

G COMUNICA

11 51 82 82 11 46 - 087 894 82 722

DE PRATA



VICE-CAMPEÃO BRASILEIRO

COM APENAS UMA DERROTA EM TODA TEMPORADA,
EQUIPE SUB-15 DO GINÁSTICO É A SEGUNDA MELHOR DO PAÍS

Esportes

NATAÇÃO DO GINÁSTICO
SE DESTACA EM COMPETIÇÕES
NACIONAIS E REGIONAIS

Escola

COM CANDIDATURA ÚNICA
CHAPA FÊNIX É ELEITA
PAUL TREINO 2023-2025

Escola

CLUBE RECEBE A QUARTA PLACA
"TOP 100", QUE RECONHECE OS
100 MELHORES DO BRASIL

2023 FÊNIX



FENACLUBES
CONFEDERAÇÃO NACIONAL DE CLUBES

2023 TOP 100

CLUBES

BRASIL

100 MELHORES

DO BRASIL



CHEGOU O CARTÃO MART MINAS

Compre e tenha até
40 dias para pagar



Mart Minas

ATACADO & VAREJO

Agora com cartão próprio e loja online

O ritmo de crescimento do Mart Minas está acelerado e isso implica em inovação para uma melhor experiência de compra para os clientes. Atualmente, o maior e mais completo atacado e varejo de Minas Gerais conta com 54 lojas e lançou em todas elas uma nova oportunidade de crédito próprio dentro da rede: o cartão Mart Minas.

A iniciativa da criação de uma bandeira de cartão própria veio da percepção da necessidade de uma nova linha de crédito para clientes e empreendedores, além de um mercado aquecido dentro do modelo de atacado e varejo, onde a demanda de pessoas que amam comprar mais barato tem se tornado cada dia mais intensa, tendo o cartão do Mart Minas como parceiro, oferecendo ótimos benefícios, como 40 dias para começar a pagar.

Para fazer o cartão, basta o cliente procurar a recepção de qualquer unidade do Mart Minas e solicitar diretamente a atendente, que irá direcioná-lo(a) sobre os detalhes e vantagens de ser ter um cartão Mart Minas.



www.martminas.com.br



Mart Minas ENTREGA

Agora a loja online do Mart Minas, além de trabalhar com o modelo Clique & Retire exclusivo na unidade de Contagem (Avenida General David Sarnoff, nº 4500, Bairro Cidade Industrial), já está trabalhando com **entregas grátis** na primeira compra em toda a região de Contagem e em alguns bairros de Belo Horizonte. A promoção é por tempo limitado e para mais informações, consulte as condições no site:

www.lojaonline.martminas.com.br



PALAVRA DO PRESIDENTE

EXPEDIENTE

DIRETORIA 2020-2022

Presidente: Adley Alves Pereira*
 Vice-Presidente: Ricardo Moukhaiber Zhouri*
 Diretor Administrativo: Leonardo Antônio Corrêa da Rocha
 Diretor Financeiro: Vinicius Mendonça Alvarenga*
 Diretor de Esportes: Gustavo de Souza Antunes
 Diretor de Comunicação: Flávio de Moraes Vasconcelos

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 Ferreira Malta/ Renato Soares Tostes/ Renato Vasconcelos Moreira da Rocha/ Vinicius Alvarenga

CONSELHEIROS EFETIVOS

Anderson Lemos/ Daniel Ladeira/ Flávio de Moraes Vasconcelos/ Flávio de Oliveira França/ Guilherme Zardo/ Gustavo Antunes/ Ivan Augusto Santos Drummond/ Juarez Távora de Freitas Júnior/ 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 Zhouri / Tânia Mara Pinto Darós

CONSELHEIROS FISCAIS EFETIVOS

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

CONSELHEIROS FISCAIS SUPLENTES

Hayala Nepomuceno Curto/
 Ricardo Alvarenga

(*) Também são Conselheiros Natos

OUVIDOR

Roberto Guimarães

JORNALISTA RESPONSÁVEL

Michelle Lao
 Registro Profissional: 13131-MG
 Complemento Comunicação

Fotografia: Larissa Fernandes, Maria Eduarda Araújo, Mariane Fernandes, arquivo do clube e colaboradores.

Projeto gráfico e diagramação:
 Michelle Lao, Larissa Fernandes, Mariane Fernandes, Maria Eduarda Araújo

É com a sensação de dever cumprido, que estamos entregando mais um mandato no Ginástico. Foi um triênio de muito trabalho e, mesmo com todos os desafios da pandemia, nossa gestão conseguiu colher excelentes frutos. Realizamos várias obras de reforma e benfeitorias, visando o bem-estar dos associados.

Regularizamos a situação cadastral do clube e conseguimos receber recursos públicos via Leis de Incentivo ao Esporte e Editais do Comitê Brasileiro de Clubes. Um passo fundamental na nossa caminhada esportiva. Com esses aportes, custeamos materiais e equipamentos esportivos; uniformes; participação em campeonatos - incluindo taxas de inscrições, hospedagens e passagens; transporte para os atletas e pagamento dos profissionais do esporte, desonerando a folha do clube.

