encontro. Vieram os grandes bailes, os carnavais inesquecíveis, os eventos culturais, a presença de governadores, diplomatas, artistas e atletas. A sede tornou-se um símbolo da cidade – atualmente tombada como Patrimônio Histórico.

Hoje outros três ambientes representam a alma do clube: Sede

Fazenda, com 117 alqueires de natureza, lazer e preservação ambiental; Sede Praia, para momentos de descanso no litoral paranaense; e Sede Olímpica, com 105 mil m² dedicados ao esporte e à saúde. Caso esteja de viagem marcada para Curitiba, não deixe de solicitar a carta de apresentação na Secretaria e conhecer a Sociedade Thalia!

Sede Centro

Rua Comendador Araújo, 338
Centro - Curitiba / PR - (41)
3320-7900
secretariacentro@thalia.com.br

Sede Tarumã

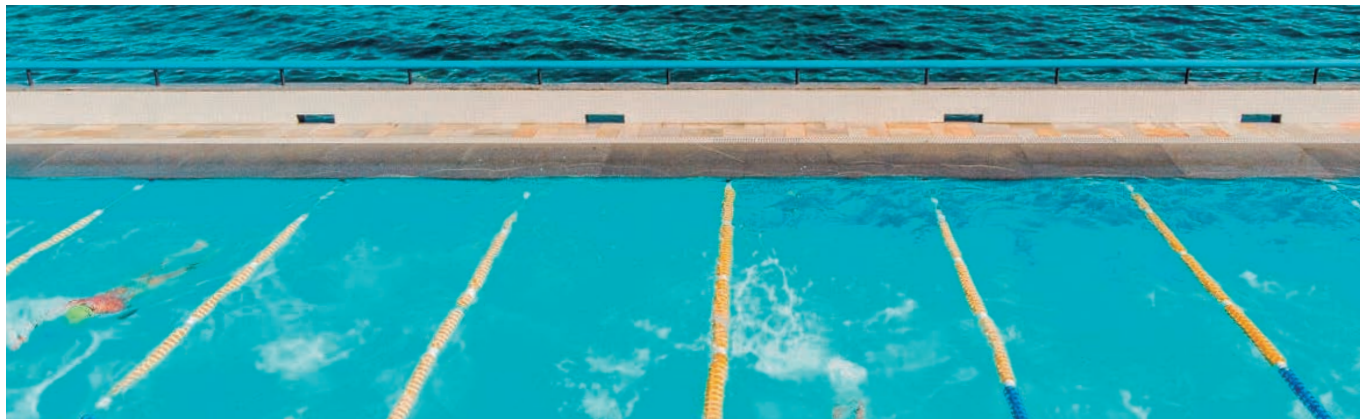
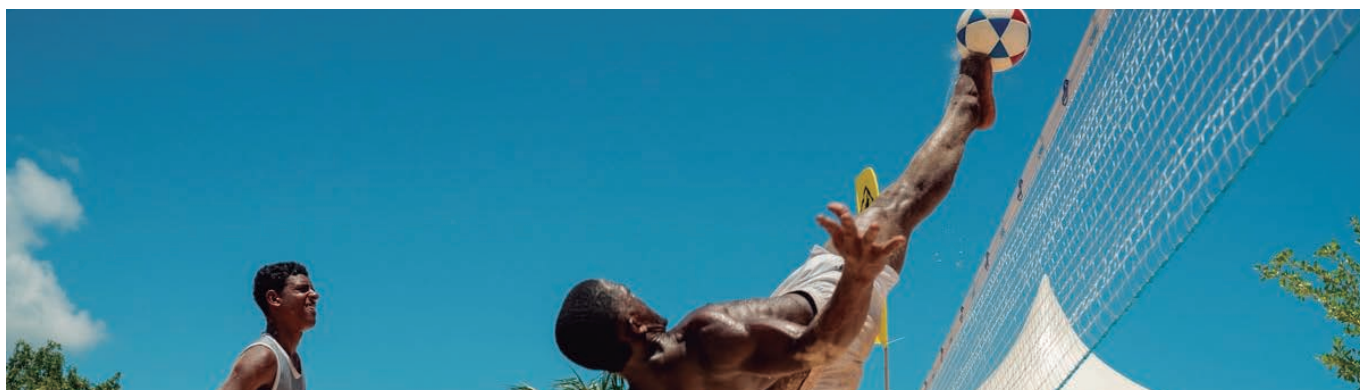
Rua Konrad Adenauer, 1136
Tarumã - Curitiba / PR -
(41) 3266-3671
taruma@thalia.com.br

Sede Fazenda

Rodovia BR-277, KM 38
Balsa Nova / PR - (41)
3114-9527
secretariacentro@thalia.com.br

Sede Praia

Rua Alois Cicatka, 10
Guaratuba / PR - (41)
3442-1531
sedepraia@thalia.com.br



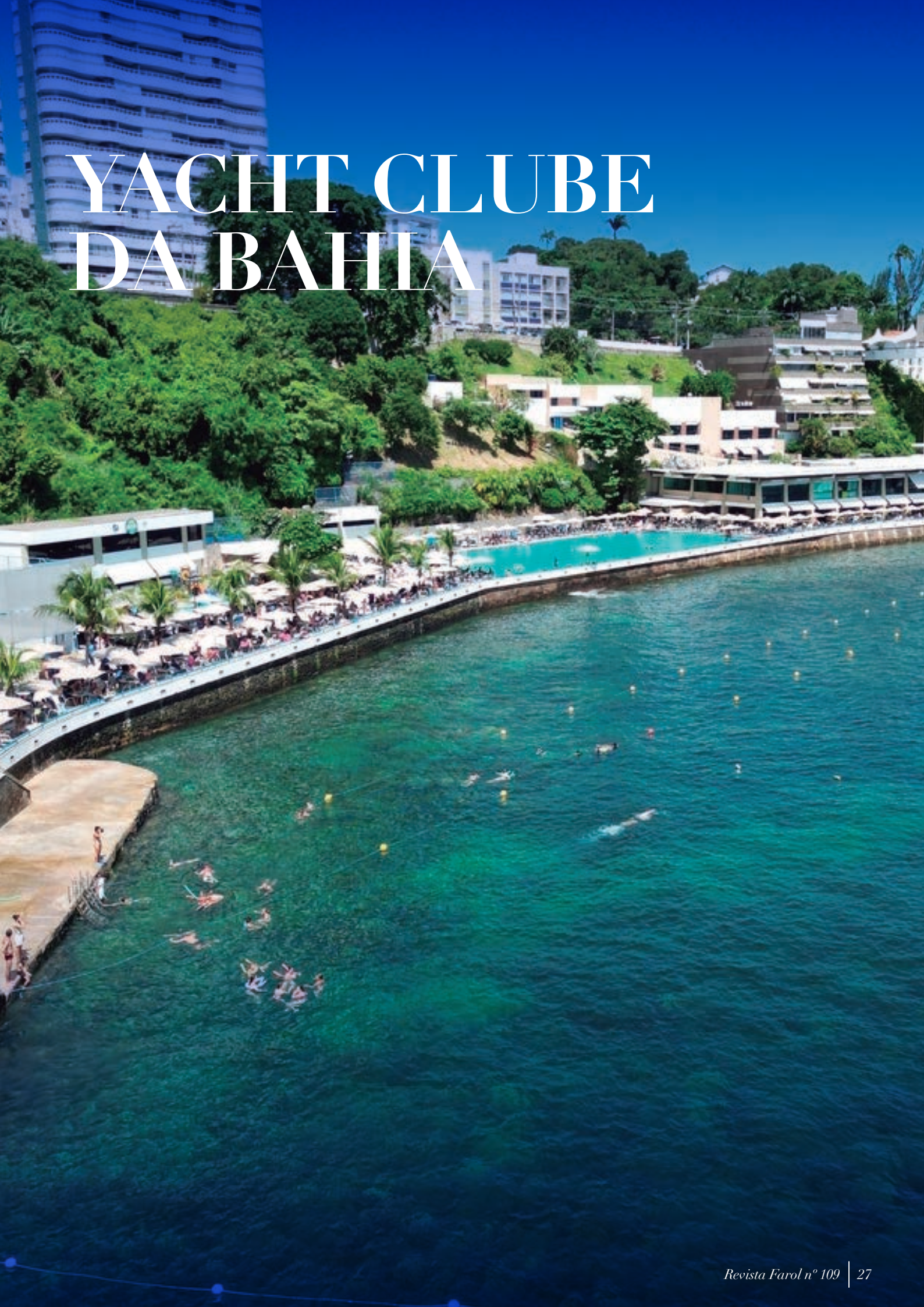
Ao longo dos 90 anos de história, o Yacht Clube da Bahia consolidou-se como um dos principais clubes sociais e esportivos do país. O clube obteve conquistas nacionais e internacionais em esportes como natação, vela, remo e pesca.

O Yacht tem uma das mais belas vistas do pôr do sol de todo o estado. Para os associados, é ritual sentar-se na Sede Social, no Bar da Piscina ou mesmo dentro de uma das suas piscinas, e apreciar o fim do dia com o espetáculo diário de luz e cores.

O clube conta com academia, bondinho, Escola de Vela, piscinas, prainha, o restaurante Veleiro, salão de eventos, salão de jogos, Sede Social e spa. Além de aproveitar as praias, visite o Yacht Club da Bahia em sua passagem pela capital baiana.

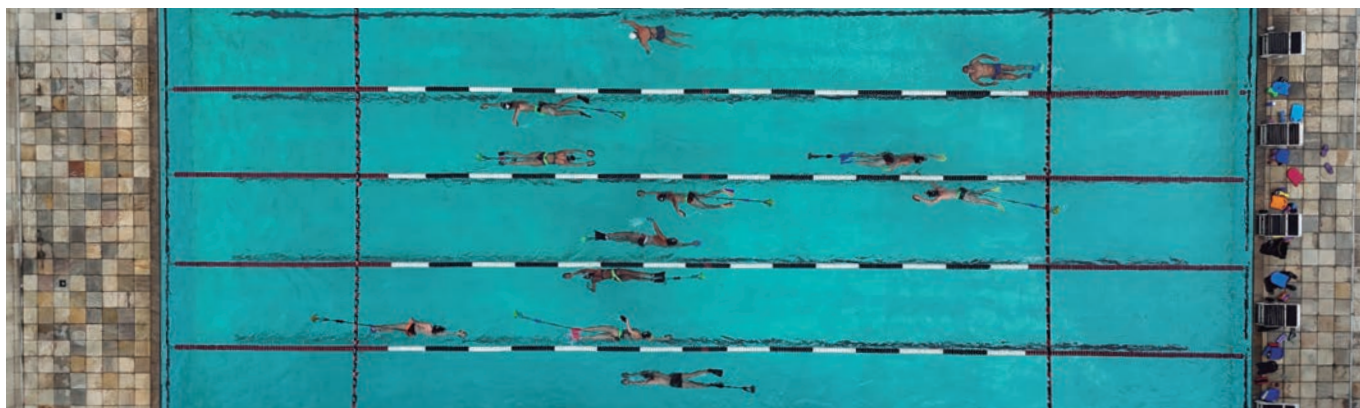
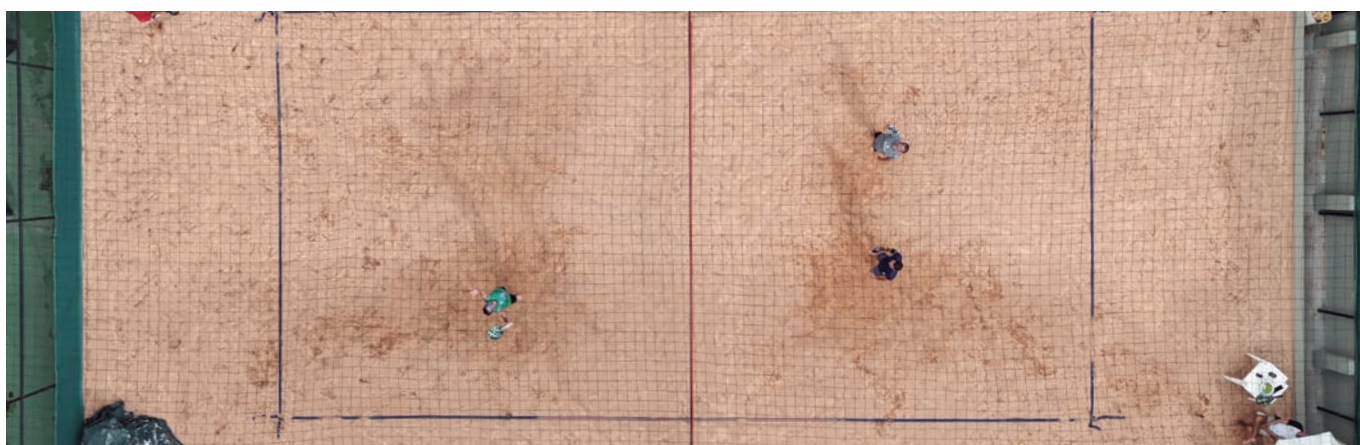
Av. Sete de Setembro, 3252, Ladeira da Barra, Barra
Salvador - BA - CEP: 40130-001

YACHT CLUBE DA BAHIA



MACKENZIE ESPORTE CLUBE

An aerial photograph of the Mackenzie Esporte Clube facility. The central feature is a large, rectangular swimming pool with a bright blue surface, divided into several lanes by white lane lines. Several people are visible swimming in the pool. Surrounding the pool is a paved deck area with numerous white patio umbrellas and lounge chairs. To the left of the pool is a multi-story building with a white facade and a red and white striped awning. To the right of the pool are several outdoor sports courts, including a basketball court with a blue and green surface and a tennis court with a brown and green surface. The entire facility is surrounded by a low wall and some greenery.



