



REVISTA

São Carlos Clube

Publicação mensal oficial aos associados

São Carlos • Ano 6
Ed. 93 | Setembro de 2019



Jantar de Aniversário



14 de Setembro
a partir das **20h**
na Sede Avenida



Transparência

• Aprovação do Balanço Financeiro

Blues no Bosque

Músicos Tanganelli e Mindelis

Entardecer no Bosque

Associado aprova evento

Uma história de Mudanças



São **42** anos
mudando vidas.

Mudamos por você.

Por isso, investimos em inovação
para facilitar sua vida.

**Mude também,
mude com a Roca!**

- Assinatura digital de contratos;
- Aplicativo profissional para vistorias;
- Os melhores imóveis e empreendimentos de São Carlos;
- Disponível consultas e boletos online;
- Site atualizado e com facilidades online;
- Sistema Leva e Traz: levamos você até o imóvel interessado e trazemos de volta;
- Chave na mão no mesmo dia que aluga;

Faz parte da sua *história.*

ROCA
imóveis

 Imobiliária Roca Imóveis

 @rocaimoveis



Blues no Bosque

David Tanganelle e Nuno Mindelis agitam o evento....06



Bodas de Brilhante

SCC completa 75 anos.....08



Entardecer no Bosque

Associado aprova formato.....16



Basquete

Aulas para crianças e adolescentes18



Liberação Miofascial

Elimina nódulos de tensão.....19



Click Social

Relembre os eventos de agosto.....20

A **REVISTA DO SÃO CARLOS CLUBE** é distribuída por mala direta mensal a todos os seus sócios titulares e pontos comerciais. É vetada cópia ou reprodução dos espaços publicitários por qualquer meio de comunicação sem prévia autorização por escrito. Programação sujeita a alterações. Tiragem de 3.600 exemplares.



www.saocarlosclube.com.br



São Carlos Clube



[saocarlosclube](https://www.instagram.com/saocarlosclube)



São Carlos Clube

Sede Avenida: Av. São Carlos, 1919 - Centro - São Carlos, SP
Sede de Campo: Rua Ruth Bloen Souto, 161 - Centro - São Carlos, SP - Telefone: (16) 3362-6200
Departamento de Relações Públicas: (16) 3362-6229 - rp@saocarlosclube.com.br

Jornalista Responsável:
Ana Paula Vieira - MTB 0078877/SP

Textos:
Ana Paula Vieira e Eloiza Strachidni

Diagramação:
Diego Carlos Bertolino

Revisão:
Dirlene Ribeiro Martins
Impressão:
Gráfica Color Graphic



PALAVRA DO PRESIDENTE

Olá,

Que show maravilhoso tivemos no nosso 1º Entardecer no Bosque! Pude compartilhar com todos a alegria e o astral da apresentação. Foi o maior público do Clube em um evento: mais de 3.200 pessoas compareceram para prestigiar Os Paralamas do Sucesso. Deixou-nos ainda mais felizes o fato de que a família do sócio também compareceu; tivemos a presença de todas as faixas etárias, principalmente crianças, que se divertiram muito. Obrigado pela participação de todos.

Em setembro, o aniversário do Clube será comemorado na Sede Avenida com um belo Jantar Dançante. Na parte de esportes, teremos a Night Run para nossos corredores. Façam suas inscrições, pois as vagas são limitadas!

No dia 21, a nossa Sede de Campo receberá o já tradicional Blues no Bosque, organizado pelo Departamento Cultural, com a presença de David Tanguelli e Nuno Mindelis. Conto com a presença de vocês!

Em setembro também haverá a aprovação de balanço no Conselho Deliberativo. Será apresentado o balanço financeiro do primeiro semestre de 2019, já auditado pela empresa contratada, para apreciação e aprovação do Conselho.

Acredito que estamos no caminho certo! Participem, é tudo feito pra vocês!

Grande abraço

Marco Antonio Partel
Presidente



PALAVRA DO CONSELHO

Prezados Associados,

Como já informado, em junho passado, tivemos eleição para a Diretoria Executiva e Conselheiros. Ato contínuo, houve a eleição para a Presidência do Conselho Deliberativo e as Comissões Permanentes do Conselho.

Tive a honra de ser eleita para presidir a Comissão Jurídica, também composta pelos conselheiros: João Alberto Cruvinel Moura, Paulo Cesar Moretti, Rubens Camargo e Humberto Francisco Fabris.

Nosso trabalho consiste, nos termos do artigo 78 do Estatuto do São Carlos Clube, em assessorar o Conselho Deliberativo e a Diretoria Executiva em todos os assuntos de natureza jurídica, estatutária, emitindo sugestões e recomendações e pareceres sobre contratos e recursos apresentados ao Conselho Deliberativo.

Na prática, estaremos sempre à disposição para colaborar tanto com o Conselho quanto com a Diretoria Executiva, a fim de manter o cumprimento das normas estabelecidas em nosso Estatuto, trazendo, assim, mais segurança ao associado.

Todos os esforços se dispõem a manter a credibilidade do nosso Clube, para que os associados possam desfrutar de suas instalações e eventos com paz e harmonia.

Aproveito para ressaltar que o Conselho Deliberativo é formado visando preservar os interesses do nosso Clube, sendo de grande importância a presença, participação, opiniões e sugestões de todos os associados.

Estaremos sempre à disposição de todos para garantir a aplicação do nosso Estatuto.

Ana Laura G. Pedrino Belasco
Presidente da Comissão Jurídica

PROGRAMAÇÃO DO MÊS



Oficinas Ecológicas

01/09, às 11h e às 15h, no Espaço no Brincar

Música ao Vivo com Morgana
06/09, às 19h, no Bar do Bosque



Meditação e Automassagem

07/09, às 16h, na Antiga Academia

Cineminha: "Cegonhas - a história que não te contaram"
08/09, às 11h e às 15h, no Espaço de Brincar



1ª Pedalada Indoor

08/09, às 8h30, 9h30, 10h30 e 11h30, na Academia

Chá da Tarde
11/09, às 15h, na Antiga Academia
Doação: 1kg de feijão



Jantar de Aniversário com Léo Presley & a Máfia de Memphis e Banda Matri XSP
14/09, às 20h, na Sede Avenida

