



# COMUNICA

ANO 09 - EDIÇÃO N.º 34 - OUT-NOV-DEZ/2019

## DE PRATA



# OS MELHORES DO PAÍS

EQUIPE SUB-12 É CAMPEÃ DA COPA BRASIL DE BASQUETE

### ESPORTE

GINÁSTICO SOBE AO PÓDIO EM 10 DOS 14 CAMPEONATOS QUE DISPUTOU NA TEMPORADA

### GESTÃO

ASSOCIADOS ELEGEM A CHAPA ARENA PARA A GESTÃO DO TRIÊNIO 2020-2022

### SOCIAL

EVENTOS DO FINAL DO ANO REÚNEM GINASTINOS E AMIGOS

CLUBE FILIADO:



COMITÊ BRASILEIRO DE CLUBES



FENACLUBES CONFEDERAÇÃO NACIONAL DOS CLUBES

Mala Direta Básica

16.641.235/0001-00 - DRING ESPORTE CLUBE GINÁSTICO

CORREIOS

## EXPEDIENTE

### DIRETORIA 2020-2022

Presidente: Adley Alves Pereira\*  
Vice-Presidente: Ricardo Moukhaiber Zhouiri\*

### CONSELHO DELIBERATIVO

Presidente: Márcio de Souza Tibo\*  
Vice-Presidente: Sylvio Ferreira Malta Neto

### CONSELHEIROS NATOS

Alair Gonçalves Couto Filho/ Antônio Carlos Biondi Pinheiro/ Geraldo Aloísio Duffles Teixeira/ Gerardo Henrique Machado Renault/ Humberto de Araújo Gontijo/ Humberto Ladeira/ Leonardo Rocha/ Paulo Roberto da Silva Carlos / Paulo Sérgio Passos/ Renato Soares Ferreira Malta/ Renato Soares Tostes/ Renato Vasconcelos Moreira da Rocha

### CONSELHEIROS EFETIVOS

Anderson Lemos/ Daniel Ladeira/ Flávio de Moraes/ Flávio de Oliveira França/ Guilherme Zardo/ Gustavo Antunes/ Ivan Augusto Santos Drummond/ Juarez Távora de Freitas Júnior/ Márcio Antônio Lamego Reis/ Marcos Henrique Frauedorf Cenni/ Maurício Henrique Cristeli Lanza/ Paulo de Faria/ Rafael Vilela/ Rodrigo Ottoni da Silva Ferreira/ Sylvio Ferreira Malta Neto

### CONSELHEIROS SUPLENTES

Aerre Teodoro/ Allen Horta Marra/ Ana Luiza Rosa Vieira Machado/ Daniel de Magalhães/ Gustavo Bossi/ Juliano Strutzki/ Manoel Pereira Galvão/ Marcelo Francisco Cenni/ Maria Teresa Couto Vianna/ Marlon Almeida Borges/ Miguel Roldão Saraiva/ Rafael Ladeira Malta/ Sônia Ferreira Malta/ Soraya Zhouiri / Tânia Mara Pinto Darós

### CONSELHEIROS FISCAIS EFETIVOS

David Prado Pulino\*/ Henrique Cançado Rohlfs/ Sérgio Soares Tostes

### CONSELHEIROS FISCAIS SUPLENTES

Hayala Nepomuceno Curto/ Cliver Alan Braga de Oliveira/ Ricardo Alvarenga

(\*) Também são Conselheiros Natos

### JORNALISTA RESPONSÁVEL

Michelle Lao  
Registro Profissional: 13131-MG

**Fotografia:** Mariane Fernandes, Isabela Lopes, arquivo do clube e colaboradores.

**Projeto gráfico e diagramação:** Michelle Lao e Mariane Fernandes

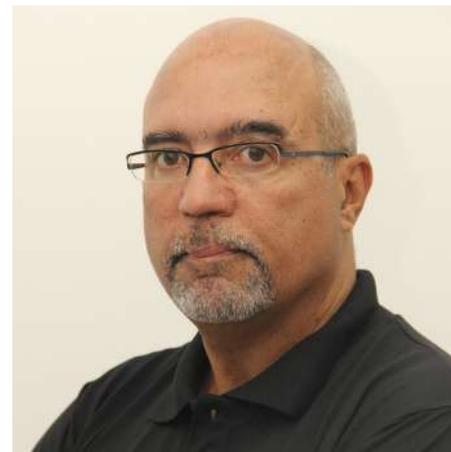
## PALAVRA DO PRESIDENTE

2019 foi um ano de expectativas e vitórias para o Ginástico!