O Mackenzie Esporte Clube foi fundado por um grupo de atletas de vôlei e basquete, em 1943, em Belo Horizonte (MG). Eles tinham como objetivo criar um espaço destinado ao lazer e à prática de esportes na capital mineira. O clube iniciou sua trajetória em uma quadra construída na Avenida João Pinheiro, uma das áreas mais nobres da cidade.

Caso visite BH, você poderá conhecer e usufruir a infraestrutura do

Mackenzie. O espaço conta com cinco piscinas aquecidas, sendo duas semiolímpicas e uma coberta, e uma com cobertura retrátil; uma quadra de areia; ginásio poliesportivo com capacidade para 900 pessoas; três quadras descobertas; sala de fisioterapia; Pilates; sala de nutrição; duas academias de musculação, sendo uma exclusiva para os atletas; salão de festas, com capacidade para 240 pessoas, para reuniões com atletas e pais; sala

para estudos; salão de jogos, saunas seca e a vapor; deque com vista para a quadra de areia; área gourmet com churrasqueira; e seis vestiários.

Hoje em dia, o clube investe no esporte como uma ferramenta auxiliar na educação e na integração social de crianças e jovens. O foco é a formação integral do ser humano, contribuindo para o desenvolvimento e a saúde dos atletas.

Portaria

Rua Benvinda de Carvalho, s/n
Santo Antônio - BH/MG
CEP: 30330-180

Portaria Social

Rua Congonhas, 420
Santo Antônio - BH/MG
CEP: 30330-100



Com 48 mil m² no coração da Grande Tijuca, no Rio de Janeiro (RJ), o Tijuca Tênis Clube se dedica ao esporte, à cultura e à união entre família e amigos. Com mais de 12 mil associados, o clube é um espaço de tradição, integração e bem-estar para toda a comunidade.

Assim como o Iate Clube de Brasília, o Tijuca Tênis Clube é quase como uma cidade. A agremiação oferece uma ampla variedade de esportes, lazer e atividades culturais: oito quadras e um ginásio de tênis, dois campos de futebol society, quatro piscinas, duas quadras de areia, pista de corrida, academia e ginásio poliesportivo.

Além da estrutura esportiva, o Tijuca conta com uma agenda repleta de eventos culturais, como feiras, shows, bailes e espetáculos para todas as idades no Teatro Henriqueta Briebe. Ao visitar a cidade maravilhosa, reserve parte da programação para curtir as atividades do Tijuca.

Rua Conde de Bonfim, 451 - Tijuca
Rio de Janeiro - RJ - CEP: 20520-051

TIJUCA TÊNIS CLUBE

YACHT CLUB SANTO AMARO





Às margens da Represa Guarapiranga, nasce o Yacht Club Santo Amaro. Localizado na cidade de São Paulo (SP), o YCSA é cercado por muito verde, compondo um cenário natural perfeito para a prática da vela.

O clube conta com hangares modernos para estadia de embarcações

a vela e motor, escola de vela com embarcações próprias, rampa de 25 metros de largura com baixa inclinação de acesso à represa, deck e píer com maravilhosa vista da represa, trator e guindaste para transporte de embarcações, marinheiros bem treinados, lanchas e botes de apoio. Os atletas do Iate frequentemente participam de campeonatos no YCSA.

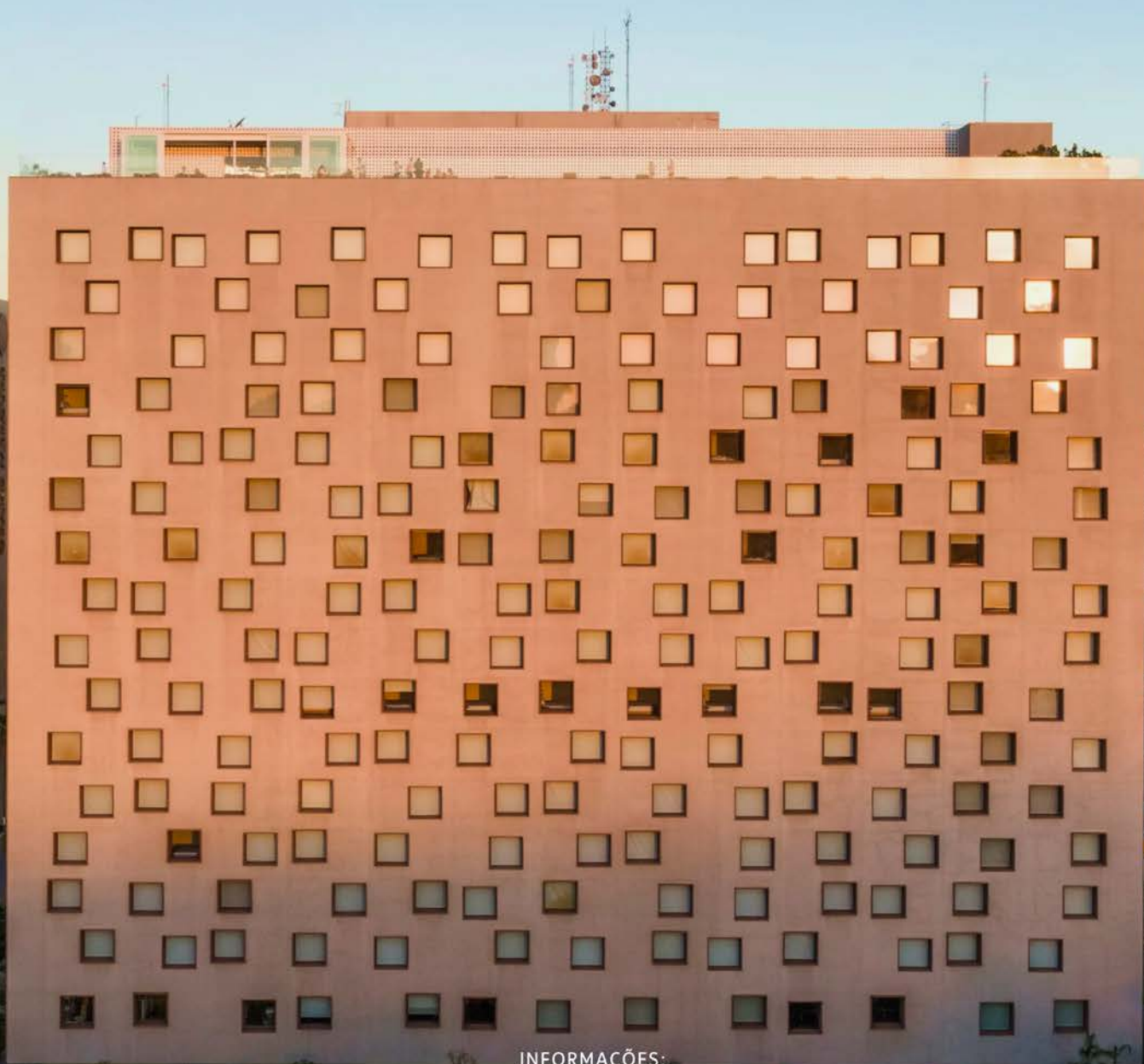
Para a família, o Clube oferece extensa área de lazer com parquinho, quadra poliesportiva, quadra de tênis, piscina, sauna, sala de ginástica e brinquedoteca, além de lanchonete e do famoso Restaurante La Vieira's, com serviço completo de buffet e estrutura para eventos e convenções. Aproveite alguma viagem à capital paulista para conhecer o Yacht.

Rua Edson Régis, 481 - Jardim Guarapiranga
São Paulo - SP - CEP: 04770-050



JANELAS PARA BRASÍLIA

No coração da cidade, o B Hotel contempla arquitetura, design, arte, gastronomia e hospitalidade. Uma expressão contemporânea da cultura brasileira, presente nos espaços, nos sabores e na maneira de receber.



INFORMAÇÕES:

WWW.BHOTELBRASILIA.COM.BR

O PRESENTE QUE MUDOU TUDO

Das regatas às pistas, Luiz André Almeida Reis atravessou décadas de histórias em Brasília e no Iate





Um mês antes da inauguração da nova capital, Luiz André Almeida Reis deixou Goiânia com os pais - um carioca e uma goiana - e os quatro irmãos rumo a Brasília. Em 21 de abril de 1960, aos 9 anos, viveu de perto um dos momentos mais marcantes da história da cidade. Sentado na grama, logo acima da rodoviária, acompanhou a programação dos festejos e, ao final do dia, assistiu à queima de fogos nas proximidades do Congresso Nacional.

Os primeiros anos foram de descobertas. Morou na quadra 33 da Fundação da Casa Popular, hoje 712 Sul, e guarda na memória a W3 ainda sem asfalto. Depois, viveu em um acampamento às margens do Lago Paranoá, onde observava o trabalho de coleta dos troncos que flutuavam no lago e eram recolhidos pela limpeza pública do Distrito Federal. Passou ainda pelas quadras 707, 706, 307 e 206, deixando em cada endereço amizades que permanecem até hoje.

Na infância, estudou na Escola Classe da 308 Sul, até então a única instituição de ensino existente em Brasília. Foi também na antiga quadra 16, hoje 707 Sul, que, entre partidas de futebol com os amigos, ganhou o apelido “Culé”, nome que o acompanha até hoje.

Vieram depois o ensino fundamental no Colégio La Salle, o ensino médio no Elefante Branco, o curso pré-universitário e, finalmente, o vestibular para a Universidade de Brasília (UnB). cursou Engenharia Mecânica e, a partir daí, iniciou uma trajetória profissional marcada pelo empreendedorismo e pelo trabalho em empresas próprias.

Foi justamente durante os anos de UnB que surgiu uma das histórias que mudariam sua relação com o Iate Clube. Luiz André decidiu presentear o pai com um barco a vela e procurou o Clube para escolher o presente. Orientado pelo diretor George Raulino, comprou um snipe.

O barco, porém, nunca foi usado pelo pai, que se recusava a deixar a esposa em casa para “brincar” de velejar. O presente acabou tendo outro destino. Luiz André começou no esporte e nunca mais parou.

CELEIRO DE CAMPEÕES

Em 1974, o Iate Clube de Brasília já era reconhecido como um celeiro de grandes velejadores e acumulava títulos mundiais. Foi nesse ambiente que Luiz André passou a conviver com alguns dos grandes nomes da vela, os “cobras” daquele tempo, entre eles os irmãos Raulino, Baramba, Arnaldo, Walkles, Cri-Cri, Gregório e muitos outros”.

O Clube, então, se tornou uma verdadeira escola para o jovem Luiz André. Ao lado de Gregório Rocha Miranda Pontes, Culé disputou competições durante alguns anos, conquistou bons resultados e levou o nome do Iate para além de Brasília.

Entre essas conquistas, está a participação nos Jogos Pan-Americanos do México, em 1975, um resultado que marcou sua trajetória e também a história esportiva do Clube.

“Para mim, foi uma grande honra porque começamos a velejar juntos e eu aprendi muito com ele. Foi um dos primeiros prêmios importantes do Iate Clube de Brasília. Aquilo me incentivou, e eu continuei a velejar”, conta.



**Para mim, foi uma
grande honra
porque começamos
a velejar juntos e
eu aprendi muito
com ele. Foi um dos
primeiros prêmios
importantes do
Iate Clube de
Brasília. Aquilo me
incentivou, e eu
continuei a velejar.”**

VIDA ENTRE BARCOS, MOTORES E COMPETIÇÕES

A paixão pela mecânica logo encontrou outro caminho. Luiz André se envolveu com o automobilismo, primeiro nos karts e, depois, nos carros de corrida, participando de provas em Brasília e Goiânia.

No final dos anos 1990, voltou às pistas, desta vez em uma categoria mais competitiva. Correu também em Interlagos, em São Paulo, e Jacarepaguá, atual Parque Olímpico do Rio de Janeiro, até encerrar a carreira em 2000. Antes de dar

adeus às competições, em 1999, escreveu seu nome na história do automobilismo local ao se tornar o primeiro brasileiro a vencer a prova dos Mil Quilômetros de Brasília.

Entre barcos e automóveis, foi também no Iate Clube de Brasília que Luiz André encontrou a esposa, Denise. A história dos dois segue ligada ao Clube. Atualmente, eles frequentam o espaço ao lado dos filhos e netos.

UMA VIDA DE TRABALHO INTENSO

Depois que se formou, em 1977, Luiz André construiu uma carreira com o mesmo espírito empreendedor que anos depois marcou sua trajetória no Clube. Ele começou como fabricante de sistemas de aquecimento solar e, posteriormente, passou a trabalhar no desenvolvimento de negócios de automação predial, atividade que se tornou sua principal área de atuação e permanece até hoje.

Com o passar dos anos, ele ampliou as responsabilidades. Luiz André tem um pequeno negócio de projetos e participa de uma companhia voltada à instalação e exploração de sistemas de Geração Distribuída com sistemas fotovoltaicos, dirige uma empresa de desenvolvimento imobiliário e, em paralelo, coordena a produção agrícola de grãos em uma fazenda da família no Distrito Federal.



Regata de Vela dos jogos Pan-Americanos do México - 1976
Luiz André Reis e Gregório



O CAMINHO À COMODORIA

Após décadas como associado, atleta da vela e participante da vida do Iate, Luiz André entrou oficialmente para a gestão em 2011, quando recebeu o convite para atuar como conselheiro efetivo. O primeiro cargo no Conselho Diretor foi o de Diretor-Secretário.

Em 2017, após o cumprimento dos mandatos, tornou-se conselheiro nato. No entanto, dirigir o Clube nunca esteve nos planos de Luiz André. Até que, em 2023, quando buscavam um nome para concorrer à Comodoria, recebeu, como ele próprio define, uma “intimação”. Aceitou o desafio e foi eleito para o mandato que agora se encerra.