Oficinas de Dobradura
15/09, às 11h e às 15h, no Espaço de Brincar



1º Torneio Aberto de Pontinho

21/09, às 13h30, na Antiga Academia

Blues no Bosque com David Tangonelli e Nuno Mindelis
21/09, às 20h, no Bosque



Torneio de Tênis Duplas Sorteadas

21 e 22/09, às 8h, nas Quadras de Tênis

Correr e Nadar
22/09, às 9h30, na Piscina e Bosque



Musicalização para Bebês

22/09, às 11h, no Espaço de Brincar

Oficinas de Início da Primavera
22/09, às 15h, no Espaço de Brincar



Música ao Vivo com Adriana Genari

27/09, às 19h, no Bar do Bosque

Night Run IV
28/09, às 19h, saída na Sede Avenida



Plantio de Mudas

29/09, às 11h, no Espaço de Brincar

Oficinas Ecológicas
29/09, às 15h, no Espaço de Brincar





BLUES no BOSQUE 2019

Blues com sotaque

Edição do Blues no Bosque traz a prata da casa, David Tanganelli, e o angolano Nuno Mindelis, numa mistura de instrumentos e sons

Mais uma vez o São Carlos Clube irá reunir boa música, amigos e bebidas durante a edição do Blues no Bosque, que este ano acontecerá no dia 21 de setembro. Dois grandes nomes desse estilo musical foram selecionados pelo Departamento Social: a abertura, às 20h, ficará a cargo de David Tanganelli; já às 22h será a vez de Nuno Mindelis se apresentar. Para garantir o conforto do associado, o evento contará com opções de *food trucks* e *beer trucks*, e o Espaço de Brincar funcionará até às 23h30. A venda de mesas começará no dia 10, na Secretaria do Clube.

Cantor, compositor e um dos principais nomes da harmônica no Brasil, David Tanganelli tem apresentado seu trabalho autoral dentro do Blues e da Soul Music, participando de eventos nacionais e internacionais. Com 15 anos de carreira, o artista atualmente está às voltas com a turnê de lançamento de seu 5º álbum, *Up*, primeiro disco solo de estúdio, com participações especiais de J. J. Jackson (*in memoriam*), Rachel Zeigler (EUA), Funk como Le Gusta (Brasil), Magnolia Blues Rock (Chile), dentre outros.

Além do uso da harmônica, sua grande pai-

xão, o repertório autoral passa pela soul music, swing, R&B, funk da black music americana e blues. David soma turnês internacionais pelo Chile, Argentina, Equador, México e Alemanha e participações em gravações de Bill Smith (EUA), Natacha Lief (Áustria), trilhas sonoras em curtas metragens como *O menino e o pássaro* e no filme *Santiago violenta*.

Nuno Mindelis, por sua vez, é um dos mais conceituados guitarristas de blues do Brasil. Reconhecido e respeitado internacionalmente, o músico que nasceu em Angola já rodou o mundo com o apoio de sua banda, formada por Dheego Andrade (bateria), Marcos Klis (baixo), Alex Bessa (teclados) e Ilker Ezaki (percussão).

Confira como foi o nosso bate-papo com Nuno Mindelis:

Você é músico autodidata?

Sim. Apreendi os rudimentos sozinho, copiando de discos, pedindo acordes a quem os soubesse. Nem televisão havia em Angola até eu sair de lá.

Teve influências na família?

Não. Os meus pais ouviam muita música (a maioria clássica) e liam muito. Havia um ambiente cultural forte. Mas ninguém era músico, longedisso.

Era comum ou vir blues em Angola?

Era sim. Houve um grande boom de blues mundial, incentivado pela maciça mídia inglesa, recém-empoderada pelos Beatles e por jovens músicos ingleses como Eric Clapton, John Mayall, Stones, Zeppelin, que veneravam os negros americanos do blues (ignorados em seu próprio país). Sendo Angola ainda uma colônia portuguesa (e a África do Sul ainda inglesa), tudo o que se ouvia na Europa se ouvia ali. Ainda não havia essa exacerbação da música comercial, essas coisas tocavam nas rádios. Muitos *bluesmen* e *jazzmen* americanos se mudaram para países europeus nesses tempos: Memphis Slim morava em Paris; Big Bill Broonzy e Champion Jack Dupree, na Suíça.

Ter se mudado para o Brasil influenciou sua carreira?

Eu já tocava quando cheguei aqui (exilado, em 1975), e o blues nacional só apareceu cerca de 15 anos depois disso. Eu não ouvia mais blues em lugar algum nem encontrava discos. Achavam estranho eu falar e tocar

blues por onde passava. Nomes de artistas de blues eram como chinês para eles. O Brasil influenciou a minha carreira mais no sentido de projetá-la. E, claro, em projetos em que flertei com a música brasileira (meu disco *Outros Nunos*, por exemplo, com participação de Zélia Duncan e Rappin' Hood). Antes de chegar aqui eu já conhecia bastante a música brasileira, tinha LPs de muitos artistas nacionais, como Jorge Ben Jor e Chico Buarque, nas mesmas prateleiras dos meus heróis americanos e ingleses.

Quem são suas referências musicais?

Destacaria as da infância/adolescência, que foram muito profundas: Otis Redding e sua banda Booker T. & The M. G.'s, B. B. King, Jimmy Reed, Bob Dylan, Jimi Hendrix, Santana. Essas me marcaram desde menino e me acompanham para sempre.

O que o associado do São Carlos Clube poderá ver no Festival de Blues?

Uma mistura de blues, rock, soul, com música da minha terra (e do Brasil) cantada em Kimbundu (um dos 60 dialetos de Angola). A galera vai ver um show totalmente original, único, uma nova linguagem na qual o blues e a guitarra continuam sendo a viga mestra. As reações das plateias a esta nova fase têm sido arrebataadoras.



**DAVID
TANGANELLI**
a partir das 20h



**NUNO
MINDELIS**
a partir das 22h



Brilhante desde o início

SCC completa 75 anos de história construída por muitos nomes e com muito amor

Por conta da II Guerra Mundial, os clubes sociais foram proibidos de reunir os associados em festividades. Isto é o que mostram as atas do São Carlos Tênis Clube entre os anos de 1938 e 1943. Na época, a sede estava instalada na rua 13 de Maio, em um prédio alugado da Santa Casa, onde, por muitos anos, funcionou a Delegacia Regional do Sesi e atualmente abriga a APCD (Associação Paulista de Cirurgiões Dentistas). No final de 1943, um grupo de associados – que tinha à frente Aristides Pelicano – decidiu promover a fusão com o Clube Comercial de São Carlos, este presidido por Leônicio Zambel.