O retorno de toda dedicação e investimento no nosso esporte se concretizou com a conquista do título nacional da equipe sub-12. Levantar a taça da Copa Brasil de Basquete, o maior torneio da categoria de base do país, nos provou que estamos no caminho certo e executando o trabalho com excelência. Dos 14 campeonatos que o clube disputou na temporada, subimos dez vezes ao pódio! Aproveito a oportunidade para parabenizar não apenas os atletas, mas também a qualificada equipe multidisciplinar, responsável pela formação dos nossos jogadores.

O ano também foi marcado pela filiação ao Comitê Brasileiro de Clubes e pela conquista da Certificação Digital, que habilita o Ginástico a pleitear recursos públicos, para investimento esportivo. Já protocolamos dois projetos de captação e seguimos trabalhando em busca de investidores para o nosso basquete! Lembre-se que você também pode ajudar o clube, deduzindo até 6% do Imposto de Renda devido.

Em novembro, realizamos a eleição para a nova diretoria do Ginástico, triênio 2020-2022. Pela primeira vez na história do clube, foi transmitido, ao vivo pela



internet, o processo de votação e apuração, confirmando nosso compromisso com a transparência. E é com muita satisfação e responsabilidade que continuarei dirigindo o clube, como presidente da Chapa Arena, acompanhado pelo vice Ricardo Zhoui.

Neste ano, queremos que o Ginástico chegue ainda mais longe! Após apresentação e aprovação do Projeto Arena, prosseguiremos para a execução da obra, que irá revitalizar o clube e trazer de volta nosso tão sonhado ginásio.

Para finalizar, afirmo que a diretoria está atenda e trabalhando para atender às demandas de todos os associados. Que venha um 2020 de muito trabalho e conquistas!

Um grande abraço,  
Adley Alves Pereira

ACOMPANHE O GINÁSTICO  
NAS REDES SOCIAIS!



FAÇA PARTE DA NOSSA  
LISTA DE TRANSMISSÃO!

Para receber as notícias do clube, cadastre o número (31) 9659-8063, na agenda do seu celular, e nos envie uma mensagem, com nome e cota, solicitando a inclusão na lista de transmissão.



# ELEITA A PRÓXIMA GESTÃO DO GINÁSTICO

No dia 15 de novembro de 2019, foi realizada a eleição da Gestão Triênio 2020-2022 do Ginástico. Com candidatura única, a Chapa Arena foi eleita com 95,83% dos votos válidos, tendo como Presidente do clube Adley Alves Pereira e como Vice-Presidente Ricardo Zhouri. Também foram eleitos os conselheiros temporários do Conselho Deliberativo, os membros do Conselho Fiscal e o Ouvidor, Roberto Guimarães. Conforme Estatuto Social, foi formada uma Comissão Eleitoral, responsável pelo comando do processo, designada pelo presidente. E, para reforçar a transparência, pela primeira vez no clube, votação e apuração foram transmitidas, ao vivo, pelo YouTube.

## PROJETO ARENA

O Ginástico finalizou 2019 com um bom progresso no Projeto Arena, que tem como objetivo revitalizar clube. Após o protocolo do Estudo de Impacto na Vizinhança (EVI), a Prefeitura de Belo Horizonte, representada por várias secretarias, exigiu algumas mudanças. Alguns pontos questionados foram: área permeável, vagas presas e entrada pela Afonso Pena. O órgão também solicitou um projeto específico de drenagem e uma pesquisa de impacto em outras regiões.

Durante o mês de dezembro, foram realizadas reuniões na Prefeitura, sobre o Licenciamento Ambiental de Empreendimento de Impacto, e com a BHTRANS. O próximo passo do clube, além de atender as demandas exigidas, é se reunir com o Conselho Municipal de Política Urbana (COMPUR) e consolidar os investidores e apoiadores do projeto.



# GINÁSTICO PARTICIPA DE EVENTOS PARA CLUBES FORMADORES



Dirigentes dos principais clubes do Brasil no Congresso Brasileiro de Clubes. O Ginástico foi representado pelo Presidente do Conselho Deliberativo, Márcio Tibo.

No final de 2019, o Ginástico esteve presente em dois dos maiores eventos anuais do segmento clubístico. Em novembro, em Natal (RN), gestores das principais agremiações do Brasil participaram do Congresso Brasileiro de Clubes, realizado pela FENACLUBES. O evento contou com palestras, entre elas a da campeã mundial e pan-americana de basquete Janeth Arcain, fóruns de discussão, reuniões estratégicas e atrações culturais. “Foi um evento muito interessante e, mais uma vez, ficou comprovado que a participação é muito importante, sendo uma ótima oportunidade para conhecer projetos de outros clubes, tendências, trocar experiências e manter o networking institucional”, conta Márcio Tibo, Presidente do Conselho Deliberativo e representante do Ginástico no evento.