Segundo Luiz André, a experiência exigiu disposição para assumir responsabilidades e, acima de tudo, compromisso com o Iate.

“Quando você assume, você compra a briga, veste a camisa e faz acontecer. Eu acho que a gente fez uma gestão legal. Vamos deixar um legado de uma série de coisas que se resolveram definitivamente para o Clube. Essa história toda me deixa ligado a tanta gente, a tantas famílias que eu vi crescer aqui dentro”, destaca.

“

Quando você assume, você compra a briga, veste a camisa e faz acontecer.”



DOSE CERTA DE FELICIDADE

Para Luiz André, administrar o Clube onde construiu boa parte de sua história foi uma responsabilidade especial. São mais de cinco décadas de vínculo com o Iate Clube, tempo suficiente para acompanhar diferentes gerações de associados e famílias.

Reconhecido com o título de Mérito Rubi por completar 40 anos como sócio, ele fala com gratidão das comunidades que fizeram parte de sua trajetória: a vizinhança, o automobilismo, o iatismo e, naturalmente, o Iate Clube de Brasília.

Hoje, talvez um dos maiores privilégios seja justamente assistir à continuidade dessa história. Os anos passam, amigos deixam saudades, mas os vínculos permanecem. A família ocupa um lugar central nessa nova fase. Os filhos se tornaram sócios, e os netos começaram a descobrir e desbravar os mesmos espaços que fizeram parte de sua infância e juventude.

Luiz André mata a saudade da filha e da neta, que moram no Rio de Janeiro, por chamadas de vídeo. Almoça com a esposa e, sempre que pode, busca os netos na escola.

É nesse encontro entre memória e futuro que a história do Comodoro ganha novo significado. De um lado, estão as lembranças de quem compartilhou a caminhada. De outro, vive a alegria de acompanhar novas gerações que começam a escrever suas próprias histórias.

Assim, o que significa passar mais de cinco décadas fazendo parte da história de um clube? Talvez o maior legado esteja justamente naquilo que permanece quando o tempo passa: os vínculos construídos, as amizades cultivadas e as novas gerações que chegam para ocupar os mesmos espaços.

“Tudo que aconteceu na minha vida foi na hora certa, do jeito certo e na dose certa”, resume. E, no fim, os presentes mais valiosos e que mudam tudo são a família e a legião de amigos.

“

Tudo que aconteceu na minha vida foi na hora certa, do jeito certo e na dose certa.”

QUEM SÃO AS SÓCIAS QUE PARTICIPAM DE VERNISSAGES

Nas aberturas de exposições de arte do Iate TV, associadas têm a chance de encontrar o sublime, o sensível, a beleza e a criatividade por meio de obras de arte



Artista Samora Délcio apresenta sua obra para visitantes durante vernissage no Iate.

A palavra vernissage, comum no mundo das mostras de arte, vem do francês e significa “envernizamento”. No século XIX, pintores reservavam um dia para aplicar a última camada de verniz em suas obras antes de uma exposição oficial. Esse momento de trabalho acabou se transformando em uma tradição: reunir amigos e convidados para celebrar a arte, dando origem às festas de inauguração de mostras.

Hoje, a tradição segue viva no Clube. A diretora cultural, Sílvia Frabetti, grande incentivadora dos eventos e da promoção das artes, costuma dizer sempre que “a arte é o alimento da alma”.

No Iate, as exposições organizadas pela Diretoria Cultural ocorrem ao menos uma vez por mês. A sócia Alzira Braga participa de todas e acredita que ter acesso à arte “tão per-tinho” é uma grande riqueza. Ela afirma que ama visitar museus e conhecer diferentes formas de expressão artística. As associadas Andreia Medeiros e Vilma Machado também costumam participar, mas, muitas vezes, estão “do outro lado”, pois pintam.

Apesar de não pegar em um pincel, Alzira encontrou outra forma de arte para se expressar: a escrita. Recentemente, participou das exposições “Arteiras” e “Bordados que contam histórias” e, quando chegou em casa, pesquisou sobre o tema e sobre cada obra e escreveu suas impressões.

“Chego em casa, às vezes, um dia depois, para não esquecer, e passo tudo para os meus cadernos. Gosto de deixar tudo registrado. Aqui, temos obras de arte que trazem para a gente saúde, riqueza e beleza”, explica. “Isso me emociona, me deixa feliz e eu não perco uma exposição.”

Esse caderno em breve vai se tornar um livro. Alzira tem a missão de ver e assistir 70 exposições, peças teatrais e concertos para celebrar seu aniversário de 70 anos. “Gosto de mostras, vou espontaneamente, aos finais de semana e estou bem perto de alcançar a meta. Eu amo estar em vernissages”, afirma.

Em agosto, Alzira participou da exposição “Flores, cores e alegria” e ficou encantada novamente com a experiência proporcionada pelo Clube. “Nós temos aqui, às vezes, oportunidades que proporcionam esse mundo de encanto. Eu gosto muito e me sinto muito feliz de fazer parte dessa família ‘late’. Porque aqui é riqueza, mas não é uma riqueza material: é a riqueza de aproximar as pessoas. Gosto muito e agradeço ao late por nos dar essa oportunidade”, destaca.

Ela acrescenta ainda que tem muito orgulho de ser sócia, pois o Clube “valoriza muito a arte e a cultura, oferecendo aos seus associados oportunidades de conhecer artistas, prestigiar talentos e viver experiências culturais enriquecedoras”. Sempre que pode, Alzira faz questão de estar presente nas exposições e registrar os momentos em fotografias.

Em casa, a paixão pelas artes passou da avó para as netas. Júlia e Ana participam das Escolinhas Esportivas e também pintam. Em 2023, a Diretoria Cultural promoveu a exposição de arte “Arte fora de casa”. As obras das duas foram expostas e emocionaram a avó coruja.

“Como elas gostam de pintar, aquela foi uma oportunidade linda, bem preciosa de incentivo à criatividade infantil. Foi, sem dúvida, a exposição mais bonita e inesquecível”, afirma.

Quando não participa das vernissages, Alzira costuma vir ao Clube para jogar tênis de mesa, fazer deep water e ficar aguardando o marido para almoçarem juntos no Vila Cinco. Enquanto espera, entra no late TV para conferir qual exposição está sendo exposta, tira fotos e observa todos os detalhes. Quando chega em casa, registra tudo no livro que está escrevendo desde 16 de janeiro deste ano até 16 de janeiro de 2027.

A sócia também gosta de viajar e sempre coloca na lista todos os museus importantes. “Acabei de chegar de Nova York. Fiquei lá dez dias e visitei aproximadamente oito museus. A gente descobre também que os metrô de lá têm obras de arte incríveis, com painéis e pedaços de azulejos. Tudo é muito lindo. Eu sou apaixonada por São Paulo e por Brasília também, que têm grandes museus, são lugares que nos inspiram”, acrescenta. “O late também é uma fonte de inspiração para mim.”



A associada Alzira escreve sobre todas as mostras de que participa.

“

**Chego em casa, às vezes,
um dia depois, para não
esquecer, e passo tudo para
os meus cadernos. Gosto de
deixar tudo registrado.”**



Além de pintar, Vilma adora prestigiar as exposições do Clube.

“

As exposições nos incentivam a mostrar o nosso trabalho, a aprender mais e a observar. A gente consegue ver como está o que produzimos em relação ao das pessoas que estão aqui.”

ARTE É TERAPIA

Se a missão de visitar 70 exposições parece um desafio, imagine pintar 70 telas e fazer uma mostra única em celebração ao seu aniversário? Foi o que a sócia Vilma Machado fez em 2022 para comemorar sete décadas de existência. Ela faz aula de pintura há 14 anos no Emiate e sempre participa das exposições, como visitante ou expondo os próprios quadros.

A arte entrou na vida de Vilma quando engravidou da primeira filha e começou a pintar o enxoval. “Algumas pessoas começaram a ver e falaram: ‘Não, isso é um desperdício! Para com isso e vai pintar em tela’. E eu dizia: ‘Ah, não, não tenho esse talento todo’”, relembra.

Em 2008, com a morte do marido, Vilma encontrou na arte uma forma de cura e “alimento para a alma no momento que ela mais precisava de alento”. Com o tempo, as obras contemporâneas e sacras fizeram tanto sucesso que ela passou a expor no Brasil e em outros países, como na África, na Itália e na Índia.

Ano que vem, a associada vai completar 75 anos e gostaria de repetir a festa com 75 obras. “Não sei se eu vou dar conta, mas, com certeza, vou pintar bastante”, promete. Com o Emiate, ela participa de pelo menos duas exposições ao ano. Quando participa apenas como visitante, sempre enaltece o trabalho dos artistas e leva como experiência.

“É um aprendizado para a gente, e eu gosto demais disso. As exposições nos incentivam a mostrar o nosso trabalho, a aprender mais e a observar. A gente consegue ver como está o que produzimos em relação ao das pessoas que estão aqui”, compara.

ENCONTRO COM O SUBLIME

Espontaneamente, muitas pessoas, como Vilma, encontram na arte um meio de encontrar alívio, paz e expressar as emoções. Na psicologia, a arteterapia é muito utilizada para que as pessoas se soltem e encontrem um meio de expressão sem necessidade de colocar em palavras.

A associada Andreia Medeiros é psicóloga, artista e trabalha com esse recurso em consultório. Ela sempre foi amante da arte, tem um pequeno ateliê em casa e se arrisca na pintura e no desenho. Com jovens e adolescentes, ela trabalha com tintas e teatro terapêutico.

“A arte é um recurso muito legal para trabalhar com eles para que se soltem e também para expressar coisas que, às vezes, eles nem sabem nomear. Depois, a gente vai elaborando e ajudando-os a dar nome para as coisas que sentem”, conta. “A arte está na minha vida desde sempre.”

Quando tem oportunidade, participa das vernissages e já promoveu duas mostras no Clube. A motivação surgiu enquanto passava pelo Iate TV e apreciava os quadros. “Sempre vi as obras sendo expostas durante a semana no Iate TV, porque eu trabalho normalmente de manhã e venho trabalhar aqui no Clube. Então, vi que tinha a possibilidade de exposições e adoro promover”, ressalta.

Em 2025, Andreia realizou a exposição “Sementes, Flores e Cores”, do artista Samora Delcio, e lançou um livro de mesmo nome. Este ano, foi a vez de adicionar alegria à exposição. Andreia trouxe Samora novamente ao Clube e o arteterapeuta Alain Vigneau, que lançou o livro “Clown Essencial”.

Como psicóloga, Andreia acredita na arte como um caminho de cura – assim como Vilma, que encontrou nas pinturas uma forma de dar novo sentido à vida, e Alzira, que busca em cada exposição uma oportunidade de se encher de riquezas. Para Andreia, é justamente na transformação dos sentimentos que mora uma das maiores forças da arte.

“As melhores obras de arte parecem surgir justamente nos momentos de tristeza e dor. A gente usa a palavra ‘sublime’, que é uma forma de sublimar a dor. Sublimar é transformar o sofrimento em algo sublime, como uma música, uma poesia, um quadro ou uma peça. E, nesse processo, a arte também cura”, pontua.

É por isso que, para Andreia, a criatividade está diretamente ligada ao bem-estar. Se uma pessoa começa a agir no mundo de maneira automática, não cria e só repete padrões,

pode começar a adoecer e ficar triste, porque não está criando nada. Estar no meio artístico, criando obras ou escrevendo sobre elas, é importante, pois “uma pessoa saudável é uma pessoa criativa”.

Para acompanhar a agenda de exposições do Clube, acesse o calendário disponível no site iateclubedebrasil.com.br.

“

A arte está na minha vida desde sempre.”



Para a sócia Andreia Medeiros, a arte é um caminho de se curar



Artista Alain Vigneau durante vernissage da exposição "Flores, cores e alegria".



Imagem ilustrativa retirada de banco de imagens.

CINCO MOTIVOS PARA COLOCAR O SEU BEBÊ NA AULA DE NATAÇÃO

Aprender a nadar desde cedo oferece diversos benefícios, como fortalecimento do vínculo familiar e desenvolvimento da segurança aquática

Em um Clube com piscinas e o Lago Paranoá tão pertinho, ter filhos e filhas que sabem nadar dá mais segurança para os pais. O objetivo principal não é aprender a nadar os quatro estilos, mas ensinar noções de autossalvamento e promover um momento lúdico e familiar, afinal os pais ou responsáveis participam da aula.

Foi pensando na importância desse contato saudável com a água que as sócias Luciana Maria de Lacerda França e Camila de Carvalho Lima inscreveram os pequenos na natação baby do Clube. Na infância, Luciana e os irmãos fizeram natação incentivados pelos pais, já que na casa dos familiares sempre havia piscina. Portanto, aprender a nadar se tornou fundamental também para a filha.

A pequena Clarice entrou na natação baby aos seis meses de idade. Os pais queriam que ela aprendesse a nadar, tivesse contato com a água e que fosse um momento em família. Os anos passaram e o foco se tornou, de fato, aprender a nadar.

No início, Luciana e o marido se dividiam para fazer as aulas

com Clarice, que tinham como objetivo fazer com que ela entendesse o esporte com responsabilidade, mas, acima de tudo, criasse contato lúdico com a água.

“Nesse primeiro momento era mais brincadeira que natação mesmo. Aprender a molhar a cabeça e estar em posições de segurança para evitar afogamentos. Me lembro que era muito importante molhar a cabeça de forma legal para a criança e não forçar o mergulho para não dar sensação ruim de afogamento”, relembra a sócia.

Hoje as aulas têm outro objetivo, que é aprender de fato a nadar. Ainda assim, Luciana faz questão de que a filha tenha esse momento de diversão no Clube. Para ela, a natação vai muito além do esporte: “Também é um momento de lazer, e a gente faz questão de proporcionar isso para ela”.