Os tesoureiros dos extintos clubes entregaram os saldos de caixa e os documentos de transferência de bens e imóveis, dentre os quais o terreno onde hoje fica a Sede Avenida. O Tênis Clube passou à nova instituição uma área de 100 metros quadrados, contendo duas quadras de tênis, localizada na rua Padre Teixeira, na Vila Nery. Além de outro terreno,

anexo, com metragem semelhante, que depois foi ocupado para expansão e reforma do estádio do Rui Barbosa e para abrigar a Escola de Educação Física e Biblioteconomia.

Uma assembleia realizada no dia 9 de janeiro de 1944, além de concretizar a fusão, também deu corpo ao estatuto do novo clube e à eleição da diretoria executiva e dos conselhos consultivo e deliberativo.

Durante a assembleia, o advogado Aldo de Cresci (um dos maiores juristas do Brasil) sugeriu que fosse escolhido um nome para o clube recém-criado. Por sugestão de João Marigo Sobrinho, ele foi batizado de São Carlos Clube, em detrimento de Clube Concórdia São Carlos. A primeira reunião da nova diretoria ocorreu no dia 23 de janeiro, ainda no salão nobre do antigo Clube Comercial, na Avenida São Carlos. Nela, foram estabelecidas as novas mensalidades, os requisitos para novos associados e, claro, foi discutida a construção de uma nova sede.

Ata da Assembleia Geral Extraordinária de constituição do São Carlos Clube.

Aos 9 (nove) dias do mês de Janeiro do ano de mil novecentos e quarenta e quatro, às 14 horas, nos salões nobres de Prefeitura Municipal de São Carlos, reuniram-se em assembleia geral extraordinária, os sócios e diretores do Clube Commercial de São Carlos e do São Carlos Tennis Clube, para deliberarem sobre a seguinte ordem do dia:

1ª - Ratificação das deliberações das Diretorias do Clube Commercial de São Carlos e do São Carlos Tennis Clube, pelas quais os clubes acima se consideram fundidos;

2ª - Discussão e aprovação do projeto do estatuto do novo Clube;

3ª - Eleição do Conselho Deliberativo;

4ª - Eleição, pelo Conselho Deliberativo, da Diretoria.

Instalou a Assembleia, em nome das Diretorias do Clube Commercial de São Carlos e do São Carlos Tennis Clube, o Sr. Leoncio Zambel, que após as presentes a ordem do trabalho para os quais foi convocada, pedindo ao que a compunham para que aclamassem o nome da pessoa que deverá presidir a sessão tendo sido aclamado o nome de Sr. Dr. Juarez Bezerra Mendes, meretíssimo Juiz de Direito da Comarca, sua Excia convidou a mim, Leocides Paulella para secretário. Estando presente a reunião o Sr. Prefeito Municipal, foi este Sr. convidado para tomar parte na sessão, o mesmo tendo sido feito com o Sr. Dr. Paulo Mont Suxat diomissimo delegado do ensino, nesta cidade, com os Srs. Presidentes e diretores do Clube Commercial e do São Carlos Tennis Clube.

Inauguração da Sede Avenida

Em 18 de setembro de 1948, São Carlos e os associados ganharam um suntuoso prédio em estilo neoclássico, no coração da cidade, que a partir de então protagonizou grandes bailes e eventos.

Asolenidade de inauguração, seguida de coquetel, contou com a presença da nata da sociedade da época. Além dos discursos de praxe e bênçãos, também foi descerrada a placa comemorativa e a fita simbólica foi cortada. Um show na praça Coronel Salles parou a cidade. Os casais chegavam vestidos a rigor, como se fosse a premiação do Oscar. O show na praça foi abrilhantado por Luiz Gonzaga, Marlene, Hebe Camargo, Mazzaropi e tantos outros.

O Baile de Gala começou pontualmente às 22h, comandado por Peruzzi e sua Banda. À meia-noite foram coroadas a Rainha do Clube, Léa Ferraz Rocha, e as princesas Liliana Facchina, Maria de Lourdes Simão e Lúcia Helena Werneck. Comprovando sua relevância, a inauguração foi filmada pelo Departamento Estadual de Informações e transmitida pela Rádio São Carlos (ZYA-6); uma reportagem especial foi publicada no jornal *A Gazeta de São Paulo*.

Nova fusão

O desenvolvimento das modalidades esportivas no SCC só foi possível graças à fusão com o Paulista Esporte Clube, durante a gestão de Romeu Santini, na década de 1950. Foram incorporados os bens que pertenciam ao Paulista, construído em 1926 no local onde funcionava o Derby Club, palco de corridas de cavalo e partidas de futebol, desde 1913. A área incluía, ainda, um campo de futebol com arquibancadas cobertas e descobertas e uma quadra de basquete descoberta junto à rua 28 de Setembro, usada até então pela equipe de basquete que representava a cidade nos campeonatos.

Imediatamente após a fusão, Santini deu início a uma série de obras. Foi dele a ideia de mudar o posicionamento do campo de futebol, construir novas arquibancadas cobertas e descobertas e de edificar o primeiro ginásio de esportes coberto da cidade, que ganhou o nome de João Marigo Sobrinho.

Esse foi o início da Sede de Campo como a conhecemos hoje. Tantos nomes fizeram parte desse passado glorioso e tantos outros

escrevem a nova história do Clube. Muito foi feito de lá para cá. O SCC ganhou fôlego e se tornou sólido e longo, enquanto outros clubes de mesmo porte, em várias cidades do interior do estado, tiveram de fechar suas portas. Sem dúvida, enfrentou crises financeiras internas e sofreu as consequências das crises econômicas do país, mas segue firme, oferecendo o que há de melhor em termos de lazer e entretenimento aos 3.500 sócios titulares e suas famílias.

Parabéns, São Carlos Clube, por seus 75 anos!

Curiosidades

- Graças aos jovens que começaram a chegar à cidade para cursar Engenharia na USP, criou-se o título para estudantes, a fim de atender essa nova demanda.

- No início da década de 1950 já era permitido o uso de biquíni no Clube de Campo de Piracicaba. O São Carlos Clube demorou a aceitar a nova moda, porque algumas pessoas se opunham. Achavam escandalosos. Nessa mesma época, enquanto as atletas da cidade rival usavam shorts durante as atividades esportivas, as tenistas que frequentavam o SCC vestiam saias com pregas, abaixo do joelho.

- Em 1962, já existiam as duas quadras de futebol society próximas à piscina.