No mês de dezembro, em Campinas (SP), foi a vez dos setores esportivos e de comunicação participarem do Seminário Nacional de Formação Esportiva, promovido pelo Comitê Brasileiro de Clubes. Além dos

representantes das agremiações, participaram do evento confederações e ligas, que definiram o calendário dos Campeonatos Brasileiros Interclubes de 2020. O Ginástico será sede da Copa Brasil de Basquete Sub-13 e sediará uma etapa do Campeonato Brasileiro de Basquete 3x3, para todas as categorias.

No seminário, também foram tratados temas como a política de Formação de Atletas dos clubes filiados, o Edital de Chamamento de Projetos, o novo manual de comunicação do CBC e as ações comemorativas dos 30 anos da instituição. Para o presidente do Ginástico, Adley Alves Pereira, eventos como este são fundamentais para qualificar as agremiações: “são tratadas pautas importantes e esclarecedoras para os clubes formadores. Além de ser enriquecedora a troca de conhecimento e experiência entre os dirigentes e uma oportunidade ímpar de capacitar nossos profissionais de diversas áreas”.



## ESPORTE PARA TODOS

Aqui você encontra:



**PREFEITURA  
BELO HORIZONTE**

**ESPORTE ESPERANÇA  
ACADEMIA DA CIDADE**

Uma parceria  
PBH e Ginástico



## OS PERIGOS DO CONSUMO EXCESSIVO DO ÁLCOOL

Com as festividades do final de ano, aumenta-se o consumo social do álcool em confraternizações de empresas, amigos ou familiares. Porém, o excesso, frequência e necessidade da ingestão devem ser cuidadosamente observados. Mais de 3,3 milhões de pessoas morrem, anualmente, devido ao consumo nocivo da bebida alcóolica, o que representa 5,9% das mortes no mundo. Os dados, divulgados no último relatório da Organização Mundial da Saúde sobre o tema, mostram também que o consumo da bebida chegou a 8,9 litros por pessoa no Brasil, superando a média internacional de 6,4 litros.

Ainda de acordo com a OMS, a dependência do álcool é uma doença crônica, definida pela 10ª edição da Classificação Internacional de Doenças (CID-10), como um conjunto de fenômenos comportamentais, cognitivos e fisiológicos que se desenvolve após o uso repetido de álcool, associados aos seguintes sintomas: forte desejo de beber, dificuldade de controlar o consumo, uso continuado após consequências negativas, aumento da tolerância (necessidade de doses maiores) e, em alguns casos, abstinência física (sudorese, tremores e ansiedade, na falta da bebida).

Segundo o Doutor Arthur Guerra, psiquiatra e presidente do Centro de Informações sobre Saúde e Álcool (CISA), o alcoolismo implica no aumento do risco de várias complicações de saúde, como problemas cardiovasculares,

gastrointestinais, pancreatite, doenças do fígado, anemias, prejuízos cerebrais e imunológicos, osteoporose e câncer. E lembra que o maior risco da doença é que não existe um nível seguro para o consumo de bebidas alcólicas: “mesmo pequenas doses podem estar associadas a problemas de saúde, especialmente se a pessoa consome mais de 20ml de álcool puro por dia ou se não deixar de beber pelo menos dois dias da semana. Nas situações em que o álcool influenciar negativamente a saúde física, a rotina ou as relações pessoais, é recomendável procurar ajuda de profissionais da saúde”.

Quando não resulta em morte, o uso nocivo da bebida alcóolica pode prejudicar a vida profissional e pessoal do dependente. Diversos fatores podem influenciar o desenvolvimento da doença: idade, estrutura física, estado de saúde, padrões de consumo e herança genética. “Quando o paciente é diagnosticado com dependência, o sucesso do tratamento, que varia com a progressão e gravidade da doença, dependerá de acompanhamento médico. Apesar de não existir um tratamento que acabe com o alcoolismo de vez, quando é feito de maneira apropriada, proporciona melhora consistente à saúde, com ganhos importantes na qualidade de vida. Família e amigos desempenham um papel muito importante na identificação do problema e podem motivar o dependente a iniciar e permanecer em tratamento”, reforça o Doutor Arthur Guerra.