Não por acaso, depois de cada aula, Clarice sai correndo para a piscina aquecida para continuar brincando. E, quando perguntada sobre o que mais gosta na natação, a pequena Iatista responde sem hesitar: “Brincar!”.



Luciana acompanha de longe todas as aulas da filha Clarice

Camila com o
filho Diogo.



RÁPIDA EVOLUÇÃO

Diogo Lima, filho de Camila, tem 4 anos e já concluiu a etapa da natação baby para ingressar na Escolinha do Clube. Para a mãe, aprender a nadar é sinônimo de segurança aquática. “Nas aulas, eles conseguiam unir o lúdico à técnica. Por isso, o Diogo evoluiu muito rápido e chegou com uma boa base para a Escolinha”, conta.

Segundo Camila, a professora de natação baby era muito dedicada, gostava de ensinar e mantinha um nível de exigência que contribuiu para o desenvolvimento do filho.

Assim, tanto a transição para aulas sem os pais quanto para a piscina maior aconteceu de forma natural.

Hoje, Diogo costuma comentar sobre as aulas em casa e demonstra entusiasmo pela natação, que, segundo a mãe, faz até mais sucesso do que o judô, segundo esporte que ele pratica no Iate. Se no início o objetivo era garantir a segurança na água, agora o foco é outro: “Eu gosto da natação como esporte, sempre pratiquei também. Acho importante aprender a nadar, desenvolver a respiração e fazer amizades”.

CONTINUE A NADAR

No Clube, a aula é ofertada por uma empresa terceirizada e com metodologia própria - a Aquaeduc - focada em três pilares: aprendizagem motora, cognitiva e prevenção de afogamentos. O coordenador João Paulo Romeu de Araújo Lima detalha que as aulas de natação baby começam com músicas de acolhida e muitos estímulos visuais com brinquedos, enquanto os professores realizam movimentos junto com as crianças.

“Nessa faixa etária, o desenvolvimento cognitivo é muito mais auditivo e visual. Por isso, utilizamos brinquedos coloridos e atividades que estimulam esses sentidos”, acrescenta.

Depois da acolhida, inicia-se o processo de adaptação ao meio aquático. As aulas ocorrem sempre na piscina do toboágua com a participação dos pais ou de um responsável, tanto para garantir a segurança quanto para fortalecer o vínculo. Todos os movimentos são realizados em conjunto.

Aos poucos, a criança vai se acostumando com a água. “Com os bebês menores, utilizamos a técnica do ‘chuveirinho’, molhando delicadamente o rosto para que eles se familiarizem com esse contato e também passeamos com a criança pela piscina, segurando-a pelas axilas, para que ela sinta o movimento da água”, elenca. “Quando a criança é um pouco maior, começamos a trabalhar os primeiros mergulhos, sempre sem profundidade, além de pequenos deslocamentos, para que ela se acostume a ficar submersa e a abrir os olhos dentro da água.”

João Paulo ressalta que o mergulho sem óculos e com olho aberto também tem um importante aspecto de segurança. Em uma situação de afogamento, a criança provavelmente estará vestida e sem óculos. Por isso, é fundamental que ela se acostume com o contato da água no rosto e aprenda a controlar a respiração.

Um dos exercícios é ensinar a soprar bolinhas na superfície da água. Diferentemente da respiração que é feita no dia a dia, na natação a criança aprende a expirar pela boca e pelo nariz dentro da água e a inspirar quando coloca o rosto para fora.

A professora Márcia Rezende explica que pequenas mudanças na técnica, especialmente na respiração, fazem toda a diferença no desenvolvimento das crianças. Nas aulas, ela utiliza a metodologia da Aquaeduc e acrescenta as técnicas que adquiriu ao longo dos anos de experiência na área.

“Ensinar a respirar corretamente aumenta o fôlego e evita que a criança engula água. Esses detalhes fazem diferença para que ela consiga dar mais braçadas e atravessar a piscina com mais eficiência”, afirma. “Para mim, a técnica faz toda a diferença.”

Além do aprendizado dos nados, as aulas também têm um forte foco na segurança aquática. Márcia ensina as crianças a reagirem em situações de risco, como cair na água e conseguir se virar sozinhas. Um dos exercícios utilizados é o chamado “salto do canguru”. “A criança bate os pés no fundo, sobe para respirar e continua fazendo esse movimento até alcançar um local seguro”, explica.

As atividades incluem ainda exercícios de flutuação, formas seguras de entrar na água e orientações para evitar acidentes, como nunca correr antes de entrar na piscina. Durante as aulas, a professora também trabalha os movimentos de braços e pernas para manter a cabeça fora da água e estimular a autonomia das crianças.

“Na parte funda, faço eles pularem e se virarem sozinhos. Fico incentivando: ‘Quero ver quem consegue ficar mais tempo’ ou ‘Se vira, mexe, vamos’, porque em uma situação de afogamento eles não terão ajuda”, ressalta.



**Ensinar a respirar corretamente
aumenta o fôlego e evita que a
criança engula água.”**

Antes da aula começar,
Camila coloca touca e
óculos no filho Diogo.





Imagem ilustrativa retirada de banco de imagens.

PORTO SEGURO

A presença dos pais é importante para criar um ponto de referência para a criança. João conta que alguns bebês podem chorar do início ao fim nas primeiras aulas, por isso o pai ou a mãe estar presente ajuda o pequeno a entender que ali é um local diferente, mas seguro.

Além disso, tudo é adaptado para a realidade da criança, que pode ser mais tímida ou não estar acostumada a tanta interação com outras pessoas. “Os professores observam atentamente como cada um reage ao ambiente aquático para adaptar o ritmo da aula. Se a criança demonstra insegurança ou chora muito, o trabalho é conduzido de forma mais gradual, priorizando a criação de confiança”, comenta.

Também existe uma preocupação por parte da equipe de professores em orientar que os pais obedeçam todos os comandos, pois “cada atividade faz parte da metodologia e existe uma técnica por trás de cada exercício”.

As aulas com bebês comportam até 15 pessoas. De 2 anos e meio a 3 anos de idade, as crianças podem fazer aulas sozinhas e, a depender do nível, as turmas têm de quatro a seis crianças, para que o professor consiga dar o máximo de atenção. Caso necessário, a turma pode contar com mais um professor ou estagiário.

Há mais de um ano, Luciana acompanha as aulas da filha de longe e afirma que a transição “foi super natural”. Com 2 anos, Clarice passou a bater pernas, mergulhar e pular na piscina sem os pais.

“Nós trouxemos para ela como um processo evolutivo dentro da aula de natação. Agora íamos ficar olhando de fora, estamos aqui se precisar, mas ela precisa desenvolver outras habilidades que com pai e mãe não vai desenvolver”, aponta. “Ela aceitou tranquilamente e nada super bem.”

Ainda está em dúvida se faz a inscrição do seu filho ou filha na natação baby? Confira a seguir cinco benefícios da prática:

1. Fortalece a imunidade

A prática regular da natação contribui para o fortalecimento do sistema imunológico. Além disso, o contato frequente com a água e a atividade física ajudam a promover mais disposição, qualidade do sono e bem-estar para os bebês.

2. Desenvolve o controle respiratório

Durante as aulas, as crianças aprendem exercícios de respiração de forma lúdica, como soprar bolinhas na superfície da água. Esse trabalho favorece o controle da respiração e ajuda os pequenos a se familiarizarem com o ambiente aquático.

3. Estimula a coordenação motora

A natação trabalha simultaneamente membros superiores e inferiores, incentivando a criança a perceber que braços e pernas podem realizar movimentos diferentes ou alternados. Esse processo contribui para o desenvolvimento da coordenação motora e da consciência corporal.

4. Incentiva a socialização

As aulas em grupo proporcionam momentos de convivência com outras crianças. Compartilhar brinquedos, esperar a vez e realizar atividades coletivas são experiências que estimulam a interação social, a cooperação e o respeito ao próximo desde os primeiros anos de vida.

5. Ensina noções de autossalvamento

Um dos pilares da natação baby é a segurança aquática. De forma gradual e adequada à idade, as crianças aprendem habilidades importantes, como controlar a respiração, adaptar-se ao contato com a água e desenvolver respostas que podem fazer a diferença em situações de risco, contribuindo para a prevenção de afogamentos.

A natação baby é destinada aos bebês de 6 meses a 3 anos; a partir dos 4 anos, a criança ingressa na turma Kids 1 e segue até a categoria Infantil (14 anos). Diversas turmas e horários são oferecidos pelo Iate para atender a alta demanda de alunos.

As aulas de Natação Baby são destinadas aos bebês de 6 meses a 3 anos e ocorrem de segunda a quinta, no período da manhã e tarde, e aos finais de semana, pela manhã. A partir dos 4 anos, a criança ingressa na Escolinha de Natação do Iate. Para mais informações, entre em contato com a Secretaria de Esportes Individuais pelos telefones: 3329-8752 ou 3329-8749 ou via e-mail esportes.individuais@iatebsb.com.br.



DO CLUBE PARA A COMUNIDADE

Com a arrecadação de alimentos e doações dos associados, toda uma rede de solidariedade transforma as experiências em impacto social para quem mais precisa no DF



Ao participarem de um evento social ou esportivo e deixarem 1 kg de alimento na portaria do Clube, muitos associados dificilmente imaginam o caminho que essa doação percorre. A cerca de 20 km de distância do Iate Clube de Brasília, na comunidade Vila do Boa, em São Sebastião, a líder comunitária Alessandra de Oliveira Alves faz o planejamento da semana e define quem vai receber esses alimentos.

Ela é a responsável por selecionar as famílias que precisam de doações

de alimentos, roupas e marmitas. Durante a pandemia, recebeu o contato do Instituto Juntos Pelo Bem e foi aí onde a caminhada de Alessandra se encontrou com a das associadas e corredoras do Iate Clube de Brasília. O instituto nasceu da iniciativa de 19 associadas ao Iate, que decidiram transformar a prática esportiva em uma rede permanente de solidariedade.

Segundo Mara Abrahão, sócia do Iate e uma das fundadoras do Juntos pelo Bem, o grupo começou com a distribuição de marmitas na pandemia. Depois, as ações se

expandiram para inscrições solidárias nas corridas realizadas no Clube, arrecadação de cobertores para o período do inverno, cursos e atendimentos médicos.

Mara acrescenta ainda que essa expansão fez com que as associadas decidissem formalizar o trabalho e criar o Instituto Juntos pelo Bem. A constituição como organização sem fins lucrativos permitiu ampliar a atuação do grupo, firmar parcerias e desenvolver projetos sociais de forma estruturada, mantendo o propósito de aproximar quem deseja doar de quem precisa de apoio.

ESTRUTURAMENTO SOCIAL

Para Alessandra, a chegada do Juntos pelo Bem representou muito mais do que doações, palestras e cursos oferecidos à comunidade: marcou o início de um amplo processo de estruturação social.

“Tiramos as pessoas da vulnerabilidade ao ponto de empregar, trazer alimento, dar caminho e inserir uma qualidade de vida melhor”, conta. “Foi uma mudança de vida: o Juntos Pelo Bem não trouxe só a cesta básica, mas a oportunidade de crescimento familiar.”

Além da comunidade da Vila do Boa, o Juntos pelo Bem distribui doações e realiza campanhas em duas creches: na Estrutural e no Sol Nascente e faz doação de cobertores durante o inverno para pessoas em situação de rua. Antes, as doações eram eventuais para esses lugares. Com a chegada do grupo, as famílias puderam contar com doações regulares.

“Nós conseguimos melhorar um pouco a vida dessas famílias, tudo era eventual e conseguimos manter uma regularidade dentro do volume que arrecadamos”, revela Mara.

ROTINA DO BEM

Atualmente, o Instituto realiza as ações a cada 15 dias. Ao longo das duas semanas, as voluntárias do Juntos Pelo Bem mobilizam uma ampla rede de apoio formada por associados, empresas parceiras e pessoas físicas para arrecadar alimentos, roupas, cobertores e outros itens.

Uma ação que sempre emociona as 19 participantes do Instituto é a entrega de material escolar. Todos os anos elas entregam kits completos para, no mínimo, 70 crianças. Cada uma recebe uma mochila nova e todo o material exigido na lista escolar.

“É emocionante ver a reação das crianças. Muitas ficam mais felizes ao receber a mochila do que na ação que também realizamos no Natal. Antes da entrega, sempre fazemos uma pequena conversa sobre a importância da educação e explicamos como ela pode transformar a vida delas”, disse Mara. “É um momento muito especial.”

“

Nós conseguimos melhorar um pouco a vida dessas famílias, tudo era eventual e conseguimos manter uma regularidade dentro do volume que arrecadamos.”





Para ajudar o Juntos pelo Bem,
leia o QR Code e apoie a campanha ou faça sua doação via PIX:

Chave: 42.222.003/0001-10 (CNPJ)
Banco do Brasil
Agência: 3476-2
Conta: 33532-0





AQUI TEM MOEDA SOCIAL

O que acontece depois que um evento acaba? Os artistas vão embora, as tendas de alimentação e o palco são desmontados, os lixos e resíduos são recolhidos e os colaboradores ajudam a limpar o espaço. Depois que a última luz se apaga, ficam os alimentos, afinal, muitos eventos incentivam os ingressos solidários com a entrega de 1 kg de alimento não perecível, que será destinado àqueles que mais precisam.

Enquanto famílias vêm para campeonatos esportivos, corridas do Clube, assistem ao Iate in Concert ou participam de outras experiências, associações parceiras recebem recursos para manter atendimentos, ampliar projetos e mudar trajetórias. Além das doações, mensalmente, todos os alimentos e itens do Perdidos e Achados do Clube são organizados pelos Amigos Voluntários do Emiate.