- Em 1970, o Clube contava com apenas duas quadras de tênis. O número foi ampliado para oito em 1983. Finalmente, em 2013, foi inaugurado o ginásio coberto de tênis.

- O São Carlos Clube era democrático e mantinha um bom relacionamento com os membros do Flor de Maio. Na segunda-feira de Carnaval, os associados do SCC se reuniam em frente à sede da Flor de Maio e se divertiam, pulando e cantando pelas ruas próximas. Já na terça, a festa se concentrava próxima ao Clube. Brincadeiras e diversão saudáveis comandavam a Folia.

- Durante a gestão do presidente Waldeimar Antonio de Senzi (1975-1977), o estacionamento era interno, e os sócios conseguiam entrar com os carros levando várias pessoas, algumas com carteirinha, outras não. Por isso, foram instaladas catracas mecânicas nas portarias, em substituição aos antigos portões. Isso ajudou a controlar a entrada dos sócios e preveniu acidentes com pedestres.

Ata da primeira reunião da Diretoria do São Carlos Clube

Nos 23 dias do mês de Janeiro de 1944, às 14 horas no salão nobre do São Carlos Clube, antiga sede do Clube Comercial de São Carlos, a avenida São Carlos n.º 305, reuniram-se os diretores do São Carlos Clube, estando presentes os Srs. Dr. Antonio T. Vianna, presidente; Armando A. Salles, vice presidente; Dr. Emilio Fehr, secretário geral; Raulino Lambel, 1.º secretário; Italo Sampaio, 2.º secretário; Oscar Geribello, tesoureiro geral; Laureano Paulino, 1.º tesoureiro; e Carlos Gohato, 2.º tesoureiro. Aberto os trabalhos pelo Sr. presidente tratou-se, em primeiro lugar, da discussão sobre o sistema a ser empregado para a emissão do empréstimo. Longamente discutido ficou, por fim, resolvido que seria feito em quatro recibos, que uma vez pago o netivo, o Clube emitiria um título ou contrato a ser estudado pelos Senhores Tesoureiros, que, para o fim, providenciariam, desde logo, a impressão dos mesmos. O Sr. presidente foi nomeado o Sr. Raulino Lambel para tratar ~~o~~ ^{o assunto} da siga sobre a transferência dos imóveis pertencente aos Clubes extintos.

O secretário geral e tesoureiro geral ficaram autorizados pela diretoria a receberem dos clubes, São Carlos Tennis Clube e Clube Comercial (extintos) todos os documentos e acervos constantes de moveis, imóveis, livros e tudo o mais pertencentes aos clubes extintos e pagarem os respectivos recibos.

Bibliografia

- PIROLA, Maria Christina Girão. *Resgate: crônicas da antiga São Carlos*. São Carlos: Felicia Ltda, 2006.
PIROLA, Maria Christina Girão. *São Carlos na vanguarda do tempo*. São Carlos: Suprema, 2005.
TRUZZI, Oswaldo; NUNES, Paulo Reali; TILKIAN, Ricardo. *Café, Indústria e conhecimento*. São Carlos: EDUFSCar, Janeiro de 2008.
ROSA, Luiz Ubirajara G.; BRAGA, Clifio (Eds.). *50 anos de fundação. Revista São Carlos Clube*, março de 1995.



Jantar de Aniversário



14 de Setembro
a partir das **20h**
na Sede Avenida

Sócios - R\$ 70,00 por pessoa
Não-sócios - R\$ 95,00 por pessoa



CARDÁPIO

COCKTAIL Volante

- Cestinhas de burrata com tapanade de azeitonas pretas, tomatinho assado e manjerição
- Cestinhas de gorgonzola com pera
- Cone de Parma com pasta de cream cheese e ceboulete
- Forminhas crocantes de carpaccio a o molho de alcaparras
- Mini Tortinhas de queijo brie com mel e lascas de amêndoas
- Mini Tortinhas de fundo de alcachofra

PETIT POTES

- Cumbuquinha de bobó de camarão

JANTAR

- Filet Mignon a o molho de gorgonzola
- Sfogliatti de queijos a o molho de tomates frescos polvilhado com pãesão
- Risoto de queijos e lascas de amêndoas

SOBREMESA

- Profiteroles recheados de sorvete de creme e calda de chocolate

BEBIDAS VENDIDAS À PARTE - MERCEARIA 3M

Vendas a partir de 03/09 na Secretaria - Idade mínima: 14 anos



São Carlos Clube



Concluída a reforma da piscina coberta

Azulejos internos foram trocados, e o local passou por manutenção e limpeza

Para garantir o conforto dos associados que utilizam a piscina coberta e aquecida em suas aulas de natação e hidroginástica, o Departamento de Sede concluiu a reforma completa do local. As obras começaram em julho e duraram aproximadamente duas semanas.



De acordo com Mauro Udo, diretor de Sede, a piscina, que tem capacidade para 150 mil litros, precisou ser esvaziada para que os azulejos antigos pudessem ser retirados e substituídos por novos. Aproveitou-se, também, para fazer a manutenção da pintura das ferra-

mente e reposição de venezianas, além de limpeza cuidadosa das ferragens, pisos internos e externos e dos vidros. O aquecedor solar, localizado no telhado da piscina, também passou por revisão completa.

Ainda como parte da reforma, tapetes antiderrapantes foram instalados de modo a cobrir a entrada e uma grande extensão ao redor da piscina, a fim de aumentar a segurança e evitar quedas e acidentes. "Os reparos foram feitos durante o inverno, e em tempo recorde, para que as atividades do sócio no espaço fossem minimamente afetadas", conclui o diretor.



Experts em superação

Associados participam de várias provas de Ironman ainda este ano

O triathlon contempla quatro distâncias:

- Short triathlon: natação – 750 m, bicicleta – 20 km e corrida – 5 km.
- Triathlon olímpico: natação – 1.500 m, bicicleta – 40 km e corrida – 10 km.
- Ironman: natação – 3.800 m, bicicleta – 180 km e corrida – 42 km.

• 70.3 milhas (é como se fosse um meio Ironman): natação – 1.900 m, bicicleta – 90 km e corrida – 21 km.

Vários associados do SCC têm mostrado disposição e resistência para vencer essas distâncias. Confira, aqui, alguns dos atletas do triathlon, suas conquistas e metas:



Edivanio Silva Monteiro começou no triathlon em 2007, em um projeto social. Dois anos depois, passou a treinar no alto rendimento aqui no Clube e, em seguida, integrou a equipe do Sesi, pelo qual conquistou títulos nacionais e internacionais.