### ONDE ENCONTRAR AJUDA



- **Centro de Referência em Álcool e Drogas (Cread):** oferece ajuda e orientações de psicólogos, assistentes sociais e enfermeiros para dependentes e seus familiares. Podem indicar internações e/ou grupos de mútua ajuda. O Cread funciona de segunda à sexta, de 8h às 17h, na Rua Espírito Santo, 495 / 6.º andar - Centro. Telefone: (31) 3273-6204.

- **Centro de Referência em Saúde Mental (CERSAM):** A rede municipal possui CERSAM em diferentes regiões, que cobre toda a cidade. O funcionamento é das 7h às 19h, todos os dias da semana, inclusive feriados. Belo Horizonte possui 7 CERSAM e 2 Centros de Referência em Saúde Mental Infantil - CERSAMI. Os locais oferecem tratamentos com estabilização do quadro clínico, reconstrução da vida pessoal, suporte aos familiares, convívio e reinserção social.

- **Ambulatório de Dependentes Químicos do Hospital das Clínicas:** dependentes químicos de álcool e outras drogas recebem atendimento diferenciado no Hospital das Clínicas. O ambulatório conta com psiquiatras, clínicos, enfermeiras e psicólogos que prestam assistência aos pacientes. O atendimento é às segundas-feiras, de 8h às 12h, na Avenida Professor Alfredo Balena, 110, bairro Santa Efigênia.

- **Centro de Terapias e Assistência Social (CETAS):** oferece serviço de assistência às famílias, oferecido pelo Hospital Espírita André Luiz. Pacientes que não têm condições de pagar pelo tratamento podem telefonar ou ir pessoalmente à secretaria para se informar sobre o processo de isenção. Contatos: (31) 3115-2658 ou pelo e-mail [cetas@heal.org.br](mailto:cetas@heal.org.br)

# GINÁSTICO É CAMPEÃO BRASILEIRO E SOBE 10 VEZES AO PÓDIO NA TEMPORADA



Um ano memorável para o basquete do Ginástico! Mantendo o compromisso e responsabilidade esportivos e cívicos na formação de atletas, o clube chegou em 10 finais dos 14 campeonatos que disputou. E, para fechar com chave de ouro, levantou a taça da Copa Brasil de Basquete Sub-12, a maior competição da categoria de base do país!

Além de conquistar o torneio de forma invicta, a categoria confirmou a Tríplice Coroa, somando os títulos Estadual e Metropolitano, na temporada. “Vai ficar sempre marcado na memória, para a vida toda, esse título brasileiro. Nós fomos para sermos campeões. Saímos daqui com esse

objetivo, trabalhamos para sermos campeões. O comprometimento, a disciplina e a vontade dos meninos nos moveram e nos motivou para trabalhar ainda mais e conquistar esse título”, comemora José Mario Valério, técnico da equipe. O atleta do Ginástico Bernardo Cansanção foi considerado o melhor jogador da Copa Brasil. “Foi muito legal e eu fiquei muito feliz pela conquista coletiva e individual, depois de tanto tempo esperando para jogar esse campeonato. É uma felicidade grande ser eleito o melhor jogador da competição. Esse título me encorajou a continuar a aprender mais, para me tornar cada vez melhor”, celebra.



Para Gersão, ex-jogador da seleção brasileira e membro da equipe multidisciplinar do Ginástico, é gratificante ver a base conquistando grandes resultados: “é um orgulho para nós ver que nosso futuro está sendo plantado. Eles tiveram uma evolução muito grande do sub-11 e essa evolução é diária. E vamos crescer ainda mais. Temos uma equipe muito forte, um material humano muito bom, que pode nos dar uma equipe entrosada por muitos anos. O Ginástico, pautado na formação de atletas, tem uma grande importância. Eu fui formado no Ginástico e cheguei à três olimpíadas. Nada impede que esses meninos, com o apoio que o clube oferece, cheguem onde eu cheguei. Tem muitos aqui com um grande potencial”.

José Mario, lembra que os garotos já jogam juntos desde a categoria sub-10: “o entrosamento é um dos pontos mais fortes da equipe sub-12, as tomadas de decisões é um segundo ponto forte e, basicamente, temos um grupo maior em relação aos outros adversários. Meninos com mais capacidade de poder de decisão dentro de uma partida. Então conseguimos ter um número maior de meninos com um grande potencial”.