Mas o impacto dessa mobilização não termina quando os alimentos e as doações chegam às instituições. A mesma rede de solidariedade também tornou possível um importante avanço para o Clube: a utilização da moeda

social como contrapartida para garantir, de forma juridicamente regularizada, o uso de uma área pública adjacente à sede do Iate, conforme o Contrato de Concessão de Direito de Uso sem Compra nº 613/2024, firmado entre a Terracap e o Iate Clube de Brasília.

Segundo o Comodoro Luiz André Almeida Reis, o Iate ocupa uma área privilegiada na baía norte do Lago Paranoá, em frente à raia de regatas. O terreno escriturado do Clube, propriedade dos associados, foi doado pelo governo federal na época da fundação do Iate, mas, com o passar dos anos, uma área adjacente foi ocupada e não fazia parte da escritura.

“Existia um anseio enorme em tentar regularizar essa situação. O governo do Distrito Federal assinou um decreto de concessão e, esse contrato feito com a Terracap, continha uma cláusula que nos permitia pagar a outorga onerosa pelo uso desse terreno com o que eles chamam de moeda social”, explica. “Isso nos custaria milhares de reais por mês, o que iria afetar o fluxo de caixa do Clube.”

AMIGOS QUE AMPARAM

Desde 2003, o Emiate assumiu as campanhas de solidariedade que vinham sendo realizadas pelo Iate. Assim, surgiu o projeto Amigos Voluntários. Toda semana, associados e colaboradores conferem alimentos, organizam roupas, separam brinquedos e definem quais instituições receberão as próximas doações.

Hoje são 12 instituições cadastradas para receber as doações. Por ano, são mais de 30 toneladas de alimentos arrecadados e cerca de 10 mil itens entre os materiais do Perdidos e Achados e as doações feitas pelos associados. Por mês, entre duas e três instituições são beneficiadas.

Em julho, as doações oriundas de eventos esportivos e principalmente da Festa Junina do Iate chegaram até a mesa de Luciene Elias. Moradora de Planaltina (DF), ela é mãe solo de três filhos e encontrou na Associação de Mães, Pais, Amigos e Reabilitadores de Excepcionais (Ampare) um apoio para o pequeno de 12 anos, que tem Síndrome de Down. Eles vão uma vez por semana às aulas de natação, karatê e às sessões de fonoaudiologia.

Luciene não trabalha para poder dar toda a assistência ao filho e, atualmente, recebe o Benefício Assistencial à Pessoa com Deficiência (BPC) que, no final do mês, “não dá para pagar todas as contas”. Para ela, as doações de cestas básicas contribuem muito na alimentação.

“Pago R\$ 750 de aluguel, aí vêm água, luz, telefone, remédios e um monte de outras despesas. Segurar esse pepino não é fácil. Com um salário mínimo e as coisas caras, fica muito difícil. O único jeito de a gente conseguir seguir é por meio do BPC e da ajuda de pessoas maravilhosas, como a Ampare e outras que doam cestas básicas e roupas”, detalha. “É uma ajuda e tanto para nós, que somos mães de filhos especiais.”

A instituição reúne uma equipe multidisciplinar com serviços de fonoaudiologia, fisioterapia, terapia ocupacional e hidroterapia, além de desenvolver atividades pedagógicas e

projetos em parceria com outras organizações, promovendo desenvolvimento, autonomia e inclusão, principalmente por meio do esporte.

A parceria com o Iate Clube começou por iniciativa do próprio Clube, que buscava uma instituição para apoiar por meio do programa Amigos Voluntários. Inicialmente, as doações eram destinadas à casa de acolhimento mantida pela Ampare. Com o encerramento do local, os alimentos, as cestas básicas, as roupas e os cobertores passaram a beneficiar diretamente a sede da instituição.

A Ampare oferece dois lanches e almoço para as pessoas assistidas. Por isso, as doações de gêneros alimentícios abastecem tanto as refeições servidas aos alunos quanto o atendimento às famílias carentes.

“Os alimentos não perecíveis vão direto para a mesa dos nossos assistidos. Já os cobertores e as roupas seminovas são destinados ao nosso bazar solidário. Quando identificamos famílias em situação de maior vulnerabilidade, também entregamos cestas básicas para ajudá-las”, conta Mirna de Oliveira Bueno, coordenadora-geral da Ampare. “Esse apoio faz diferença na alimentação dos assistidos.”

Por isso, para quem doa um alimento, um cobertor ou participa de uma campanha solidária do Clube, o gesto termina muito além dos portões do Iate. Ele continua presente na rotina de famílias que encontram, nessas ações, apoio e forças para seguir adiante.

“

Esse apoio faz diferença na alimentação dos assistidos.”



Para fazer doações de roupas ou alimentos ao Emiate, os donativos podem ser entregues na **Secretaria do Encontro Master do Iate, localizada no 1º andar do Edifício Multifunções**. Caso não seja possível levar a sua doação, entre em contato via telefone: 3329-8745 ou 99674-7786 para que a entrega seja combinada.

PATINAÇÃO

DEDICAÇÃO QUE VALE OURO

Aos 12 anos, atleta do Iate Clube de Brasília foi convocado pela Seleção Brasileira para a Copa do Mundo de Patinação e alcançou o topo do pódio



Foi em uma charmosa e histórica cidade no norte da Itália que Lucas Benite viu todo o esforço e a dedicação de seis anos valerem a pena. Cesena, na região da Emília-Romanha e lar de cerca de 97 mil habitantes, foi o lugar da Copa do Mundo de Patinação Artística, competição em que o atleta do Iate foi convocado para representar o Brasil.

A vaga surgiu após as semifinais realizadas em Buenos Aires (Argentina) e Garmisch-Partenkirchen (Alemanha). Após essa fase, apenas o melhor atleta de cada país em sua categoria avançou para a grande final, disputada em Cesena.

“Fiquei muito feliz com a convocação. Já esperava porque era um de cada país. Fui muito bem na primeira etapa. Passei a treinar mais no final de semana e refinar a coreografia”, conta. O que fez a diferença para a grande campanha do atleta foram os treinos ao final de semana.

A convocação era esperada pelo atleta, porém a medalha de ouro na modalidade Livre e o 4º lugar na dança solo foram uma surpresa. “Fiquei muito surpreso e bem feliz mesmo por ser a Copa do Mundo. Saí super satisfeito”, completa.

Segundo o técnico Eduardo Gravina, a equipe sabia que Lucas tinha plenas condições de ficar no pódio pelas altas pontuações conquistadas desde janeiro na copa de Orlando, depois no campeonato brasileiro e nas duas semifinais da copa do mundo. Porém, no final, “tudo dependia do desempenho dele”.

A boa performance garantiu os resultados, que são uma vitória da equipe inteira e motivo de incentivo para que outros atletas do Clube também busquem estar no lugar mais alto do pódio.

“Todos os técnicos trabalham bastante no processo de formação dos atletas e o sucesso alcançado por ele reflete a qualidade de toda nossa equipe de competição, que tem vários atletas de alto nível técnico com diversos títulos internacionais e que, agora, depois dessa conquista do Lucas, perceberam que estar entre os melhores na Copa do Mundo é um objetivo que pode ser alcançado”, ressalta Eduardo.

Lucas gosta muito do programa longo, em que interpreta um guerreiro, e na dança ele se solta ao som de Charlie Chaplin. Os momentos mais especiais da Copa, sem dúvida, foram competir ao lado dos melhores atletas do mundo, conseguir uma boa colocação em um torneio tão importante e compartilhar a experiência com a amiga e companheira de equipe Antonella. “É uma amiga muito importante e é muito legal viajar com ela. Nos apoiamos muito”, afirma. “Eles são super amigos, é bem bonitinho ver a parceria deles e a cumplicidade”, pontua a mãe.

O maior desafio, no entanto, veio ao competir com atletas mais velhos na dança. “Em uma das categorias eu competi em uma idade acima, com pessoal de 15 anos. Eu era menor, eles eram mais fortes. Fiquei assustado e foi a parte mais difícil, mas me saí bem acima do esperado, ficando em 4º lugar”, celebra.

Para Lucas, poder presenciar os melhores do mundo de perto e ver onde ele próprio pode chegar foi um grande aprendizado. Nos outros competidores, viu onde ele mesmo pode chegar e fez anotações para que, quando voltasse de viagem, pudesse aplicar os conhecimentos aqui.



ROTINA INTENSA

Mesmo aos 12 anos, Lucas mantém uma rotina típica de atleta de alto rendimento. Vai para a escola de manhã, à tarde tem pilates, treino de patinação por 2h e personal no fim do dia. “Há dias em que saio às 13h e, em outros, às 16h30. Quando saio às 13h, eu volto para casa, almoço, vou para o pilates às 15h, lanchinho e troco de roupa no carro para chegar no treino de patins. Logo em seguida, no caminho, lanchinho para ir para o personal. Volto para casa e vou dormir”, explica. “Quando a aula termina às 16h30, me arrumo e como no carro, e vou para o treino de patins.”

Tudo isso, claro, é possível com o apoio da família e dos técnicos. “Nesse primeiro semestre ele fez quatro viagens internacionais e uma nacional. O Lucas é muito dedicado, sabe que na escola tem que se organizar, junto com os professores, com as demandas para estar na patinação. A carga de treinamento sem patins é muito extensa. Acaba que a nossa rotina fica em função dele”, comenta a mãe do atleta, Fabiana Benite. “Os técnicos são os maiores apoiadores e incentivadores dele também.”

“Os meus pais me apoiam muito para competir e me ajudam muito”, acrescenta Lucas.

Além do incentivo no Clube e fora dele, Lucas também tem uma inspiração no esporte que o faz sempre dar o seu melhor: a atleta portuguesa Madalena Costa. Aos 17 anos e já competindo na categoria sênior, a patinadora alcançou resultados extraordinários para Portugal. Em 2024, fez história ao conquistar o título mundial de patinação livre na China, tornando-se a primeira portuguesa a ganhar uma medalha de ouro na modalidade entre os seniores.

“Com 14 anos, ela competiu com gente que tinha 16 e foi campeã do mundo. Faz coisas que nenhuma menina





fez na história. Ela é uma inspiração muito grande”, revela.

Depois da primeira participação internacional na Artistic Internacional Series de Trieste, na Itália, em 2024, o técnico do Clube sugeriu que Lucas começasse a fazer terapia. “Ele é outra criança depois que começou esse acompanhamento psicológico. É muita pressão para lidar na pouca idade. É uma válvula de escape que tem ajudado bastante e foi indicação do técnico”, explica a mãe.

Para o treinador Eduardo Gravina, a evolução do atleta nos últimos anos impressiona. “Ele compete em campeonatos nacionais há apenas quatro temporadas, sendo que no segundo ano ele já estava disputando vaga para competições internacionais e ganhando medalhas fora do país”, destaca.

PRÓXIMOS DESAFIOS

No segundo semestre, Lucas se prepara para o Campeonato Brasileiro e o Sul-Americano. O objetivo é aumentar a dificuldade das coreografias e melhorar suas notas. No futuro, ele almeja competir com os melhores do mundo e quer muito conquistar uma medalha em um Campeonato Mundial. Sonho concretizado seria também se a patinação se tornasse um esporte olímpico e coroar toda essa trajetória lapidada desde muito cedo com uma participação olímpica.

“Ele enche meu coração de orgulho. A felicidade maior é ver que esses resultados vêm de uma consequência da dedicação e da responsabilidade que ele tem. Quando vem treinar a mais, não é uma exigência minha, é porque ele gosta. A patinação é muito no detalhe e ajuste fino. Tudo isso traz consequências boas, tenho orgulho desse processo. É muita emoção e felicidade”, finaliza a mãe.

TER HOBBY É COISA SÉRIA



O bom dia de Marcello Araripe começa com uma foto, Juliene Bianchi lê enquanto sente a brisa do Lago Paranoá e Luís Borba encontra no ciclismo uma salvação

As 5h40, antes mesmo do Clube abrir, Marcello Araripe e outros dois associados esperam na portaria a liberação para entrarem. Assim que os portões se abrem, ele segue direto para a piscina. É atleta de águas abertas e está acostumado com longas distâncias. Essa rotina matinal se tornou um ritual para começar o dia e aliviar as tensões do cotidiano.

Ele brinca que a mãe e a namorada percebem quando está estressado

pela frequência com que vai nadar. “Minha mãe e minha namorada dizem assim: ‘Você está precisando nadar. Você não foi essa semana’. O meu nível de estresse ajuda a mostrar isso”, revela.

Dentro da piscina, ele geralmente faz um check-list de problemas a resolver no trabalho e considera um bom momento de introspecção: “Não tenho celular, não tenho som, não tenho nada me perturbando”. Mas a natação não é o único hobby de Araripe. O sócio sempre gostou de fotografias e, como

chega cedo, faz um registro do lago na chegada e na saída. Ele tira foto do nascer do sol e depois da grande estrela já iluminando todo o céu.

Araripe costuma mandar os registros para a namorada, a mãe e a tia dando bom dia. Desde 2022, mantém esse hábito com frequência. A graça está na mudança do céu e da luz conforme as estações do ano. “Eu tenho quatro anos de registro de fotos, pelo menos quatro vezes por semana. É legal porque tem fotos em que o céu está laranja, outras em que está roxo”, detalha.



HOBBY LEVADO A SÉRIO

Para Marcello, hobby não é simplesmente passatempo. Ele explica um conceito criado pelo sociólogo canadense Robert Stebbins nos anos 1980 de “lazer sério”. “É um lazer que exige perseverança, gera trajetória própria de progresso, produz conhecimento e forma identidade”, pondera.