Em 2019, voltou ao São Carlos Clube como sócio atleta, competindo profissionalmente nas principais provas de triathlon.

Neste segundo semestre participará do Ironman 70.3, no Rio de Janeiro (RJ), no dia 22/09; Challenge Cerrado, em Brasília (DF), no dia 13/10; e Challenge Salvador (BA), no dia 27/10. Seus melhores resultados foram primeiro lugar em duas provas do Challenge e uma 7ª colocação em um Ironman 70.3.

O principal objetivo de Edivanio é competir em alto nível e, como resultado, conseguir ficar entre os cinco melhores profissionais.

Mariana Ohata pratica triathlon há quase 30 anos. Foi atleta de alto rendimento da equipe brasileira por 20 anos, participando de três Jogos Pan-Americanos (Winnipeg/1999, Santo Domingo/2003 e Rio de Janeiro/2007) e três Jogos Olímpicos (Sidney/2000, Atenas/2004 e Pequim/2008). Foi hexacampeã brasileira e eleita a melhor atleta da modalidade pelo Comitê Olímpico Brasileiro (COB) nos anos de 2003/2006 e 2008. Também foi hexacampeã brasileira e sul-americana.

Aposentada desde 2009, foi campeã sul-americana do Ironman de Florianópolis na categoria 35-39 anos.

No Clube, Mariana treina natação e corridas na pista. Neste ano, disputará o Ironman 70.3, em São Paulo (SP), no dia 10/11.

Seu objetivo é se divertir e reviver os momentos de adrenalina que o esporte lhe proporcionou. Como foi atleta de alto rendimento, compete para vencer.



Paulo Manzini disputou sua primeira prova na modalidade há apenas quatro anos. Embora seja atleta amador, mantém uma rotina de treinos semelhante à de um profissional, com cerca de 30 horas semanais antes das competições.

Para ele, não basta completar uma prova de Ironman, Paulo sempre busca melhorar seu tempo, sua classificação e, claro, estar no pódio.

O atleta disputará o Ironman 70.3, no Rio de Janeiro, no dia 22/09, e, depois, o 70.3 World Champion em Buenos Aires, Argentina, no dia 03/11, além do Ironman em Mar Del Plata, também na Argentina, no dia 1/12. Este último é seu foco atual, pois ele busca a classificação para o Mundial de Ironman em Kona, no Hawaii, em 2020.



Maurício Fischer Gramani pratica triathlon há dez anos e treina para as provas de short, olímpica e 70.3. No Clube, pratica natação e corrida na pista de atletismo, intercalados.

Disputará as provas de Ironman 70.3 no Rio de Janeiro, em 22/9, e Tri-day Series em Riacho Grande (SP), no dia 13/10.

Seu objetivo principal é superar o desafio que cada prova oferece, seja pela distância ou outras características, como relevo e condições climáticas.

Igor Nicolau Pinto treina triathlon desde de 2012, quando começou nas distâncias mais curtas até chegar ao Ironman Brasil, em 2016. Ele treina natação e corrida no SCC, e neste ano focou nas provas de 70.3.

Em Florianópolis (SC) ficou em 10º lugar na categoria 30-34 anos – sua melhor colocação no circuito Ironman. Participará da prova de Ironman 70.3 no dia 22/09, no Rio de Janeiro.

Seu objetivo é classificar-se para o Mundial de Ironman 70.3, que acontecerá em novembro de 2020, na Nova Zelândia.



Atleta da natação do Clube desde 2001, **Nathan Ciarlo** migrou, em 2017, para o triathlon e treina regularmente no SCC.

Já conquistou uma 9ª colocação no ano passado, em Florianópolis. Também disputará a prova de Ironman 70.3, no dia 22/09, no Rio de Janeiro.

Seu objetivo é ficar entre os três primeiros colocados e conquistar uma vaga para o Mundial de Ironman 70.3, na cidade de Taupo, Nova Zelândia, em novembro de 2020.

Pedro Northon Nobile treina corrida há pelo menos seis anos e triathlon há quase três anos. Os treinos de corrida e natação são realizados no Clube, e o ciclismo na rua ou estrada.

O associado tem colecionado conquistas: venceu uma prova de Sprint em Presidente Epitácio (SP) e, recentemente, ficou em 11º na colocação geral e 5º em sua categoria em uma prova longa em Guarapari (ES).

Neste ano, Pedro ainda pretende disputar algumas provas: longa no dia 08/09, em Brotas (SP), e curtas de Sprint/Short no dia 13/10, em Itatiba (SP), e 24/11, em Barra Bonita (SP).

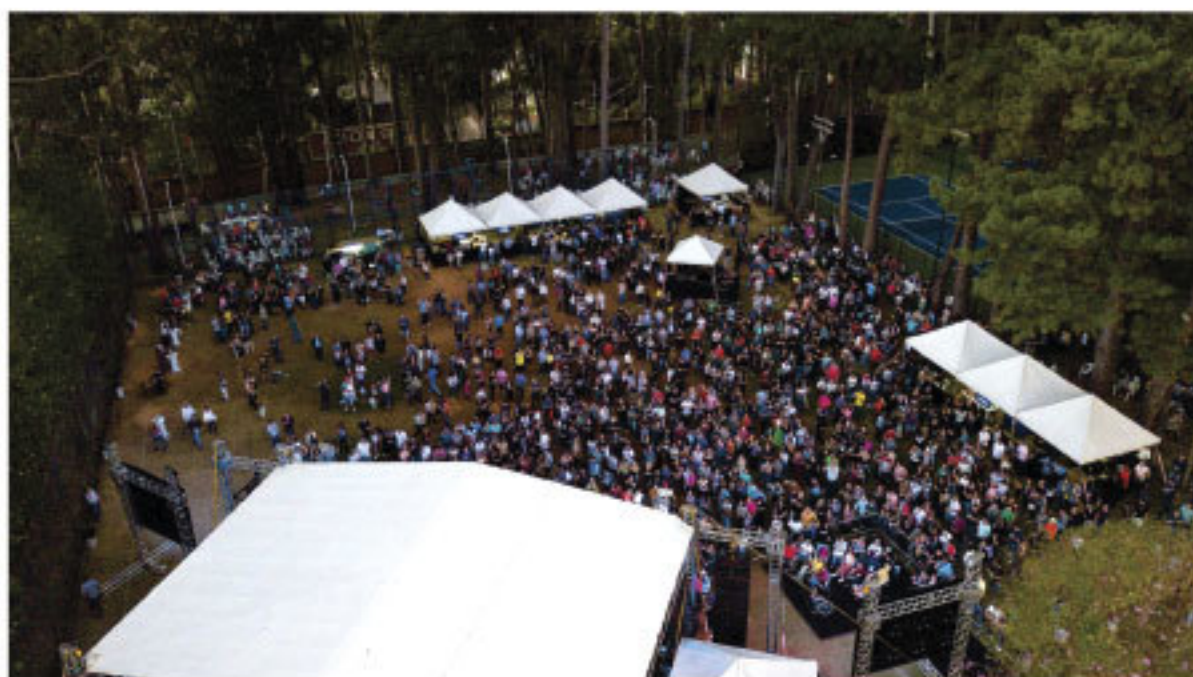
Atualmente é líder da Copa Interior de Triathlon na categoria 35-39 anos – venceu três das quatro etapas – e, além de se sagrar campeão, quer ganhar mais experiência em provas longas. Tem planos de disputar o Mundial de Ironman 70.3 em abril de 2020, em Florianópolis.