A partir de parcerias, aumentamos as modalidades de competição. Além do basquete, atualmente, o clube é representado na natação e tênis de mesa. E, com os investimentos na infraestrutura e na equipe multidisciplinar, trouxemos resultados expressivos nas quadras e piscinas, colocando o Ginástico entre os grandes do país.

Finalizamos 2022 com dezenas de pódios conquistados. No tênis de mesa, nosso atleta João Ribeiro ficou em primeiro lugar no ranking brasileiro da categoria pré-mirim. Já pelo ranking do CBC, estamos em segundo lugar geral na modalidade masculina e em sexto na feminina. Na natação, junto aos parceiros Gota e Swimiti, nos consagramos entre as melhores equipes do estado e tivemos muitas conquistas nacionais. Nos quadros de medalhas



de torneios regionais, estamos sempre entre os primeiros.

E o basquete, também, fez uma excelente temporada! A equipe sub-15, foi vice-campeã brasileira e perdeu apenas uma partida no ano, na final. Somos o único clube do Brasil que subiu ao pódio nos três últimos Brasileiros, em categorias abaixo de 15 anos, o que reforça nosso DNA formador.

Na Semana Nacional dos Clubes, realizada em Foz do Iguaçu, no início de novembro, o Ginástico recebeu, pelo quarto ano consecutivo, a placa Top 100, uma honraria entregue aos clubes que se destacaram no ano. Além de, mais uma vez, ficarmos entre os 10 melhores do país, no concurso de Fotografia dos Clubes.

Com o Ginástico reconhecido nacionalmente no cenário esportivo e respeitado por todo segmento clubístico, desejo à nova diretoria uma gestão com muitas conquistas e realizações! Muito obrigado a todos que acreditaram e apoiaram nosso trabalho, durante essa jornada.

Um grande abraço, Ginastinos!
 E um Feliz 2023!

Adley Alves Pereira

GINÁSTICO ELEGE NOVA DIRETORIA

No dia 9 de novembro, foi realizada a eleição da Gestão Triênio 2023-2025 do clube. Com candidatura única e unanimidade dos votos, foi eleita a Chapa Fênix.

Respeitando o Estatuto Social do Ginástico, foi formada uma Comissão Eleitoral, responsável pelo comando do processo, designada pelo presidente. O processo de votação e apuração foram transmitidos, ao vivo, pelo YouTube do clube.

CHAPA FÊNIX	
DIRETORIA	Flávio de Moraes Vasconcelos (Presidente), Daniel Ladeira Batista (Vice-presidente), Vinicius Mendonça Alvarenga (Diretor Financeiro), Leonardo Antônio Correa da Rocha (Diretor Administrativo), Gustavo de Souza Antunes (Diretor de Esportes), Juliano Strutzki (Diretor Social), Renato Soares Tostes (Diretor de Comunicação e MKT), Sylvio Ferreira Malta Neto (Presidente do Conselho Deliberativo), Ricardo Moukhaiber Zhouri (Vice-presidente do Conselho Deliberativo), Marcus Vinícius dos Santos Moraes (Ouvidor).
CONSELHO DELIBERATIVO	Efetivos: Juarez Tavora de Freitas Junior, Marlon Almeida Borges, Manoel Pereira Galvão, Marcos Henrique Frauendorf Cenni, Mauricio Henrique Cristeli Lanza, Paulo de Faria Campos, Rafael Ladeira Malta, Rodrigo Ottoni da Silva Ferreira, Luc Jean Philippe Nader; Suplentes: Marcelo Francisco Cenni, Marcus Vinícius dos Santos Moraes, Miguel Roldão Saraiva, Oscarlina Barbosa Lemos de Moraes, Sônia Ferreira Malta, Soraya Moukhaiber Zhouri, Tânia Mara Pinto Dabés.
CONSELHO FISCAL	Efetivos: David Prado Pulino, Henrique Cançado Rolfes, Sérgio Soares Tostes; Suplentes: Hayala Nepomuceno Curto, Ricardo Alvarenga Teixeira, Rafael Vilela.

FLÁVIO DE MORAIS VASCONCELOS - PRESIDENTE

“As expectativas para a próxima gestão são as melhores possíveis! O clube está sanado financeiramente e com boas perspectivas de crescimento em seus pilares estatutários! Estamos elaborando um plano estratégico que está sendo o mais democrático possível. Tudo isso é bastante animador.”

DANIEL LADEIRA – VICE-PRESIDENTE

“A nova gestão tem por objeto a união, a valorização dos sócios e atletas, o estímulo à modernização e o crescimento do clube, tanto em estrutura quanto em números. Acredito que teremos muitos desafios, porém, com muita responsabilidade, comprometimento e sustentabilidade, defenderemos as conquistas das gestões anteriores e buscaremos alavancar ainda mais o clube, colocando-o em um patamar sonhado por todos.”