O time sub-15 também se consagrou como o melhor de Minas Gerais, após conquistar, invicto, o Estadual em Uberlândia. O atleta do Ginástico, Guilherme Costa de Omena, foi eleito o melhor jogador da competição. “Eu tive uma lesão grave no decorrer do ano e estava para ficar fora do Estadual, mas com a ajuda do Cássio (fisioterapeuta), que foi a minha casa frequentemente, eu consegui me recuperar a tempo. Isso pra mim foi muito importante, porque

## CONHEÇA UM ATLETA DO GINÁSTICO

**Nome:** Lucas Cassini

**Categoria:** Sub-12

**Posição:** Armador

**Como começou a jogar**

**basquete:** comecei por influência do meu pai, que foi jogador profissional. Com 9 anos, em 2016, comecei no Olympico, pois o horário de treino do Ginástico não coincidia com meu horário escolar. No ano seguinte, 2017, comecei a treinar no Ginástico pois houve uma alteração no horário de treino na minha categoria.

**Meta profissional:** ser um grande jogador de basquete. Pretendo chegar a jogar em algum time da NBA ou no NBB e de chegar à Seleção Brasileira. E o Ginástico está me ajudando a realizar meu sonho.

**Momento marcante no esporte:** nesse ano fui Campeão Brasileiro, Estadual e Metropolitano Sub-12. Ganhei uma bola sendo considerado o melhor jogador do Campeonato Estadual. Para mim foi importante participar da Copa Brasil de Basquete, pois tive oportunidade de jogar contra times de várias regiões diferentes do país. Isso aumentou minha experiência como atleta e fortaleceu a união do grupo. E não tenho nem palavras para dizer a importância de termos sido campeões! Estou começando a realizar meu sonho de ser um jogador profissional.



eu vi o quanto meu esforço valeu a pena, tanto para ajudar o time, quando por merecimento próprio”, comemora.

Guilherme também ressaltou a importância da condição física de toda a equipe: “o grande diferencial do Ginástico, nesse campeonato, foi a questão da preparação física. Nós estávamos muito acima do nível das outras equipes: correndo muito mais, pulando muito mais alto... Chegamos no último jogo e, apesar do cansaço físico das duas equipes, conseguimos ser superiores. Estávamos cansados, mas não igual a eles.”

O auxiliar da equipe sub-15, Pedro Macari, elogiou o esforço do time: “eles sabiam o que queriam e foram atrás. São atletas muito comprometidos, sempre buscando uma melhora dentro de quadra, buscando resultados positivos. Então para esse campeonato, o grupo fez total diferença. Geralmente tem alguns que puxam

a equipe, mas, dessa vez, todos foram muito importantes. Quando um não estava bem, outro aparecia. Nosso diferencial foi o grupo: os 12 atletas! Todos jogaram na final, todos entraram e fizeram seu papel”.

A segunda conquista da categoria veio com o título Metropolitano, após vencer o Minas Tênis Clube, nos dois jogos da final. “Hoje o Ginástico tem um sistema muito bem definido e que joga muito coletivamente. Trabalhamos de maneira consistente, tanto ofensivamente, quanto defensivamente. Nosso ponto forte com certeza é a defesa: um time que defende muito forte e que tem uma transição ofensiva muito forte também. Temos muito mérito nessas conquistas porque a cada dia os meninos vêm amadurecendo mais, gostando de serem campeões, começando a terem espírito vencedor... E isso é o que o Ginástico sempre teve e vamos manter!”, conclui o técnico da equipe Jefferson Louis Teixeira.

## CONQUISTAS 2019: CONHEÇA NOSSOS ATLETAS

### SUB-11

Vice-Campeão da Copa Mineirinho e do Campeonato Metropolitano Sub-12 - Série Prata

Adryel dos Reis, Bernardo Boaventura, Caio Vitor Ferreira, César Duarte, David Sanches, Diego Costa, Douglas Silva, Felipe Gabriel Rodrigues, Gabriel Bernardes, Gustavo Henrique da Silva, João Pedro Braga, Jordan Jefferson Silva, Miguel Milanez, Pedro Lage, Rafael Adeodato, Ramon Barbosa, Ricardo de Barros, Rodrigo Soarez, Samuel de Souza, Sanzio de Andrade, Victor de Paula, Vinícius Lopes Oliveira, Vinícius Lucio de Oliveira

### SUB-12

Campeão Brasileiro, Estadual e Metropolitano

Alex Willian Melo, Arthur Oliveira, Augusto Garces, Bernardo da Cruz, Bernardo Cansanção, Enzo de Andrade, Filipe Gabriel da Silva, Guilherme Patrício, Henrique Hastenreiter, Ismael de Souza, João Victor de Castro, Lucas Cassini, Mario Machado, Mateus Vargas, Miguel Tiago Barros, Pedro de Carvalho, Pedro Paulo Moreira, Pedro Lana, Rafael Martins, Rafael Cardoso, Rafael Antonio dos Santos e Silva, Raphael Ribeiro, Samuel Silveira