Todo mundo começa praticando algo por prazer, seja um esporte, seja uma leitura, seja um trabalho manual. Depois de desenvolver habilidades, a pessoa naturalmente passa a estabelecer metas. No caso da natação, o objetivo é completar distâncias cada vez maiores. Na fotografia, tirar uma foto de um ângulo ainda melhor no dia seguinte. No modelismo, é terminar uma peça única - e a mais perfeita será a próxima.

Esse último é outro passatempo do associado. “Eu comecei a construir miniaturas de navios quando tinha 6 para 7 anos. Então, já tenho quase cinco décadas de bancada”, disse. Aos 10, começou a construir navios.

A paixão surgiu, em parte, nas férias em Fortaleza, quando visitava navios da Marinha com o avô. Hoje, ele trabalha com diferentes materiais: plástico, madeira, papel, resina e peças produzidas em impressoras 3D. O processo envolve muito mais do que montar. Apaixonado por história, Araripe faz pesquisa, lê diversos livros, faz planejamento, montagem, acabamento e pintura.

O modelismo acabou se transformando também em trabalho, com a criação de uma start-up e execução de oficinas para diversos públicos. Em 2023, realizou a exposição “Navios & História” com algumas peças no Iate TV. “Vim ‘na cara dura mesmo’, falei com o pessoal do Cultural e apresentei a ideia”, recorda. “O Iate apoiou e me ajudou com as mesas.”

Com três passatempos - natação, modelismo e fotografia -, Marcello defende que todo mundo deveria ter uma atividade como válvula de escape. “Quando eu chego em casa, mesmo que seja para modelar algo da empresa, eu desligo de qualquer outra coisa. Você esquece de qualquer tipo de problema que você tem”, explica. “Nós temos uma vida estressante, e eu acho que o hobby tem muito isso de aliviar o estresse.”

“

Nós temos uma vida estressante, e eu acho que o hobby tem muito isso de aliviar o estresse.”



LEITURA À BEIRA DO LAGO

Para amenizar as tensões, desconectar do mundo e conhecer novas histórias, a leitura é um hobby que acompanha a associada Juliene Bianchi desde sempre. Mas sentar em uma espreguiçadeira, escutando o barulho do lago e respirando ar fresco é um privilégio que, muitas vezes, ela não consegue colocar na rotina.

Porém, por trabalhar no Judiciário, a sócia ganhou uma folga no Dia do Advogado e aproveitou para iniciar “Tudo que deixamos inacabado”, de Rebecca Yarros, leitura coletiva de um dos clubes dos quais ela participa.

Depois de jogar beach tennis pela manhã e almoçar no Clube com o marido, ela escolheu um cantinho à beira do lago para abrir o livro e aproveitar a tarde. “Estou aqui, dando um tempinho, lendo, ouvindo esse barulho da água e tentando relaxar com um livro”, conta. “Como moramos em apartamento, eu sinto como se o Clube fosse o quintal da minha casa.”

A leitura se tornou essencial para aqueles momentos em que ela quer desacelerar, aproveitar o ambiente e, principalmente, ficar longe do celular. “É difícil sobrar tempo para a gente realmente sentar, aproveitar o ambiente e ler de fato”, confessa.

A paixão ganhou ainda mais força com a participação em clubes de leitura. Juliene integra um grupo no Iate, o Violette Clube de Leitura do beach tennis, e outro com amigas, o que também trouxe de volta o hábito de ler obras que não estejam relacionadas ao ramo profissional.

“

Como moramos em apartamento, eu sinto como se o Clube fosse o quintal da minha casa.”

CICLISMO É TUDO

Quando vem ao Clube, Luís Borba percorre 18 km de casa até o Iate de bicicleta. Na região onde mora, já cruzou praticamente toda a redondeza de bike. Ele sempre pedalou. Gostava de nadar, correr e jogar basquete, mas usava a bicicleta apenas para se locomover. Ele já tinha completado três voltas no Parque da Cidade e se orgulhava muito do feito.

“Eu tinha uma mountain bike aro 26 e pedalava há muitos anos, mas bem pouquinho. O máximo que eu tinha feito era dar três voltas no parque. Como a volta completa tem 10 km, eu achava o máximo poder dizer que tinha pedalado 30 km”, celebra.

Depois de fazer muitos esportes, ele torceu o tornozelo e rompeu ligamentos, então Luís se convenceu de que atividades de muito impacto não poderiam mais fazer parte de sua vida. A bike foi sua salvação, principalmente porque a mudança veio no período da pandemia.

“Eu me descobri na bike porque o movimento não tem impacto, então não sofro com o tornozelo enquanto pedalo. Na pandemia, troquei a bicicleta que eu tinha há mais de 20 anos por uma aro 29, com rodas maiores, que era mais confortável e eu sofria menos com as trepidações e os impactos”, explica. “Tive a oportunidade de desenvolver minha atividade de ciclismo e não ficar completamente confinado.”

O fato de poder pegar sol e não estar isolado em casa ajudou Luís nesse período, tanto fisicamente quanto mentalmente. Desde então, pedala “praticamente todo dia e posso me considerar até mais experiente porque eu também já caí muitas vezes”.

Em 2024, ele começou a competir em provas de ciclismo de montanha (mountain bike) e subiu em pódios. No Desafio Brou em Monte Carmelo, ele ficou em quarto. “Essa foi a primeira motivação que me deu vontade de continuar treinando e tentar alcançar algumas metas”, destaca.

Em 2025, ele fez o WOS Mountain Bike Pirenópolis, prova de dois dias, com percurso de 70 km no sábado e 50 km no domingo com altimetrias muito grandes. Luís terminou a competição em terceiro lugar.

Em Brasília, participou do XTerra, na Ermida Dom Bosco, evento em que, na categoria 60+, ele ficou em segundo lugar. Em dezembro do ano passado, no desafio da Chapada dos Veadeiros, ele mais uma vez faturou a prata.

Aposentado, Luís dedica a vida à adrenalina das provas: se prepara e percorre mais de 100 km em subidas e descidas. Já caiu diversas vezes, pega muito sol, já confundiu a sinalização em provas e acabou fazendo tempos maiores, mas nada disso tira o brilho desse hobby para ele.

“Para mim, o ciclismo é salvação, porque eu não peguei Covid. É um hobby saudável e que realmente faz parte da minha vida”, exalta. “É maravilhoso poder estar em contato com a natureza, acordar cedo e ver o sol nascer no meio do Cerrado e ter boas histórias para contar.”



“

É maravilhoso poder estar em contato com a natureza, acordar cedo e ver o sol nascer no meio do Cerrado e ter boas histórias para contar.”

A photograph of several young women in volleyball uniforms celebrating on a court. They are wearing blue and white jerseys with black shorts. One player in the center is smiling broadly with her arms raised. The background shows a volleyball net and a blurred audience.

O IATE JOVEM



O que os jovens fazem no Iate Clube de Brasília? Eles participam da Escola de Vela, jogam vôlei, praticam natação e águas abertas, patinam pelo mundo afora, sacam, defendem e garantem muitas bolas vencedoras. Em todos os cantos do Clube, há espaço para aprender uma nova modalidade, superar desafios e, principalmente, se divertir.

Lucas Viana e Manu Leite, por exemplo, se aventuram em novos esportes, João “Mota” Rabelo se prepara para a grande competição de sua vida e Marina Gorini encontrou nos diferentes esportes de raquete uma maneira de experimentar, aprender e se divertir.

A seguir, todos eles contam por que começaram a viver a integração, a adrenalina, o aprendizado e a resiliência que o esporte proporciona.

NÃO DEIXE A PETECA CAIR

O Centro Infantojuvenil do Iate (Ciate) oferta diferentes atividades para os alunos da capoeira à robótica. Estudante do Ciate, Lucas Viana, de 8 anos, faz peteca desde julho no Clube. Apesar de gostar mais de futsal, ele dá tudo de si na rede, se joga no chão, vibra a cada ponto e simplesmente não deixa a peteca cair.

Antes acostumado com a bola nos pés por causa do futebol, que pratica diariamente, Lucas encarou as primeiras aulas de peteca como um desafio. “Foi um pouquinho difícil. Eu nunca tinha feito”, conta. Mas a dificuldade não durou muito. Com os treinos, os movimentos ficaram mais naturais e, hoje, ele garante que já consegue fazer quase tudo.

Além dele, Heitor e Geovana também participam da aula. “Normalmente o professor faz a parte técnica e depois tem joguinho, que, para mim, é a parte mais legal da aula”, revela.

Em duplas, os alunos começam a aula com alongamento e aquecimento. Em seguida, o professor Wilson propõe um exercício que mistura a brincadeira da amarelinha com uma batida na peteca ao final. Depois, é hora de abaixar a rede e partir para o tão esperado “joguinho” que Lucas tanto ama, uma disputa de 15 pontos que encerra a aula em clima de diversão e competição.

No jogo, ele prefere atacar. Com força no braço, o pequeno latista não hesita em mandar a peteca para o outro lado da quadra. A peteca já conquistou seu espaço na rotina esportiva, mas é no futebol que Lucas encontra as grandes inspirações. Durante a Copa do Mundo, ele vibrou ao ver os franceses Kylian Mbappé e Michael Olise em campo.



Lucas durante um dos exercícios da aula de peteca.

DO RINQUE ÀS QUADRAS DE AREIA

Depois de uma temporada na patinação artística do Clube, Manuela Leite Granja e Barros, de 17 anos, resolveu se aventurar no futevôlei. Ela sempre teve curiosidade por achar o esporte interessante, diferente e desafiador. Há um ano, resolveu iniciar as aulas, que, segundo a atleta, são dinâmicas e trabalham muito consciência corporal e agilidade na areia.

“Quando tive a oportunidade de começar a fazer as aulas no Iate, resolvi experimentar e gostei muito”, conta.

A experiência com a patinação artística também trouxe uma bagagem importante. O controle corporal e o equilíbrio desenvolvidos sobre os patins passaram a ser aliados de Manu na areia. Ao mesmo tempo, o futevôlei trouxe novos aprendizados e desafios.

“As aulas são dinâmicas, trabalham muito a consciência corporal e a agilidade na areia. O esporte também me ajudou a desenvolver maior confiança em mim mesma, tanto dentro quanto fora da quadra”, afirma.

Por enquanto, o principal objetivo de Manu é continuar evoluindo e, claro, se divertir. Com o tempo, porém, ela já começa a pensar em dar um passo além e participar de competições.

“Conforme eu for melhorando, acho que participar de competições pode ser muito legal. Ainda não participei, mas tenho vontade”, revela. “Acho que seria uma experiência única e desafiadora ao mesmo tempo.”

Desde que começou a treinar, a atleta percebeu evolução em fundamentos que, no início, pareciam difíceis, como saque, recepção, levantamento e ataque. Hoje, ela se sente mais à vontade para executar os movimentos e tomar decisões durante as partidas.

Um dos fatores que contribuem para essa evolução é o ambiente das aulas. Manu treina em uma turma com cerca de 15 meninas e considera a experiência positiva, principalmente para quem está começando. Para ela, estar ao lado de outras mulheres ajuda a perder o medo e ganhar familiaridade com o esporte.

Entre os fundamentos, a jogada de ombro é a favorita da atleta - e Manu executa com muita regularidade. Utilizada para recepcionar ou levantar a bola, ela exige precisão e controle para deixá-la na posição ideal para o parceiro dar sequência.

“Desde que comecei, fui pegando bastante confiança e hoje é uma jogada que gosto muito de fazer durante os treinos, mas ainda acho difícil”, avalia.

Com muita experiência ainda para adquirir e técnicas para aprender, Manu não vê a hora de participar de algum torneio interno do Clube. Enquanto isso, fica muito feliz de ver as turmas cheias e que o futevôlei “está conquistando cada vez mais pessoas, em especial, mulheres”.

“

As aulas são dinâmicas, trabalham muito a consciência corporal e a agilidade na areia. O esporte também me ajudou a desenvolver maior confiança em mim mesma, tanto dentro quanto fora da quadra.”

Manu gosta muito das aulas dinâmicas e desafiadoras de futevôlei.



ESPORTE É DIVERSÃO

Existem outras três modalidades no Clube em que as mulheres têm ocupado cada vez mais espaço: squash, tênis de mesa e beach tennis. Aos 10 anos, a Iatista Marina Gorini encontrou nos três um objetivo simples: se divertir.

O beach tennis começou primeiro e ocupa um lugar especial em seu coração. Marina costumava jogar com a prima e quis começar. Inclusive já participou de dois torneios internos no Clube, ficando em terceiro lugar em um deles.

A jovem começou a jogar há cerca de três anos e, a cada ano, vem descobrindo “novas raquetes”. A primeira foi a do squash. Além da parte prática e técnica, as aulas incluem brincadeiras como queimada e atividades temáticas, que ajudam a deixar os treinos ainda mais descontraídos. “O que eu mais gosto nas aulas são as brincadeiras que o professor faz para a gente se divertir”, fala, alegre.

A modalidade mais recente é o tênis de mesa. Por enquanto, o desafio é controlar a bolinha em uma mesa bem menor do que as quadras a que está acostumada. Assim como no squash, os professores do tênis de mesa também incluem brincadeiras. A favorita de Marina é o carrossel, atividade em que os alunos revezam-se ao redor da mesa e precisam manter a bola em jogo.



No mesmo dia,
Marina faz squash,
tênis de mesa e
beach tennis.

PRIMEIRA VEZ EM CAMPEONATO MUNDIAL

Apesar de não praticar nenhum esporte coletivo ou que envolva bolas, João Pedro Rabelo, o Mota, completa desafios contra o próprio tempo: a natação em águas abertas e a corrida. Nadar por aproximadamente 1 km e depois correr por 5 km é um desafio que o atleta está acostumado a fazer em terras brasileiras. Agora terá que expandir a prova para fora do país.