SYLVIO FERREIRA MALTA NETO – PRESIDENTE DO CONSELHO DELIBERATIVO

“O Ginástico, desde a sua fundação, sempre buscou, entre os seus associados, pessoas que compartilhavam do espírito ginástico, visando uma renovação do seu quadro de dirigentes. O tempo passou e vários de nós associados participamos da direção do clube com o espírito sempre voltado para as raízes e essência do Ginástico, deixadas pelos seus fundadores. Hoje, nova renovação se configura, sendo eleitos dois grandes ginásticos: o Presidente Flávio Vasconcelos e seu Vice Daniel Ladeira. Flávio, o Goiano, vem desempenhando várias atividades no clube e, principalmente, no Basquete, nosso carro chefe, onde ele e uma equipe profissional e competente vêm conseguindo resultados muito expressivos para nossa realidade. Flávio é um ginástico dedicado, amante do basquete, frequentador assíduo do clube, junto com sua família, e tenho certeza que o nosso clube estará em ótimas mãos neste mandato. Daniel, o Dani, talvez seja a mais importante renovação neste momento, tendo em vista a sua idade e sua liderança entre os mais jovens. Daniel foi criado dentro do clube e conhece muito bem sua realidade, conceitos e está pronto para ajudar na elaboração do projeto de futuro do Ginástico. Desejo à nova presidência muito sucesso.”



SEMANA NACIONAL DOS CLUBES

Entre os dias 31 de outubro e 2 de novembro, foi realizada em Foz do Iguaçu, no Paraná, a segunda edição da Semana Nacional dos Clubes. O evento, organizado pela FENACLUBES e pelo Comitê Brasileiro de Clubes, foi dividido em dois momentos: o Seminário Nacional de Formação Esportiva, que teve o objetivo capacitar profissionais para o programa de formação de atletas, e o Congresso Brasileiro de Clubes, direcionado aos dirigentes das agremiações.

A programação contou com palestras, mesas redondas, dinâmicas, debates e apresentações culturais. Na ocasião, o então presidente, Adley Pereira, recebeu a placa "TOP 100", que homenageia as agremiações que mais se destacaram no ano. É a quarta placa, consecutiva, conquistada pelo Ginástico.



Presidente do Ginástico recebe, pela quarta vez, a placa que homenageia os clubes destaques do ano.



Adley Pereira e sua esposa Verônica Pereira, na Semana Nacional dos Clubes.

No Concurso Nacional de Fotografia dos Clubes, mais uma vitória! Novamente, o clube se destacou e ficou entre os dez melhores do país. A foto, com o atleta do Tênis de Mesa do Ginástico, João Ribeiro, retrata o empenho na formação de atletas olímpicos. Com menos de dois anos investindo na modalidade, o número 1 do ranking brasileiro da categoria pré-mirim, é um atleta do clube.



Michelle Lao, coordenadora de comunicação, e Anderson Ayrolla, gerente administrativo, representaram o Ginástico no Seminário Nacional de Formação Esportiva.

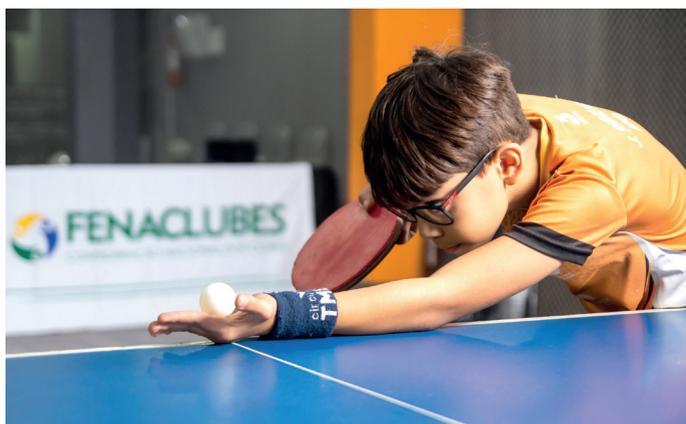


Foto do Ginástico, eleita uma das 10 melhores do Brasil, no Concurso Nacional de Fotografia dos Clubes 2022.

PROJETOS INCENTIVADOS

Em captação em 2022, o clube tem o projeto “Ginástico Formador de Talentos II” - número 2101798, pela Lei Federal de Incentivo ao Esporte, para ser executado em 2023. O projeto, aprovado para captação no valor de R\$ 2.368.264,84 (dois milhões trezentos e sessenta e oito mil duzentos e sessenta e quatro reais e oitenta e quatro centavos), contempla as modalidades de basquete, natação e tênis de mesa, proporcionando treinamento e participação em competições.



1 - ESTIME O VALOR QUE VOCÊ PODE DOAR

Você pode doar até 6% do seu Imposto de Renda devido. Utilize como referência sua última declaração de Imposto de Renda, verificando na aba resumo da declaração: “cálculo do imposto”.

OPÇÕES TAMBÉM PARA EMPRESAS: 1% DO IMPOSTO DEVIDO, LUCRO REAL.



2 - ENVIE SEUS DADOS PARA CADASTRO

Entre em contato com o Ginástico, informando seus dados (nome, CPF, endereço e telefone) e a quantia que deseja doar para o projeto Atletas de Basquete. Aguarde o retorno do Ginástico autorizando a realização do depósito.