### SUB-13

5º lugar no Campeonato Estadual e no Campeonato Metropolitano

Arthur de Almeida, Arthur dos Santos, Gabriel Cassini Martins, Gabriel Mendonça, João Victor Alves, Joshua Souza, Lucas Costa, Luccas Eler, Martim Figueiredo, Mateus Cunha, Pedro Rodrigues Marcos, Rian Alves, Samuel Siqueira, Thiago Salomão da Silva, Vitor Gonçalves, Wendel Gabriel de Oliveira, Yan Valadão

### SUB-14

8º lugar no Campeonato Brasileiro, 5º no Estadual e 4º no Metropolitano

Alexandre Curi, Amim Medeiros, Atila Azevedo, Carlos Eduardo Almeida, Carlos Henrique dos Santos, Cauã Silva, Gabriel Diniz, Ian Marcos Rocha, Jean Carlos Santos e Silva, João Alexandre Santos, João Pedro Saturnino, João Pedro de Oliveira, John Ferreira, Lucas Mendes, Lucas Gazolla, Yuri Fernandes

### SUB-15

Campeão Estadual e Metropolitano

Gabriel Carmo, Guilherme Costa de Omena, Gustavo Vieira, Isaac Martins, Juan Alves, Kayky de Oliveira, Lucas Abdo, Marcos Vinícius Moura, Matheus Santos de Sá, Othon Rocha, Paulo Augusto de Souza, Silvio Nicolielo Neto, Thiago Victor dos Santos e Silva, Vinícius Santos, Vitor Cauã Justiniano

### SUB-16

5º lugar no Campeonato Brasileiro e Vice-Campeão Estadual e Metropolitano

Gabriel Carmo, Guilherme Costa de Omena, Isaac Martins, Jamir Silva Junior, Marcos Vinícius Moura, Othon Rocha, Pedro Eduardo dos Santos e Silva, Samuel Oliveira Lemos, Silvio Nicolielo Neto, Tiago Marchesoni S. da Silva, Vitor Cauã Justiniano, Vitor Lúcio de Oliveira, Yago de Freitas Souza

### SUB-17

Vice-Campeão Estadual e Metropolitano

Daniel Vitor Alvarenga, Diego Araújo Pinheiro, Guilherme Costa de Omena, João Gabriel Rezende Flauzino, Juan Alves, Lucas Gabriel Silva Lima, Luiz Paulo Santos e Santos, Matheus Rodrigues Costa Tavares, Silvio Nicolielo Neto, Vitor Cauã Justiniano

## A EQUIPE DE OURO QUE COMANDA OS ATLETAS DO CLUBE



A fórmula de ouro do Ginástico, que fecha a temporada com cinco títulos e dez pódios no basquete, não é secreta: um time de gigantes atua na formação das crianças e adolescentes do clube. A equipe multidisciplinar, composta por 10 integrantes, é essencial para o desempenho de alto nível dos atletas.



O desenvolvimento é realizado a médio e longo prazo e começa na Escolinha de Basquete, com o professor Guilherme Sette Câmara, que faz um trabalho coordenativo e emocional com crianças de seis a nove anos. “O Ginástico tem hoje, sem dúvidas, o melhor trabalho de base do Brasil. Então é um prazer muito grande trabalhar com uma comissão técnica de primeira linha, sempre aberta a novas sugestões. E isso não seria

possível sem o apoio da diretoria, que voltou a olhar para a base do clube que é a nossa tradição”, pontua.

O treinador conta com o apoio direto do estagiário Breno Macarley, que o auxilia nesse primeiro contato da criança com o esporte. “A parte principal do meu trabalho no clube é corrigir os atletas nos treinos, dar dicas, tirar dúvidas e deixá-los motivados. Hoje em dia, eles começam a jogar cada vez mais novos e isso, aliado a uma infraestrutura de ponta que é oferecida pelo Ginástico, garante a formação de equipes muito qualificadas”, conta.

O propósito, que vai além do físico, se intensifica com o aumento da idade. “Nesse ano, iniciei um trabalho de treinamento mental, utilizando a programação neurolinguística. Esse treinamento visa a concentração, foco, diminuição de erros e ajuda a ter menos interferência de estímulos externos”, explica Guilherme Sette Câmara.