O atleta **Reinaldo Colucci** está afastado das competições por conta de um acidente durante uma competição no Canadá, em julho. Faltando apenas 200 m para o fim da etapa do ciclismo, vários atletas caíram à sua frente. Como estava em alta velocidade, não conseguiu desviar e fraturou o pulso. E essa prova da ITU (International Triathlon Union) valia pontos para o ranking na classificação para os Jogos Olímpicos do Japão, em 2020.

O atleta deverá voltar à ativa em novembro, quando disputará provas de triathlon olímpico da ITU em Lima, no Peru, e Santo Domingo, na República Dominicana.

Atualmente, ele e outro atleta brasileiro são os corredores melhor pontuados no ranking, garantindo ao país duas vagas olímpicas.



Recorde de público no 1º Entardecer no Bosque

Evento inédito atraiu 3.200 pessoas que vibraram com Os Paralamas do Sucesso, Big Moffo e Thiago Branco

A proposta era reunir música da melhor qualidade, infraestrutura adequada e, se possível, um lindo pôr do sol. E o 1º Entardecer no Bosque cumpriu todas as suas metas. Com isso, o evento atraiu para o São Carlos Clube cerca de 3.200 pessoas, maior número de associados em um único evento!

As apresentações musicais foram escolhidas a dedo: Thiago Branco, Big Moffo e Os Paralamas do Sucesso. E, numa iniciativa inédita, o palco foi montado no gramado do campo de futebol society, de costas para o Estacionamento 2. Além disso, os shows foram paralelamente transmitidos por dois painéis de LED estrategicamente instalados ao lado do palco, de modo que todos pudessem assistir.

O evento também contou com megainfraestrutura pensada para garantir a comodidade do associado. Foram oferecidas opções variadas de *food trucks* e tendas de bebidas ficaram à disposição. Também foi retomada a ideia de utilizar caixas "ambulantes", a fim de

minimizar filas, como já havia sido feito na apresentação do Lobão.

O palco foi montado próximo aos sanitários no complexo aquático, que incluíram também o sanitário família. Bem perto das quadras rápidas, foram instalados um Espaço Kids, com opções de brinquedos infláveis e camas elásticas, e ainda um Espaço Baby, que deram aos pais tranquilidade para curtir o evento.



A Diretoria Social se surpreendeu positivamente com o número de associados que vieram acompanhados de suas famílias. E, como foi previsto espaço de acessibilidade, mesmo os associados com algum tipo de dificuldade de locomoção puderam aproveitar o show.

O custo total do evento foi de aproximadamente R\$ 160 mil, ou seja, cerca de R\$ 50,00 por associado presente. Para efeito de comparação, os grandes eventos do calendário do Clube, como o Baile do Hawaii e a Festa Junina, tiveram um custo de cerca de R\$ 300 mil cada evento. "O

evento todo teve uma energia muito boa. A diretoria já colocou esse tipo de show no calendário oficial do Clube, e pretendemos trazer grandes bandas, pelo menos uma vez por ano, para agradecer toda a família", garante Juliana Milão, coordenadora de eventos.

Em parceria com o Departamento Social, o Departamento de Relações Públicas aplicou aos associados uma pesquisa de opinião sobre o novo formato do evento. O resultado, como esperado, foi uma esmagadora aprovação. Acompanhe:

Enquete Stories Instagram

95,5%
APROVARAM O
NOVO FORMATO
DO EVENTO



4,5%
NÃO APROVARAM
O NOVO FORMATO
DO EVENTO





Basquete: lições do esporte para a vida

Além de habilidade com a bola, é preciso pensar coletivamente e ter rapidez de raciocínio

A ideia de que é preciso ser alto para jogar basquete não convenceu Gilvan Gonçalves Elias. Para ele, habilidade com a bola e agilidade contam muito. E o professor entende do assunto: foi pivô lateral em grandes clubes como Pinheiros e Minas Tênis e também defendeu o São Carlos Clube. Encerrou a carreira por conta de uma lesão; rompeu o tendão patelar do joelho.

Foi então que o mineiro de Varginha passou a dar aulas para alunos de 7 e 8 anos, na escolinha de basquete do Clube. Com Gilvan, os pequenos aprendem as regras da modalidade e também fazem exercícios cognitivos, lúdicos e de coordenação motora, além de trabalhar agilidade e habilidade com a bola. E esses ensinamentos poderão ser levados para outras modalidades, caso a criança também se dedique a outros esportes.

Gilvan também treina a equipe Sub-17, que conta com 14 atletas que disputam a Liga Regional – Copa Revelar. No ano passado, a equipe perdeu a medalha em casa, ficando em 4º lugar. “Foi uma tremenda frustração, mas também uma oportunidade de trabalhar os erros, aprender a controlar a ansiedade e a reerguer o time após uma derrota”, atesta Gilvan.

E o professor também faz um paralelo entre o basquete e a vida desses atletas: na disputa por uma vaga na universidade, pode-se

ganhar ou perder; na vida estudantil e pessoal, muitas escolhas precisam ser feitas; e também na questão da individualidade e da coletividade – como e quando usá-las. “O esporte nos ajuda a pensar, a agir na hora certa, e de que maneira dar o próximo passo. Essa vivência é muito importante para o lado pessoal. Muitos, inclusive, jogarão basquete na universidade, e minha função não é apenas no esporte, mas contribuir para o crescimento pessoal”, pondera.