3 - FAÇA O DEPÓSITO OU TRANSFERÊNCIA BANCÁRIA

Consulte os dados bancários da conta do projeto com o Ginástico.



4 - ENVIE O COMPROVANTE DE DEPÓSITO OU TRANSFERÊNCIA BANCÁRIA

Em seguida, o Ginástico enviará o recibo que deverá ser utilizado em sua próxima declaração de Imposto de Renda, na aba “Doações Efetuadas - Incentivo ao Desporto”. Pronto! Sem gastar nada, você terá contribuído com a formação de um atleta!



VOCÊ PODE CONTRIBUIR COM A FORMAÇÃO DE UM ATLETA SEM GASTAR NADA COM ISSO!

Destine parte dos recursos que você pagaria de Imposto de Renda ou aumente sua restituição de Imposto de Renda, contribuindo com o projeto esportivo social do Ginástico!

VÁLIDO SOMENTE PARA DECLARAÇÕES COMPLETAS!

Prazo final para doações: 30 de dezembro de 2022

CONFRATERNIZAÇÃO DOS COLABORADORES

Nos dias 20 e 21 de dezembro, a diretoria ofereceu um almoço aos funcionários do clube, atendendo as duas escalas de trabalho. Além de pizza, refrigerante e sorvete, cada colaborador ganhou um kit de assados, da casa de carnes *Ao Gosto*.



GRUPO



Presente nos segmentos de mineração, siderurgia, energia, silvicultura e automotivo, o **Grupo AVG** carrega uma história de **mais de 30 anos** de atuação em Minas Gerais. Desde seu nascimento, o Grupo investe em tecnologia e inovação, tendo o seu desenvolvimento e crescimento pautado em três pilares essenciais: social, ambiental e econômico.

São mais de 1600 colaboradores presentes nas cidades de Nova Lima, Sete Lagoas, Contagem, Sabará, Caeté, Ipatinga, Poços de Caldas, Montezuma, Buritizeiro, Várzea da Palma e Brumadinho que diariamente constroem nossa marca contribuindo com o desenvolvimento social e econômico de forma responsável, sustentável e contemporânea, honrando com a qualidade de nossos produtos e serviços.

Grupo AVG. Compromisso com você.



CUIDADOS COM A PELE NO VERÃO

Com a chegada do verão, é necessário redobrar os cuidados com a saúde da pele. Durante o período, com o aumento do número de atividades e eventos ao ar livre e uma maior exposição ao sol, é fundamental uma proteção adequada. Além do acréscimo dos raios UVB, mais fortes nesta época do ano, os raios UVA, que são contínuos e imperceptíveis, ampliam o desgaste da pele, com a produção de radicais livres: moléculas malélicas, que geram o envelhecimento da pele e provocam doenças, como o câncer.

De acordo com o dermatologista Lucas Miranda, membro da Sociedade Brasileira de Dermatologia, alguns cuidados são essenciais para nos resguardar da radiação. *“Passar protetor solar sempre pela manhã, principalmente a partir das 9h, e usar pelo menos até 16h, que é o período de maior índice de radiação, lembrando de reaplicar a cada três horas, ou até em intervalo menor, caso haja transpiração, imersão ou exposição prolongada à radiação solar. Se não for feita a reaplicação dentro do prazo, o efeito de proteção é perdido”.*



Foto: Freepik

O profissional reforça, ainda, que é necessário ficar atento à quantidade usada para a aplicação do produto. *“Negligenciar a quantidade correta vai comprometer a ação do protetor. A proporção adequada é de uma colher de chá para o rosto, incluindo pescoço e cabeça (caso essa fique descoberta) e três colheres de sopa para o corpo, uniformemente, nas regiões que ficam descobertas de roupa. Não é preciso passar*

protetor solar nas regiões que estão vestidas, mas ele deve ser usado em todas as partes do corpo que ficam expostas, descobertas, independentemente de estarmos ao ar livre ou dentro de casa, escritório etc. Importante, também, fazer uso de protetores de barreira caso vá ficar ao ar livre, principalmente na faixa de horário entre 9h e 16h, como sombrinhas, malhas com fator de proteção e chapéus.”

É necessário esclarecer que banho de sol é saudável e recomendado pelos profissionais da saúde, desde que feito com todos os cuidados de proteção. Além da produção de vitamina D, os raios solares atuam como antidepressivos e influenciam a produção de hormônios como a serotonina, responsável pelo bom humor. Porém, a exposição exagerada ao sol, além de provocar doenças, também pode causar insolação e queimaduras na pele, gerando vermelhidão intensa, ardor, fraqueza, tontura, dor de cabeça, calafrios, enjoo, entre outros sintomas.