Em novembro, Mota se prepara para representar o Clube e o Brasil na modalidade aquathlon do Campeonato Mundial Multisport, que será realizado em Abu Dhabi, de 13 a 22 de novembro.

O atleta de 17 anos nada todos os dias no Clube, mantendo treinos mais intensos tanto voltados para a performance em piscina quanto para provas de resistência em águas abertas e corrida. Os resultados ao longo de 2025 ajudaram o Iatista a conquistar a vaga para o mundial.

A rotina começa ainda de madrugada com treinos de corrida para não chegar atrasado na escola. “Durante a escola, tento adiantar tudo o que posso e absorver o máximo da matéria já ali, para não precisar estudar tanto mais tarde e conseguir descansar”, detalha. Depois da aula, ele treina natação por duas horas e, à noite, faz preparação física.

A dois meses do mundial, o Iatista está com boas expectativas de dar esse grande passo. “Estou animado, me preparei o ano todo para esse mundial com o foco de alinhar a técnica para conseguir chegar muito bem e competitivo”, revela.

Apesar de ser um esporte novo para Mota, correr tem ensinado algo valioso para o atleta: “Estar sempre aberto a novas experiências e a não ter medo de tentar algo novo, mesmo quando ainda sou iniciante naquele esporte”.

Representando o Clube, o atleta faturou o 1º lugar geral na prova de 2,5 km no Campeonato Brasiliense de Águas Abertas. Já nas corridas, fez os 7 km da Flying Run em 26min37s, tempo que garantiu o 4º lugar geral.

Para quem começa na natação, corrida ou qualquer outro esporte, Mota aconselha a manter a constância e a dedicação, e a aprender com as derrotas. “Nunca se iluda com uma vitória, porque vencer é passageiro. É preciso continuar treinando e se dedicando. E também aprenda a perder, entendendo que uma fase ruim não significa que tudo vai dar errado. É apenas um momento que testa a nossa capacidade de superar desafios”, finaliza.

E você, o que gosta de fazer no Clube?



“

Nunca se iluda com uma vitória, porque vencer é passageiro. É preciso continuar treinando e se dedicando.”



Mota nadando no Campeonato Brasileiro de Aquathlon, em Vila Velha (ES), em agosto de 2025.

NA ESTANTE DAS IATISTAS

Associadas que participam dos clubes de leitura do Clube recomendam as melhores obras que foram debatidas

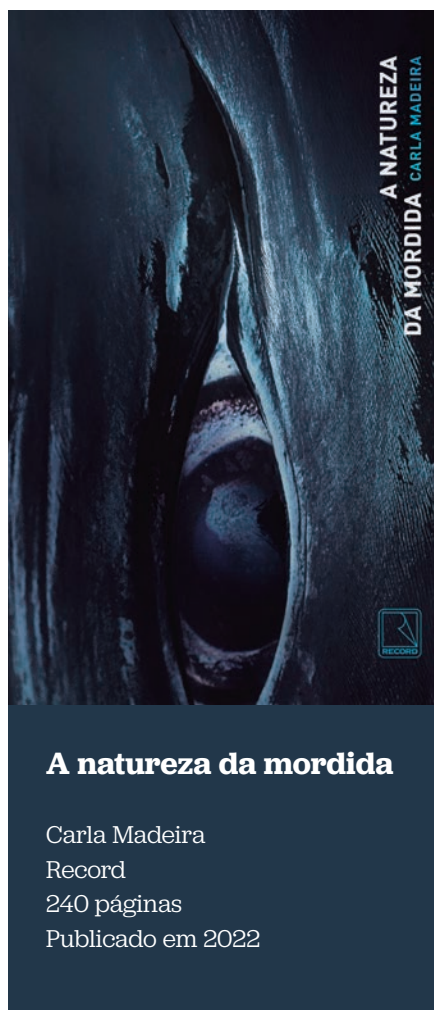
Quando páginas são grifadas, leitores adentram a madrugada para terminar uma história e reviravoltas surpreendem, o objetivo do autor se completa. A história passa a ser compartilhada com outras pessoas. Mas existe uma vontade de perguntar para alguém se leu o livro, recomendar uma obra ou descobrir aspectos que você só saberia porque conversou com outro leitor.

Assim, a leitura se torna uma atividade coletiva a partir dos clubes de leitura regados de reflexões, lágrimas, risadas, conversas boas e novas lentes. Afinal, ao saber a perspectiva de outra pessoa sobre um livro, ela lhe empresta os óculos para que você possa perceber o mundo de uma maneira diferente.

Sônia, Marília, Liliane, Marilena e Júlia sabem como é esse sentimento. Como leitoras assíduas, sempre sentiram falta de poder conversar com alguém sobre os livros que leram. A integração que começou nas quadras duras, de saibro ou de areia continuou em outro plano: nos universos criados por autores, reflexões e momentos de conexão.

“Trazer a nossa bagagem é o que torna um livro interessante. Posso concordar ou não com o ponto de vista de alguém, e isso não significa que não possamos conviver. Precisamos aprender a ouvir outras opiniões, nos encantar com aquilo que talvez estivéssemos precisando escutar e permitir que novos encontros aconteçam”, pontua a associada Júlia Penteado. “Seja por meio do esporte, seja por meio da leitura, grandes amizades podem surgir.”

Nesta edição da Revista Farol, as cinco associadas indicam livros que foram lidos pelos grupos Sociedade Literária Livros & Raquetes (tênis) e Violette Clube de Leitura (beach tennis). Coloque as recomendações na sua lista e se prepare para histórias surpreendentes.



SÔNIA GARGIULO INDICA

Um dos grandes nomes da literatura contemporânea, a escritora mineira Carla Madeira escreve personagens reais em situações difíceis para incomodar o leitor. “Ela é tão polêmica que te deixa entre a cruz e a caldeirinha”, resume Sônia Gargiulo. “A natureza da mordida” foi um livro tenso, “para bagunçar a cabeça” e fazer o leitor refletir sobre as escolhas da vida e suas consequências.

“Por que chama ‘A natureza da mordida’? Porque a vida vai cobrar aquela decisão que você tomou. Nem que seja inconscientemente, a vida te cobra e te morde. Ficamos discutindo as cinco situações do livro e o que faríamos”, conta a sócia sobre como foi o encontro do clube de leitura.

O livro relata a história da psicanalista aposentada Biá, que é apaixonada por literatura e, um dia, aborda a jovem jornalista Olívia em um sebo improvisado. A amizade das duas começa com a pergunta: “O que você não tem mais que te entristece tanto?”. Como nos outros romances da autora, Carla traz questões universais como a amizade, a incondicionalidade do amor, a força do desejo, a culpa e o esquecimento, a memória e o perdão.

Quando terminou, Sônia ficou pensando na história por muito tempo. Para ela, Carla Madeira “escreve histórias reais, que são possíveis de acontecer, passam pela cabeça da gente, mas você pensa ‘ainda bem que isso aqui é no livro’. Porque pode acontecer com você, mas você não teria coragem de fazer o que os personagens fazem”.

DANIELA MATOS RECOMENDA

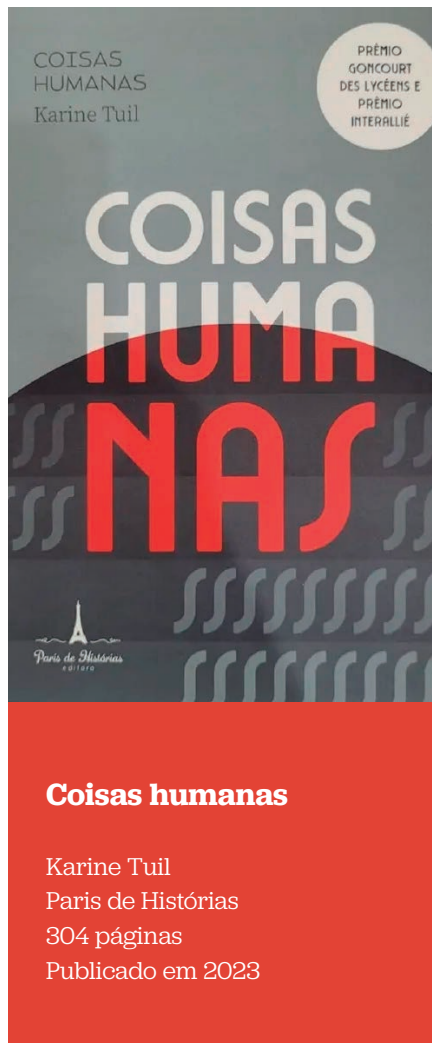
Apesar de amar romances, Daniela Matos também gosta de sair da zona de conforto e ser surpreendida. Assim foi com “O infinito em um junco”, obra de Irene Vallejo que conta a história dos livros, começando lá atrás, com a Biblioteca de Alexandria.

A sócia participa do Livros e Raquetes há mais ou menos dois anos e se recorda de que todas amaram a obra. “O livro foi praticamente um consenso entre as participantes e foi apresentado pela Márcia, que é bibliotecária. Ela trouxe ainda mais riqueza à análise do livro, ressaltando aspectos e uma forma de olhar que eu não tinha pensado”, revela.

No dia do encontro, Dani destaca ainda que a colega levou diversos exemplares de livros antigos mencionados pela autora, como “A Odisseia”. “Foi um encontro muito enriquecedor”, resume.

Para Dani, fazer parte do grupo literário é um bálsamo em meio à rotina, pois proporciona experiências únicas, como o contato com diferentes livros. Reunir-se com as associadas uma vez ao mês é um momento incrível e que sempre traz livros inesquecíveis.





LILIANE GALVÃO DE MORAES RECOMENDA

Se você procura uma leitura instigante, que gera debates e não oferece respostas fáceis, “Coisas Humanas” é uma boa escolha. Liliane Galvão leu o livro duas vezes, sendo que a segunda foi com o “Violette Clube de Leitura” do beach tennis.

O que mais marcou Liliane foi o livro abordar um caso de estupro e colocar em discussão consentimento, culpa, julgamento e a influência da mídia, das classes sociais, da raça, do gênero e da geração sobre a forma como enxergamos os fatos.

“O clube do livro é bom para a gente discutir. Você lê pelo menos um livro por mês, e podemos trazer outras discussões. Li “Coisas Humanas” há uns três anos e sempre quis que as pessoas lessem para discutir, porque é um livro muito instigante, que não oferece uma resposta. A conclusão de quem é culpado ou inocente vai atravessar gerações. De acordo com a sua geração, com a história de vida, se tem filha mulher ou filho homem, você vai tender a ter uma opinião diferente sobre o julgamento”, comenta.

O grupo literário enriqueceu ainda mais a obra, porque as conversas fizeram as participantes reverem certezas e perceberem aspectos que não haviam notado sozinhas. O fato de uma delas ser juíza também trouxe uma nova perspectiva para a discussão.

“Vimos que o comentário dela sobre os fatos foi exclusivo e destacado do grupo porque tinha um olhar profissional. Ela tinha mais segurança sobre o que opinar”, explica Liliane.

No livro, a autora francesa Karine Tuil narra a história da família Farel. Jean é um jornalista político influente e sua esposa Claire é uma famosa feminista. A vida deles desmorona quando o filho estudante é acusado de estupro, desencadeando um julgamento que expõe contradições e o conceito de consentimento.

MARÍLIA LEÃO INDICA

Uma das fundadoras do Livros & Raquetes, Marília Leão sempre foi uma leitora assídua. Ela recebia livros de presente dos pais e, durante toda a vida, esteve imersa em histórias fictícias ou não, mas principalmente no universo de romances policiais.

Em 14 anos de encontros e um livro por mês, a obra que mais a marcou foi “Desonra”, do escritor sul-africano J. M. Coetzee. Foi uma das primeiras leituras do grupo e Marília se recorda com clareza da discussão.

“Tivemos uma reunião na casa da Beatriz Coimbra em 13 de março de 2013. A reunião na casa da Bia foi a que teve o maior número de membros, quase 30 pessoas, um sucesso. Esse livro é uma pérola da literatura moderna. Vale cada investimento que o leitor fizer nele. Você se envolve na história por um segundo e sair dela é difícil, porque a delicadeza é que te impede de sair”, recomenda.

Vencedor do Booker Prize - prêmio mais importante da Inglaterra - e publicado em mais de 20 países, “Desonra” é considerado o melhor romance de J. M. Coetzee. O livro conta a história de David Lurie, um professor de literatura que se envolve com uma aluna e é acusado de abuso. Ele é expulso da universidade e viaja para passar uns dias na propriedade rural da filha, Lucy.

No campo, esse homem atormentado tem contato com a brutalidade e o ressentimento da África do Sul pós-apartheid. “A obra fala de relações de classes, homens e mulheres, pais e filhos e problemas em países subdesenvolvidos, como questões raciais. Recomendo muito”, enfatiza.





JÚLIA PENTEADO INDICA

É no clube de leitura que o mundo de Júlia se encontra com o do autor e com o das colegas. “O grupo é uma troca: eu trago um pouco do meu mundo, das minhas crenças e de repente em um debate eu saio daqui mexida. Isso agrega, constrói e aproxima”, destaca a sócia Júlia Penteado.

A obra que consolidou o Clube de Leitura do beach tennis é a indicação de Júlia Penteado. As sócias gostaram tanto da leitura que batizaram o grupo em homenagem à personagem principal: Violette.

Para Júlia, “Água fresca para as flores” é um livro ousado, sensível, emocionante e muito acolhedor. O que mais marcou foi a forma como a autora trata as relações humanas, a amizade, o amor, a maternidade e as perdas da vida. A discussão foi feita em uma das churrasqueiras e todas amaram a leitura.