O professor, fã de Michael Jordan, também participa de um projeto social, o “Basquete para Todos”, em que alunos de escolas estaduais aprendem noções do esporte e os atletas do Clube têm a oportunidade de jogar na periferia. “Mais uma vez o esporte e o social se cruzam. O atleta do Clube aprende sobre inclusão, convive com pessoas que talvez não tenham as mesmas oportunidades que ele. E descobre que o esporte pode mudar a realidade de ambos.”

Mesmo tendo encerrado a carreira como profissional, Gilvan participa da Copa Master de Basquete pela cidade de Porto Ferreira. Como os jogos acontecem apenas uma vez por mês, não compromete sua saúde nem os compromissos em São Carlos. “Uma vez jogador, sempre jogador”, diverte-se.

Às terças e quintas-feiras, acontecem as aulas da escolinha, às 14h, e o treino dos atletas, das 15h30 às 17h.



Fit Liberação Miofascial: menos dores e lesões

Técnica de massagem elimina pequenos nódulos de tensão

A Fit Liberação Miofascial é uma técnica de massagem que aplica pressão em alguns pontos do corpo e, assim, consegue eliminar os pequenos nódulos de tensão (*trigger points*) entre o músculo (mio) e o tecido conjuntivo (fáscia). A fáscia é uma membrana localizada logo abaixo da pele, extremamente resistente e elástica, como se fosse uma "capa" que recobre e protege todos os músculos do corpo, permitindo o deslizamento perfeito. Quando esse tecido é desgastado ou comprometido, explica o educador físico Bruno Brabo, o resultado é a sua rigidez e o prejuízo do movimento de deslizamento entre os músculos. Isso gera dor e dificuldade para executar os movimentos normais, além de comprometer a flexibilidade, força muscular e elasticidade.

O profissional alerta que a técnica não é drenagem linfática nem massagem relaxante. "É uma massagem profunda e pontual e, por vezes, dolorida nos pontos tensionados. Mas o alívio é instantâneo e é possível notar a diferença já na primeira sessão." Nas sessões são utilizados rolo de pilates (com diferentes densida-

des: mais fofo, a liberação é mais leve; mais rígido, a liberação é profunda), bolinha de tênis e bastão.

Luís Eduardo Paulino participou da primeira aula, em 2018, e não parou mais. Além de relaxar os músculos, Luís conta que também desestressa. "Melhorou muito minha tensão e, como faço academia todos os dias, me ajuda também nos treinos. É dolorida, mas funciona", ressalta.

A Fit Liberação Miofascial é indicada para quem permanece muito tempo em pé, usa muito salto alto, tem pisada errada e movimentos repetitivos, como atletas de corrida. Pode ser feita mais de uma vez por dia no pré ou pós-treino. Porém, é contraindicada para pessoas com problemas articulares graves, fratura recente, diabetes descompensada e em tratamento com medicamento anticoagulante.

A técnica é ensinada às terças e quintas, às 7h30, na Academia. Depois de aprender como realizá-la, o atleta pode continuar sozinho, pois os equipamentos estão disponíveis nas áreas de alongamento.



Dia dos Pais

Feijoada com Prova de Carinho animou o domingo

Fotos: Eloiza Strachicini





NIGHT RUN IV

75 ANOS DE SÃO CARLOS CLUBE



SÁBADO **28/09** ÀS **19h00**

5km | 300 VAGAS

**INSCRIÇÕES ATÉ 15/09
NA SECRETARIA**

TAXA + KIT: R\$ 45,00

RETIRADA DO KIT DIA 27/09 NA SECRETARIA

**SAÍDA: SEDE AVENIDA
CHEGADA: SEDE DE CAMPO**

**PERCURSO POR
DENTRO DA USP**



**SEDE
AVENIDA**

APÓIO:



São Carlos Clube

CLICK SOCIAL

**1º Entardecer no Bosque**

Thiago Branco, Os Paralamas do Sucesso e Big Moffo agitaram os associados

Fotos: Lu Zanollo



CLICK SOCIAL





Diretoria Financeira assume o compromisso de manter o equilíbrio das contas

Caros associados, iniciamos nossos trabalhos na Diretoria Financeira do São Carlos Clube em conjunto com integrantes da Diretoria Executiva, pilares importantes das gestões anteriores.

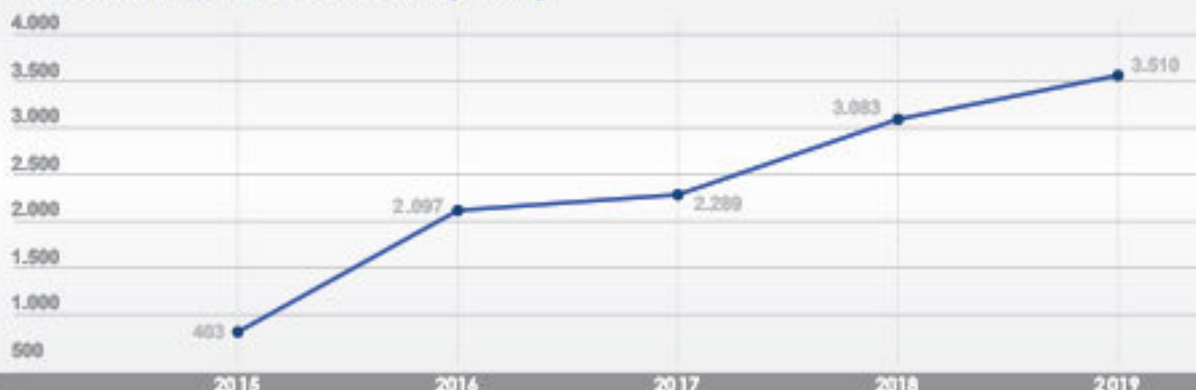
Nosso Clube passou por grandes transformações nas últimas duas gestões, e o compromisso que estamos assumindo é o de manter o equilíbrio financeiro e a realização de investimentos necessários às áreas de lazer e social, objetivando a prestação de serviços com qualidade.

A transparência é nosso foco; divulgaremos todos os dados que julgarmos relevantes para o seu conhecimento.