“A insolação é quando o corpo humano alcança temperatura acima de 40 graus celsius, independentemente de haver ou não queimadura da pele. Assim, as medidas mais importantes incluem resfriamento da pele, que pode ser feito com banhos frescos e compressas de água fria e a medida mais importante é a hidratação oral abundante. Quando há queimadura da pele, é imprescindível incluir hidratação adequada. Existem, hoje, no mercado, hidratantes com algumas substâncias calmantes como extrato de aloe vera, alantoína, alfa-bisabolol, etc, que melhoram o ardor e o desconforto da queimadura. Já em alguns casos de queimaduras mais graves, podemos prescrever alguns cremes com corticoides para reduzir o processo inflamatório cutâneo”, explica a também membro da Sociedade Brasileira de Dermatologia, Dra. Marina Queiroz, que atende no Hospital Albert Einstein, em São Paulo.

Segundo dados do INCA – Instituto Nacional do Câncer, o câncer de pele é o de maior incidência no país. Contudo, para a médica, já existe um avanço nos hábitos da população brasileira em relação aos cuidados com a pele.

“Nos últimos anos, com as campanhas de conscientização do Ministério da Saúde e da Sociedade Brasileira de Dermatologia sobre os cânceres de pele, a população se tornou mais adepta à fotoproteção. Além disso, os protetores solares se tornaram financeiramente mais acessíveis e houve uma grande evolução na qualidade, nas texturas e nas apresentações dos protetores solares, o que facilitou o uso adequado pela população em geral e, principalmente, em públicos específicos como crianças e idosos.”

ESPORTE PARA TODOS

Aqui você encontra:



**PREFEITURA
BELO HORIZONTE**

**ESPORTE ESPERANÇA
ACADEMIA DA CIDADE**

Uma parceria
PBH e Ginástico



A Cedro Mineração é uma mineradora especializada na extração, beneficiamento e comercialização do minério de ferro, matéria-prima que sustenta a produção de diversos setores da economia nacional e mundial. Nossa atuação é pautada por investimentos significativos em tecnologia, pesquisa e desenvolvimento de produção sustentável com grande respeito ao meio ambiente para consolidar a empresa como referência do setor mineral brasileiro.

DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL

Desenvolvemos nossas atividades de forma sustentável. Investimos em tecnologia e inovação para aplicar as melhores soluções ambientais no processo de extração e beneficiamento do minério sem utilização de barragens, mantendo uma produção e crescimento sustentáveis.

PIONEIRISMO E INOVAÇÃO

Após a aquisição da Mina do Gama pela Cedro em 2020, fomos uma das primeiras mineradoras do estado a ter a sua antiga barragem de rejeitos descaracterizada pela ANM e investir em uma planta de filtragem de 100% dos rejeitos com posterior empilhamento a seco.

RESPONSABILIDADE SOCIAL

Responsabilidade social está no DNA da Cedro Mineração. Uma de nossas premissas é promover saúde, lazer e bem-estar para a comunidade. Por isso, desde sua criação, a empresa investe em projetos culturais, esportivos e sociais. Assim, a Cedro apoia, por meio de instrumentos de incentivo fiscal, mais de 40 projetos.

SEGUNDO MELHOR TIME DO BRASIL

Em 2022, a equipe sub-15 do Ginástico fez história! Subiu ao pódio em todas as competições disputadas e terminou a temporada com apenas uma derrota no ano. Invicto em Minas Gerais, o vice-campeonato Brasileiro, conquistado em outubro, no Rio de Janeiro, soma-se aos títulos Estadual e Metropolitano de Basquete.



A mesma equipe, em 2021, jogando pela categoria sub-14, também ficou invicta no estado, e perdeu apenas duas vezes na temporada, totalizando três derrotas em dois anos excepcionais.

“Esse grupo já vem jogando há um tempo. Nos últimos quatro Campeonatos Brasileiros, de categorias abaixo de 15 anos, tivemos presentes em três finais e alcançamos um terceiro lugar. Somos o único clube do Brasil que, abaixo de 15 anos, esteve entre os três melhores nas quatro competições possíveis: fomos campeões no sub-12, vice-campeões no sub-14, terceiro colocado ano passado e, neste ano, ficamos em segundo lugar. Isso representa muito para o Ginástico e

para o Basquete Mineiro. Estamos demonstrando, a cada ano, a nossa força e trabalho. Estamos consolidando e colocando cada vez mais o Ginástico em um patamar de formador de atletas. Nós temos uma responsabilidade ainda maior de fazer melhor nos próximos anos”, comenta Jefferson Louis Teixeira, treinador e gerente de basquete do clube.

Para o atleta Kauã Barros dos Santos, todas as conquistas refletem o bom trabalho desenvolvido pela equipe multidisciplinar do clube, mas subir no pódio do brasileiro, teve um gostinho especial: *“Estou muito feliz por ter conquistado essa medalha. Foi um fruto que a gente colheu pelo nosso trabalho duro, desde o começo do ano. O Ginástico nos ajudou com uma estrutura espetacular, uma comissão técnica maravilhosa e temos um time excelente. Eu também queria agradecer, pela oportunidade de jogar nesse clube, que tem muita tradição. Gostaria de agradecer ao meu técnico Jefferson pela confiança que colocou em mim”.*



RESULTADOS EXPRESSIVOS

Além da equipe sub-15, as outras categorias do clube também se destacaram na temporada, reforçando o DNA formador de atletas de basquete do Ginástico. No Campeonato Estadual, o time sub-14 conquistou o vice-campeonato, sofrendo apenas uma derrota na competição.