“Foi um livro que me deixou com saudade e com vontade de continuar lendo. É triste em alguns momentos, mas também tem a alegria de uma nova amizade que faz muito a diferença. Ele fala sobre o peso e a alegria das relações e como elas impactam a sua vida”, pontua Júlia. “Tem um respiro no final com uma amizade capaz de ser barco: apoiar e conduzir.”

“Água fresca para as flores” conta os dias de Violette Toussaint, uma zeladora de cemitério que tem a equipe de coveiros e o padre da região como sua família peculiar. Com quase 50 anos, Violette coleciona traumas do passado, mas encontra conforto entre os rituais e as flores de seu cemitério.

A rotina é interrompida com a chegada de Julien Seul, um homem que insiste em deixar as cinzas da mãe no túmulo de um completo desconhecido.

MARILENA DE MELLO RECOMENDA

Quando tinha 30 anos, Marilena começou a jogar tênis. Nas conversas pós-jogo, as sócias começaram a trocar recomendações literárias e resolveram ler um livro por mês juntas. A leitura é um hobby que ela tem há anos.

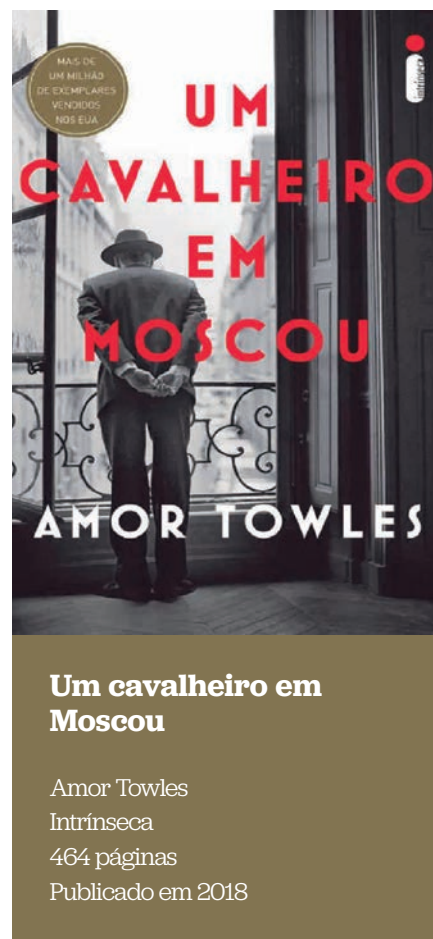
“Sempre cultivei desde menina. Até hoje tenho meus livros de criança e adolescente. São relíquias, né?”, afirma. “A pessoa que gosta de ler nunca se sente sozinha.”

Em 2019, as sócias do Livros & Raquetes leram “Um cavalheiro em Moscou”. A opinião foi unânime: todas gostaram da leitura. Marilena inclusive releu mais duas vezes depois da discussão, porque quando gosta de um livro tem o costume de reler por prazer.

“Esse livro me marcou muito e é a história de um conde que, na Revolução Russa, ficou preso em um hotel. Ele era hóspede constante desse luxuoso hotel antigo, que existe até hoje. Você fica deslumbrada com a descrição, e a história é muito boa. Como preso político, ele fica no pior lugar do hotel, mas tenta sair dali de algum jeito. Você também conhece a história da Rússia. É um livro maravilhoso”, ressalta.

Além da discussão, as associadas mantêm um blog com todos os registros. Segundo Marilena, o dia do debate é “um momento muito prazeroso”, pois uma pessoa sempre fica encarregada de falar sobre a autora e os personagens.

“A gente aprende muito com todo mundo. Às vezes você tem uma opinião e, quando conhece a dos outros, percebe que não é bem assim. Então aprendemos todos os dias. Ainda mais eu, que sou uma das decanas do grupo. Para mim, vale muito a pena, porque aprendo muito com essa convivência. Há alguns livros que são unanimidade, e esse foi um deles”, destaca a associada.



BANCO
BRB

+ + + + +

COMPROMISSO QUE ATRAVESSA GERAÇÕES

Há quase seis décadas, o Banco BRB escolhe o mesmo caminho: cuidar das pessoas, evoluir com transparência e continuar em frente, mesmo nos momentos decisivos.

Seguimos sólidos, responsáveis e comprometidos com quem acredita na gente. Porque confiança é construída com atitude e com verdade.

BANCO BRB.
HÁ 59 ANOS AO LADO DE BRASÍLIA.

+ + + + +

ABRA
SUA
CONTA



banco
BRB



SALADA DE DAR ÁGUA NA BOCA



Como uma boa mineira, Laura Aviani é especialista na culinária regional. Ama cozinhar frango caipira, tutu de feijão e lombo de porco. Para a associada, cozinhar começou ainda na infância. Foi com a mãe e nas brincadeiras de "cozinhadinho" com as amigas que surgiu a paixão pela cozinha. "Fazíamos comida de verdade para comemorar os aniversários das bonecas", relembra.

No Iate, frequenta a academia, joga beach tennis, participa do Clube de Corrida e se reúne com os amigos para fazer churrasco ou em outras confraternizações. Nas churrasqueiras do Iate, Laura elenca que não pode faltar: feijão tropeiro, vinagrete, farofa de bacon e salada de batata com palmito. Esse último prato é a receita prática e saborosa que Laura ensina nesta edição da Revista Farol.

"A salada de batata com palmito é excelente para acompanhar o churrasco. Aprendi com minha cunhada, quando ela fez na minha casa um dia que estávamos fazendo churrasco", conta.

Aproveite para agendar uma data com amigos e famílias, reserve a churrasqueira e prepare o cardápio que a salada está garantida. A seguir, confira a receita completa:



SALADA DE BATATA

(serve de 10 a 12 pessoas)

Ingredientes:

- 10 batatas;
- 3 vidros de palmito;
- 1 cebola ralada;
- Cheiro-verde a gosto;
- Sal a gosto;
- Pimenta-do-reino a gosto; e
- 1 vidro de maionese.

Modo de preparo:

- Corte as batatas em cubos e cozinhe até ficarem macias. Adicione um pouquinho de sal na água do cozimento.
- Corte o palmito em rodelas, rale a cebola e pique o cheiro verde.
- Junte todos os ingredientes em um recipiente, coloque o sal e a pimenta-do-reino.. Acrescente a maionese até incorporar tudo.
- Misture bem, ajuste o tempero e leve à geladeira. Retire na hora de servir.

IATEGRAM

Quatro dias de festa junina, a volta do JK Late Jazz Festival e grandes eventos esportivos movimentaram o Clube nos últimos meses. A inauguração da quadra de padel e do píer de pesca marcaram a chegada de novos espaços para a prática esportiva e o lazer dos associados.

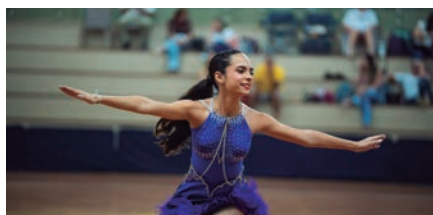
Nas águas, os associados acompanharam de perto a Copa Brasil de Águas Abertas; a Náutica realizou um Dia dos Pais muito especial; e o Clube recebeu a 1ª etapa do Track&Field Experience Campeonato Brasiliense de Va'a Maratona. Entre as comemorações que também marcaram os últimos meses, o Centro Infantojuvenil do Iate (Ciate) celebrou 30 anos de existência.

A seguir, confira os cliques dos eventos realizados no Clube:

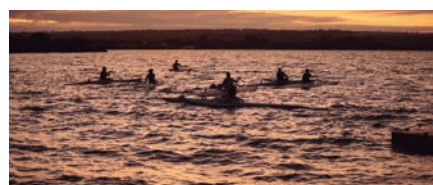
Aniversário Ciate



Campeonato Brasileiro de Patinação



Campeonato Brasileiro de Vá_a



Circuito de Vôlei de Praia



Dia dos Pais da Náutica



Feirinha da Praça 13

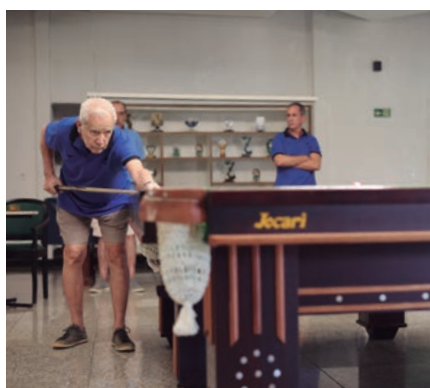
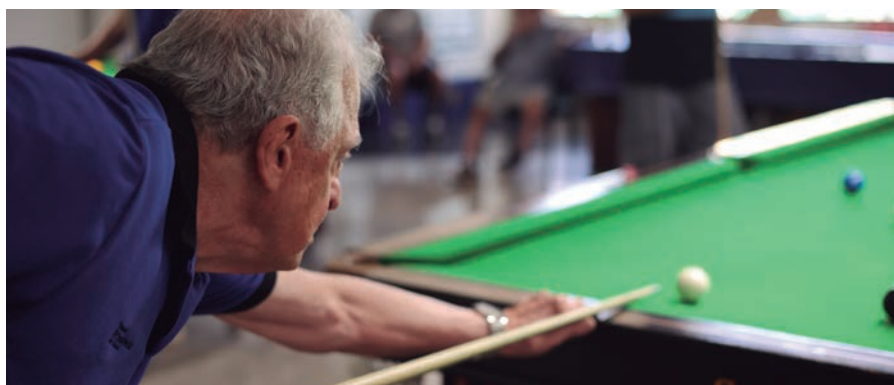




Dia dos Pais do Ciate



Torneio Primavera de Sinuca



Torneio Primavera de Sinuca



Reunião Sinlazer



Iate Cup



JK Iate Jazz Festival



Liga Master de Peteca



Poucas e Boas



Ranking DF de Optimist



Regata Comodoro

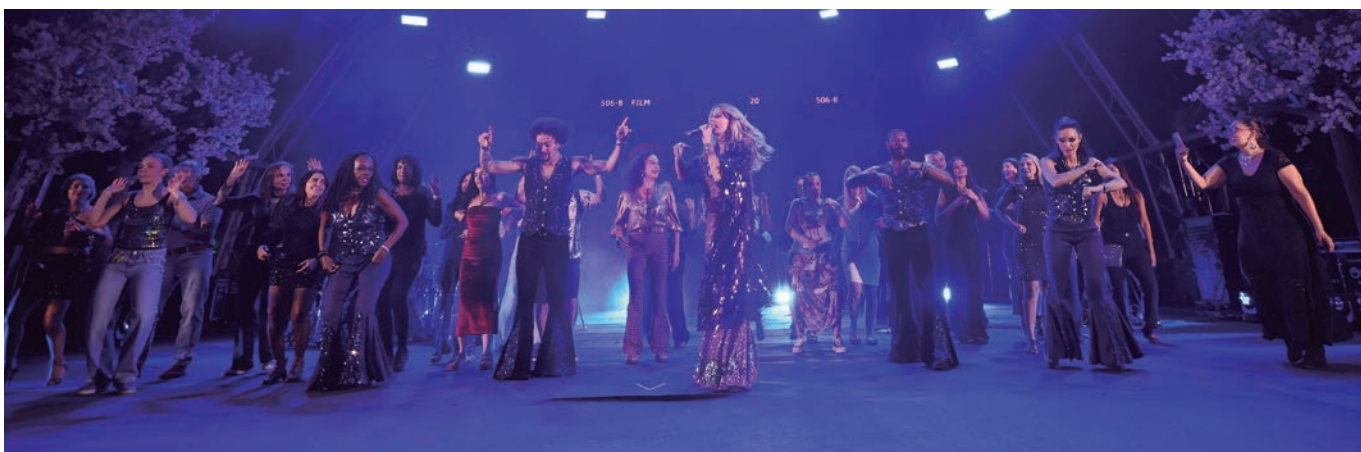


Torneio de Truco Cleider



Iate in Concert 2026





PRINCIPAIS EVENTOS

SETEMBRO A DEZEMBRO

26 a 27/9	VII Torneio de Integração de Beach Tennis Kids e Teens
27/9 a 4/10	Century e Ladies Open de Tênis
3/10	Festival da Escola de Natação
11/10	Clínica World Squash Day
24 e 25/10	Circuito Iate de Vôlei de Praia - 4ª Etapa
26/10 a 29/11	Circuito Interno de Tênis - 3ª Etapa
27/10 a 1º/11	Torneio de Sinuca Conselho Diretor
29/10 a 2/11	Campeonato Brasileiro de Dingue
30 e 31/10	Oficina de Halloween
30/10	Festival de Tênis do Ciate
5 a 8/11	22º Open de Squash
11/11	2º Torneio de Futebol Adulto
13 a 15/11	Campeonato Brasileiro de Vela Adaptada (2,4 e Skud)
13 a 15/11	Campeonato Brasileiro de Vela da Classe Ranger 22
13/11	Festival do Futsal Ciate
20 a 22/11	Iate Cup
21 e 22/11	Oficina Novembro Azul
25/11	Exposição de encerramento dos cursos do Emiate
28 e 29/11	Festival de Peteca
28 e 29/11	Gincana e Acampamento da Escola de Vela
28 e 29/11	Show de Patinação Artística
28 e 29/11	Supercopa dos Campeões de Truco
2 a 20/12	Circuito Interno de Tênis - Master
11 a 13/12	Exposição "Poucas e Boas"
19/12	Cantata de de Natal

**Os respectivos eventos podem sofrer alterações de data sem aviso prévio. Siga as nossas redes sociais para possíveis atualizações (@iatebsb).*



IATE⁺

CLUBE DE VANTAGENS

Mais vantagens para a família latista.

Um clube de benefícios exclusivos
com os melhores parceiros.



Acesse nosso site
pelo QR Code.
Confira agora mesmo!

**+ BENEFÍCIOS
+ VANTAGENS
+ CONFORTO**