Contratação de Auditores Independentes

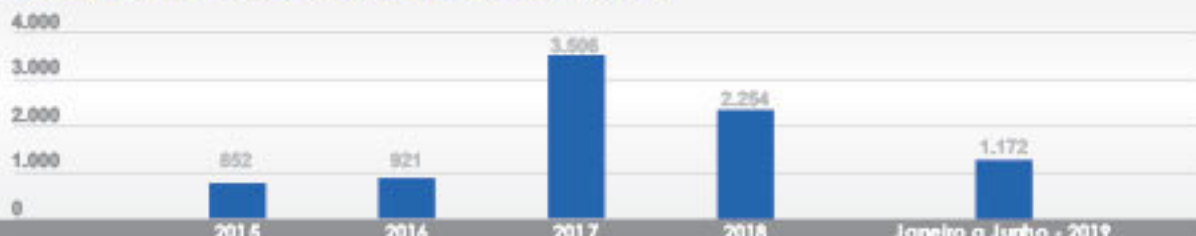
A Diretoria Executiva, procurando manter as boas práticas de gestão, está em processo licitatório para a contratação de Auditores Independentes para o próximo biênio de gestão, a fim de validar nossas informações financeiras.

Evolução do Caixa no Período (R\$ mil)



A comprovada solidez financeira nos proporciona segurança e equilíbrio para a tomada de decisões e o controle dos gastos orçamentários.

Evolução dos Investimentos Realizados (R\$ mil)

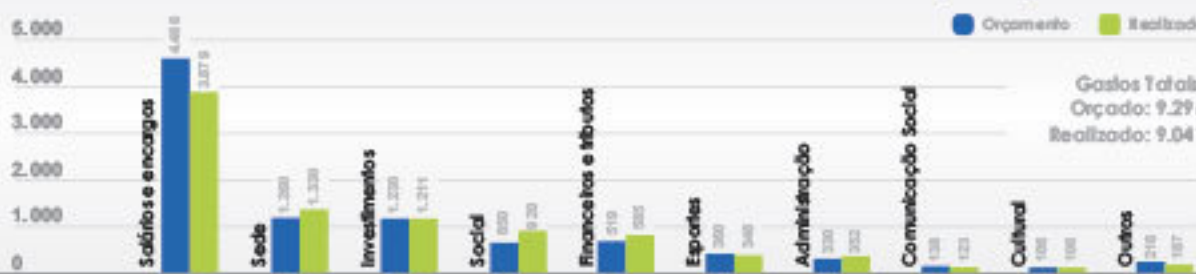


A pujança financeira foi reconquistada, assim é possível executar os investimentos em melhorias da nossa infraestrutura.

Comportamento das despesas orçamentárias:

É prática da gestão a elaboração de orçamentos com previsão dos gastos a serem realizados pela Diretoria.

Evolução das Despesas Orçamentárias - Janeiro a Junho de 2019 (R\$ mil)



O desempenho dos gastos no primeiro semestre demonstra o equilíbrio na alocação dos recursos orçados.

Orçamento - Julho a Dezembro de 2019 (R\$)

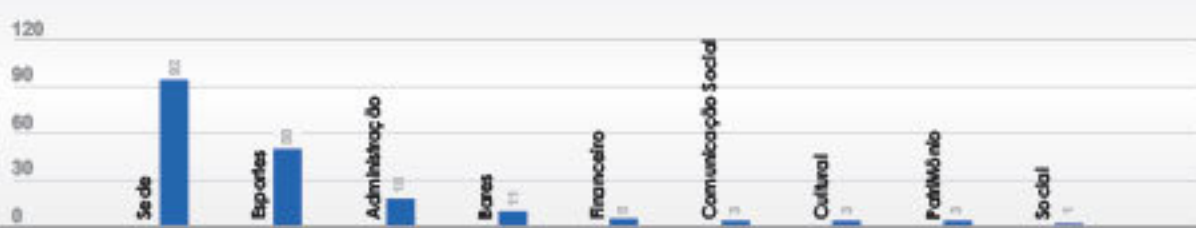
Salários e encargos	4.826.431	Administração	330.000
Sede	1.230.000	Comunicação Social	138.000
Investimentos	960.000	Cultural	96.000
Social	630.000	Fundo de reserva	84.000
Financeiros e tributos	519.017	Bares	93.857
Esportes	360.000	Despesas emergenciais	38.143

Em reunião realizada pela Diretoria Executiva, foi deliberada a manutenção do "Orçamento previsto para o segundo semestre", em decorrência da solidez financeira e do equilíbrio dos gastos realizados no primeiro semestre de 2019.

Staff de colaboradores

Conheça o staff de colaboradores que está à disposição dos nossos associados.

Colaboradores por Diretoria



Save
the
date

BAILE DO HAWAII

2019

23 DE NOVEMBRO
A PARTIR DAS 21H

BANDA
MONOBLOCO

BIQUINI
CAVADÃO



São Carlos Clube

Julho

Seu filho estudando na California State University Long Beach

Estudo, cultura e Lazer



"Estava ansioso em saber como seria essa experiência e foi muito além das minhas expectativas. A equipe de guias e coordenadores do programa faziam de tudo para que nós aproveitássemos ao máximo. Conheci pessoas incríveis e lugares inesquecíveis. A equipe de diretores e professores da universidade também faziam de tudo para o melhor aproveitamento nas aulas. Hoje estou mais confiante em fazer uma viagem sozinho para o exterior. Foi simplesmente fantástico. Só tenho que agradecer a todos que fizeram com que essa fosse a melhor viagem da minha vida."

Theo Reiff



**Certificado emitido pela
California State University
Long Beach**



★ studyvacation ★

Pagamento em 12 parcelas fixas

www.studyvacation.com.br



**UPPER
ENGLISH**



Noite Italiana

Muita pizza e tarantela garantiram a alegria na Sede Avenida

Fotos: Lu Zanollo



CLICK SOCIAL



Torneio de Tênis Pais e Filhos

Evento reuniu a família para uma disputa saudável

Fotos: Eloiza Strachicini



10x
sem juros

R\$ 5.593,00

R\$ 1.028,10

R\$ 1.875,50

44 AVENIDA PLAZA

- Edifício Comercial de Padrão Internacional
- Vagas de estacionamento ilimitadas

• Locação de Salas:
Aulas, Convenção ou Reunião

- Co-Working mobiliado com Internet

por R\$250⁰⁰
mensal

Salas para alugar



Segurança
máxima
24 horas
por dia

03 Elevadores Atlas
Conjuntos de 53 a 402m²

Tel. (16) **3373-3333**
3416-8616

www.avenidaplaza.com.br
Av. Luiz Augusto de Oliveira, 91