Equipe Sub-14 Vice-Campeã Estadual.

“Fiquei feliz com a nossa conquista. Apesar de não termos sido campeões, para mim, foi uma evolução se tratando de campeonatos da minha geração (2008). O Ginástico está sendo extremamente importante na minha formação. Toda estrutura e apoio dado pelo clube e comissão técnica são excelentes. A preparação do Ginástico é única, tanto física quanto tática. Aqui, somos treinados para chegar ao mais alto nível do basquete”, comemora Bernardo Nunes da Silva, atleta do time sub-14.

Também subiram ao pódio no Estadual, os times sub-13, que ficou com a prata, e sub-12, que levou o bronze.



Equipe Sub-13 prata no Estadual.

“Depois de ficar em terceiro no Campeonato Metropolitano, começamos o Campeonato Estadual com a certeza de que iríamos mudar a medalha. Já no primeiro jogo ganhamos do Minas de 22 pontos de diferença. A equipe continuou evoluindo durante o campeonato, ganhando outros jogos e no final ficamos com a medalha de prata coroando nossa evolução”, comenta Wilson Félix, o Rappa, técnico do time sub-13.

Segundo o treinador da equipe sub-12, José Mário Valério, a conquista é importante para essa categoria, onde o time está sempre recebendo novas crianças. E é ao longo do ano, que os treinamentos preparam os garotos em potencial para vencerem os jogos. *“É apenas questão de tempo para que esse amadurecimento aconteça. As outras equipes jogaram com a maioria dos garotos no ano passado e nós tivemos poucos com essa experiência. Saímos muito atrás. No finalzinho do ano, conseguimos igualar as demais equipes, com vitórias e com chances de ganharmos dos adversários. Foi uma temporada difícil por esse entendimento, mas exitosa na evolução e amadurecimento dos garotos! Acredito que o clube tem a percepção e compreensão do processo da formação de uma equipe a longo prazo. Poder perceber de onde saímos e aonde chegamos, na minha opinião, é o que mostra o verdadeiro trabalho da formação”.*

Outro bronze veio com a equipe sub-16, no Campeonato Mineiro Metropolitano. Mesmo com a maior parte dos atletas sendo de uma categoria inferior, o Ginástico venceu o Olympico na disputa pelo terceiro lugar e subiu ao pódio.



Equipe Sub-12 bronze no Estadual.

BASQUETE

“Foi uma conquista significativa pra gente, pois foi um campeonato em que participamos com, praticamente, 80% da equipe sub-15. Temos apenas 4 jogadores sub-16. Entre eles, meninos que estão iniciando agora. Fizemos um campeonato com jogos duríssimos. E a disputa pelo bronze, na casa do adversário, foi contra uma equipe que tem somente jogadores sub-16. Então, foi uma conquista muito especial pra gente”, lembra o treinador Jefferson Louis Teixeira.



Equipe Sub-14 Vice-campeã do Metropolitano.



Equipe Sub-15 Campeã do Metropolitano.



Equipe Sub-16 é bronze no Campeonato Mineiro Metropolitano.

CONHEÇA UM ATLETA DO GINÁSTICO

Nome: Davi Lucas

Categoria: Sub-13, Sub-14

Posição: Pivô



Como e quando começou a se interessar pelo basquete: tudo começou com o incentivo do meu primo Igor. Ele mandou o anúncio de inscrição do Minas Tênis Clube, pois, segundo ele, eu sou um menino muito “atentado” e cheio de energia. Minha tia e minha mãe me inscreveram. Eu fui, fiz as três etapas e passei. Fiquei treinando um tempo lá e depois o clube me dispensou. Eu já estava começando a gostar do basquete, porque nunca tinha jogado até fazer o teste. Então, minha mãe começou a procurar na internet onde eu poderia continuar a treinar e achou o Ginástico. Ela ligou e vim fazer o teste. No mesmo dia, já me deram o uniforme e fui para casa super feliz. Estou aqui há oito meses, mega feliz e satisfeito com a oportunidade que me deram. Obrigado, Rappa! Você foi o meu mentor, confiou em mim, e hoje só tenho mais e mais vontade de seguir em frente. Vou ser um profissional e não esqueci de falar de você na minha primeira entrevista.

Meta profissional: meu objetivo com o basquete é chegar ao profissional. Porém, antes, quero trazer o título do Brasileiro 2023 para o Ginástico, o clube que me recebeu de braços abertos e confiou em mim. Vou ser sempre grato, pois não me deixou desistir, sempre tive incentivo dos técnicos e treinadores. Comecei com o Rappa, agora vou treinar com Jefferson e sei que só depende de mim para chegar no topo do basquete (NBA).

Ídolo do esporte: Ja Morant, simplesmente porque acho ele o melhor armador da NBA.

Momento marcante no esporte: participei do Campeonato Metropolitano e do Estadual Sub-13 neste ano de 2022. O momento mais marcante foi no Campeonato Estadual, quando ganhamos o jogo contra o Minas Tênis Clube.