A partir dos 9 anos, as crianças integram às equipes de competição do Ginástico. O treinador das categorias sub-10 e sub-11, Tomaz Rosso, lembra a importância de ser o primeiro técnico para a maioria dos atletas: “nas minhas categorias, os meninos passam a ser jogadores de basquete. Com um misto de brincadeiras

e treinamento formal, vamos construindo uma identidade com o esporte. Algo que acho primordial, na minha posição, é criar um vínculo com a modalidade: "aprender" a amar o basquete. Sem isso, nosso trabalho como treinadores pode ser o melhor do mundo, mas as respostas dos atletas não serão condizentes”.



Já nas categorias sub-12 e sub-13, quem está no comando é o treinador José Mario Valério, que desenvolve os ensinamentos dos professores Guilherme e Tomaz: “eu começo o refinamento dos fundamentos dados, com o intuito dos atletas entenderem a importância deles, bem como a aplicação no jogo. Também busco melhorar o desenvolvimento dos primeiros conceitos táticos

dentro de nossa proposta metodológica”.

À medida que os atletas vão ficando mais velhos, os treinamentos e exigências se intensificam. Pedro Macari, técnico da equipe sub-14 e auxiliar técnico das categorias sub-15 a sub-17, pontua a importância do trabalho individualizado: “é fundamental ter tempo e paciência com todo mundo. Cada um responde a um estímulo de maneira diferente. Então é saber fazer com que cada atleta renda o seu máximo durante os treinos e jogos. Já é difícil a gente se conhecer, imagina conhecer uma equipe inteira. É um trabalho diário de nós técnicos”.



Jefferson Louis Teixeira, que é gerente de basquete do Ginástico e treinador das equipes sub-15, sub-16 e sub-17, reforça a filosofia de trabalho do clube: **“hoje o Ginástico tem um conteúdo programático de forma evolutiva, de acordo com cada categoria. Temos um processo gradativo, por faixa etária. Esse trabalho é feito na parte física, técnica e tática. E estamos começando a colher os frutos, com apoio da diretoria e da minha equipe multidisciplinar, onde todas as áreas trabalham interligadas. Então não tenho dúvidas de que essa organização e o respaldo que o clube dá fizeram com que o Ginástico se tornasse uma referência não apenas em Minas Gerais, mas no Brasil todo”**.

Com acompanhamento direto em todas as categorias, o clube conta também com profissionais responsáveis pela educação física e fisioterapia dos atletas. “O objetivo da preparação física é desenvolver a força, potência e velocidade dos jogadores, para que eles desempenhem da melhor forma as demandas do jogo de basquete. Temos uma equipe multidisciplinar muito coesa e competente, onde cada um cumpre seu papel da melhor forma, sendo respeitado pelos demais”, explica Otávio Troyano, preparador físico do Ginástico. Tales Goulart Beltrão, estagiário da preparação física, diz que o retorno é visto nas

quadras: “é um trabalho que se completa e é muito importante porque conseguimos perceber, principalmente no final de temporada, que os meninos estão diferenciados em relação as outras equipes. Então conseguimos ver que eles têm a capacidade de jogar, além da parte técnica e tática, a parte física também. Estão mais rápidos, pulando mais alto, são mais resistentes, conseguindo jogar por mais tempo. E esse é o diferencial do Ginástico: o respeito que cada profissional tem com o outro profissional da equipe e com o trabalho dele”.

Responsável pela fisioterapia dos atletas do Ginástico, há três anos, Cassio Pereira Santos, atua em duas frentes: na reabilitação e na prevenção de lesões. “O basquete é um esporte de alto rendimento que tem bastante impacto e intensidade. Então esse trabalho é muito importante para que eles se recuperem o mais rápido possível e voltem às quadras. Outro ponto essencial é trabalhar a prevenção. Para isso, preparação física e fisioterapia agem em conjunto. A ideia é buscar pontos fracos dos atletas, o que eles têm dificuldade, o que não conseguem fazer e, assim, poder prevenir e evitar qualquer tipo de lesão mais grave. Não conseguimos garantir que o atleta não se lesione, mas conseguimos reduzir bem esse percentual dentro do clube.

## EQUIPE MULTIDISCIPLINAR 2019



## TREINADOR DO GINÁSTICO CONQUISTA TÍTULO INTERNACIONAL



O treinador e gerente de basquete do clube, Jefferson Louis Teixeira, é Campeão Sul-Americano invicto! Convocado para assistente técnico da Seleção Brasileira de Basquete Sub-17 Masculina, levantou a taça da competição, no Chile.

Com a equipe formada pelos melhores atletas do país na categoria, entre eles, três mineiros, a

conquista do torneio veio após a vitória sobre os argentinos, pelo placar de 98 a 97.