QUADRO DE RESULTADOS**SUB-12**

Jogos: 19
 Vitórias: 3
 Derrotas: 16
 3º Lugar Estadual
 4º Lugar Metropolitano

SUB-13

Jogos: 12
 Vitórias: 5
 Derrotas: 7
 2º Lugar Estadual
 3º Lugar Metropolitano

SUB-14

Jogos: 14
 Vitórias: 9
 Derrotas: 5
 2º Lugar Estadual
 2º Lugar Metropolitano

**SUB-15**

Jogos: 21
 Vitórias: 20
 Derrotas: 1
 2º Lugar Brasileiro
 1º Lugar Estadual
 1º Lugar Metropolitano

SUB-16

Jogos: 21
 Vitórias: 7
 Derrotas: 14
 4º Lugar Copa Sul-Americana
 4º Lugar Estadual
 3º Lugar Metropolitano

SUB-17

Jogos: 14
 Vitórias: 3
 Derrotas: 11
 14º Lugar Brasileiro (24 Clubes)
 5º Lugar Metropolitano
 (Não teve disputa de Estadual)

ATLETA DO GINÁSTICO É CAMPEÃO SUL-AMERICANO

Nicolas Csonka, atleta do clube, conquistou o ouro com a Seleção Brasileira no Campeonato Sul-americano Sub-15 de Basquete. A competição foi realizada entre os dias 16 e 20 de novembro, em Buenos Aires, na Argentina.

“Ser convocado para a Seleção Brasileira é uma grande emoção. É uma grande honra estar representando essa camisa, estar entre os melhores do país. Ser Campeão Sul-Americano é, sem dúvida, um sonho realizado, uma grande conquista e mais um título importante para o meu



BASQUETE

currículo. Esse resultado vem para confirmar que todo esforço e dedicação valeu a pena, e faz com que eu me motive cada vez mais para continuar evoluindo como atleta e ser melhor todos os dias.

Essa conquista é fruto de muito trabalho e muita dedicação da minha parte e de toda equipe do Ginástico, e comprova que o clube é capaz de formar bons atletas a nível de Seleção Brasileira e merece destaque. Eu desenvolvi bastante quando vim jogar no Ginástico. Meu técnico, Jefferson Teixeira, soube desenvolver minhas habilidades e competências. A equipe está muito comprometida, com a nossa evolução, vamos continuar trabalhando duro para alcançarmos mais vitórias”, celebra.

Nicolas foi o único atleta de Minas Gerais que ficou entre os 12 selecionados para viajar para a Argentina e disputar o torneio. O então diretor de basquete do Ginástico, Flávio Vasconcelos, também comentou a conquista: “Nicolas é um garoto muito dedicado e que teve um acompanhamento de perto do técnico Jefferson. A soma desses dois fatores: dedicação, com acompanhamento de um dos melhores técnicos de base do país, resultou na consagração

do atleta e nossa também! Estamos muito orgulhosos deste resultado!”



2023 PROMISSOR

Visando a próxima temporada, o Ginástico realizou, em dezembro, uma seletiva de atletas de basquete. Com presença recorde, o clube reuniu 320 crianças e adolescentes no Centro de Treinamento, do bairro Buritis, em busca de uma vaga nas equipes de competição. Destas, 23 foram selecionadas para 2023.



BASQUETE



O Grupo Via apoia o **Projeto Basquete para Todos!**

#OrgulhodeSerGrupoVia

Via Jap
MITSUBISHI MOTORS SEMPRE O MELHOR NEGOCIO

Via Natsu
SUZUKI

UM TÍTULO INESQUECÍVEL

Ivan Drummond

Era uma segunda-feira. Não sei porque nesse dia não tive trabalho e nem fui à aula. Aliás, não fui só eu, mas eu e mais um monte de amigos. O combinado, depois de um final de semana de ansiedade, pois a era o dia de jogo, de decisão, Ginástico x Minas. O jogo que valia título. E todo mundo vivia intensamente aquela partida. Desde 72 o Ginástico não era campeão.

Mas dessa vez, tínhamos certeza. Afinal de contas, além de Bruno Ladeira, Vinicius, Túlio, Xande, Ricardão, Marcelo Geni, Vaquita, Joel, Adley e Geraldo Bordanelli, o Ginástico tinha Gersão e Luiz Gustavo, que tinha chegado, no início daquele ano, do rival.

E por conta disso, houve a concentração antes do jogo, não do time, mas da torcida. Lá estávamos, eu, Roberto e Renato Malta. Pateta, Feijão, Dênis, Zinho, Fuinha, Guiga, Godô, Pauloca, Ismael. Pena que a maioria saiu do clube. Foi concentração o tempo todo, desde a manhã, até o início da noite, quando o grupo seguiu para o Minas. Teve um ingrediente, que contarei depois, um episódio, que pesou naquela noite.

Chega a hora do jogo. A torcida do Ginástico estava enorme, como nunca. Ocupou um lado do ginásio do Minas, o da entrada, da Rua da Bahia. E como jogou naquele dia. Estava junto com o time. Gritou e incentivou o tempo todo.