É o segundo título sul-americano do técnico. “A conquista não é só pessoal, é, principalmente, para o basquete brasileiro. Nós precisamos resgatar a hegemonia no basquete. Sou bicampeão sul-americano e tive a oportunidade de disputar o Mundial. E a história se repete: estamos classificados para a Copa América e nosso objetivo é chegar ao Mundial. Então é um orgulho, uma satisfação muito grande por estar representando nosso país, voltando a colocar o Brasil em um alto patamar do basquete”, comemora.

Jefferson lembra que as convocações e conquistas são resultados de um bom trabalho desenvolvido no Ginástico: “o mais importante para mim, é chegar nesses lugares e ter a certeza de que estamos no caminho certo, trabalhando com excelência no basquete. O que fazemos aqui é o que as grandes potências estão fazendo também”.

## ALUNOS E ATLETAS VISITAM PROJETO SOCIAL

Sempre com o objetivo de promover a inclusão, a equipe multidisciplinar do Ginástico organizou uma visita dos alunos da Escolinha de Basquete e atletas dos times Sub-12 e Sub-16 ao Projeto Águios.

O encontro contou com um bate papo sobre foco nos treinamentos, importância dos treinos, fundamentos do basquete, dentre outros. Ao final, a equipe do Ginástico fez uma dinâmica em quadra, para mostrar a teoria na prática.

José Mario, treinador do clube, conta que a parceria do Ginástico com o Águios já resultou em diversas ações: “além das visitas mútuas, eles participam dos nossos festivais. Quando vieram, fizemos um treinamento no C.T. Buritis. Geralmente são atividades mais lúdicas, para

mostrar um pouco de como seria um treinamento competitivo.



# DIVERSÃO GARANTIDA PARA A CRIANÇADA

A recreação infantil especial do Dias das Crianças tomou conta do Ginástico, no segundo sábado de outubro! Além das brincadeiras e gincanas do “Tio Lânio”, houve distribuição de pipoca para a garotada.



# GINASTINOS AGITA O CLUBE EM OUTUBRO

A tradicional festa "Ginastinos e Amigos do Ginástico" animou os associados e convidados presentes. O evento teve churrasco, cerveja gelada e roda de samba, com o grupo Bora de Samba.



## ASSOCIADOS RECEBEM O PAPAÍ NOEL

Ho ho ho! Foi com muita alegria que a garotada e os adultos receberam o bom velhinho, no Ginástico. E o Papai Noel chegou ao clube com o saco cheio de lembrancinhas para os presentes.



## AULÃO ESPECIAL

A hidroginástica também realizou sua confraternização de final de ano! O tradicional aulaão de Natal foi comandado pelos professores Aline Pincelli Profeta e Alexandre Félix Cardoso.



# AVISOS E NORMAS



## ▶ CONVITES

Crianças até 07 anos: não pagam  
Crianças de 08 a 12 anos: R\$ 16,00  
Adulto promocional: R\$ 32,00  
Adulto: R\$ 64,00 (a partir do terceiro convite mensal)  
Os convites são vendidos apenas para sócios, que devem fazer a solicitação pessoalmente, na secretaria do clube.

## ▶ ESTACIONAMENTO

Os sócios podem utilizar o estacionamento aos finais de semana e feriados. Valor: R\$ 6,50 (seis reais e cinquenta centavos) por carro, por dia.

## ▶ QUIOSQUES

Qualquer sócio pode solicitar a reserva do espaço, basta procurar a secretaria ou ligar para (31) 3221-8044.

## ▶ CONSUMO

É proibido levar bebidas alcoólicas e comidas para o clube.  
O consumo deve ser realizado por meio da lanchonete.

## SEJA UM SÓCIO

Atualmente, o Ginástico oferece 3 tipos de cotas:

- SÓCIO TEMPORÁRIO CONVIDADO FAMILIAR
- SÓCIO TEMPORÁRIO INDIVIDUAL
- SÓCIO TEMPORÁRIO EX-ATLETA

### BENEFÍCIOS PARA TODAS AS COTAS:

- Desconto na Academia New Gym – Unidade Ginástico (mediante disponibilidade de bolsas existentes)
- Desconto na Academia Gota D'água: 30% em natação para bebês e 50% nas demais modalidades.

## ▶ CONTATO:

 (31) 3221-8044/ (31) 3309-8044

 secretaria@ginastico.com.br  
ginastico@ginastico.com.br

 www.ginastico.com.br

 Av. Afonso Pena, 3328 - Cruzeiro  
Belo Horizonte - MG. CEP: 30130-009