No banco, além dos 12 jogadores, Elmon tinha problemas, pois um jogador contratado para a temporada, não podia jogar. Eugênio Anastasia. Ele tinha jogado o Metropolitano pelo adversário e naquela época, pelo regulamento, quem jogasse qualquer competição por um clube, não poderia jogar por outro. Era o chamado estágio. Adley, que estava no banco, também não estava cem por cento.

Começa o jogo. Fim de primeiro tempo e o Ginástico perdia por 18 pontos. Elmon decide então mandar à quadra um time diferente. Ele tinha chegado a colocar, de uma vez, três pivôs em quadra, Luiz Gustavo, Ricardão e Gersão, de uma só vez, pensando nos rebotes.

E para voltar para o segundo tempo, começa com Bruno, Túlio, Xander, Luiz Gustavo e Ricardão. Deu certo. O Ginástico igualou o placar. Tinha uma vantagem de um ponto, quando um jogador do Minas, Campolina, escapa e vai para a bandeja, mas recebe falta.

Faltavam alguns segundos e ele teria dois arremessos. Se os acertasse, haveria tempo para mais um ataque? Era o que todos perguntavam. Pois ele arremessa o primeiro e converte. O jogo está empatado. Vai para o segundo lance livre e erra. O jogo está empatado. Não há tempo pra mais nada. Vai haver prorrogação.

E na prorrogação, o Ginástico deu um show. Bruno, Marcelo, Xande, Vinicius, Túlio, Ricardão, Luiz Gustavo, Vinicius, Vaquita, Joel, Adley, Geraldo, uma combinação perfeita, comandados por Elmon. Ganhou uma vantagem enorme. Mais de 10 pontos.

A festa começou ali, mesmo, dentro do Minas. E seguiu no Ginástico. Cacá, ex-armador, que ainda era menino, escalou a estátua de Milton Campos e enfiou uma camisa do "G de Prata" na sua cabeça. A festa foi até o amanhecer. E quando o dia nasceu, muitos carros paravam, com motoristas curiosos para entender o que era aquela camisa na cabeça do Milton Campos.

Ginástico, Ginástico, muitas vezes campeão.

ENTRE OS MELHORES DO BRASIL

Temporada de muitos pódios e conquistas na natação do Ginástico! Para encerrar o ano com chave de ouro, o clube se destacou nos torneios nacionais que disputou, no último trimestre de 2022.

No Campeonato Brasileiro Infantil de Verão, realizado entre os dias 29 de novembro e 3 de dezembro, em Belém/PA, a equipe Ginástico/Swimiti conquistou os dois segundos melhores tempos do país. Os atletas subiram ao pódio três vezes, para receber duas medalhas de prata e uma de bronze: Maria Eduarda Paulo foi vice-campeã nos 200m peito e levou o terceiro lugar nos 100m peito, pela categoria Infantil 2; e Vítor Baltazar foi o segundo do Brasil nos 200m borboleta.



“A sensação de ser um dos dois melhores do Brasil nos 200 metros borboleta é incrível. Depois de treinar 6 meses para essa prova, é algo que não é possível colocar em palavras. Reparar a minha evolução é algo que aumenta a minha confiança e a do grupo, pois mostra que o treino da nossa técnica é um dos melhores do Brasil. O Campeonato Brasileiro de Verão é a competição de categoria mais forte do ano, em que os atletas geralmente atingem suas performances mais altas. É sempre uma honra e algo de se orgulhar. O Ginástico é a ponte que liga todos os meus treinos com meus resultados, pois sem o clube nada disso seria possível. A estrutura para os treinos, a equipe, é algo que faz com que eu tenha vontade de participar e orgulho de ser parte do clube”, comemora Vítor Baltazar.



NATAÇÃO

No final de novembro, também foi realizado o Campeonato Brasileiro Juvenil de Verão, em Recife-PE. O atleta do clube Yonathan Coehn ficou com o quarto melhor tempo do país, nos 200m costas, pela categoria Juvenil 1.



“Me senti extremamente feliz com esse resultado. Uma prova em que não melhorava meu tempo desde o meio do ano. Consegui abaixar expressivamente (3 segundos) meu tempo e isso foi muito gratificante. Um resultado do esforço diário. As minhas expectativas para 2023 são as melhores possíveis! Acredito que junto à minha técnica Miti e essa equipe maravilhosa conseguimos excelentes resultados. Minha dedicação será ainda maior e meus objetivos serão mais desafiadores. “Vamos pra cima”, que o ano promete!”



Já no Campeonato Brasileiro Júnior de Verão, realizado no Rio de Janeiro, entre os dias 6 e 10 de dezembro, o Ginástico/Swimiti teve o sexto melhor tempo na prova de 100m Borboleta Júnior 2, com o atleta Ezequiel Neiva.

“Fiquei com um sentimento de superação, pois passei por um período difícil na natação ao longo

dos últimos anos, mas esse ano, juntamente com o Ginástico e a Miti, consegui retornar ao alto nível da natação nacional. Foi muito emocionante e de extrema importância, pois já havia 3 anos em que não chegava a uma final de Campeonato Brasileiro e melhorava os meus tempos. E sim, o Ginástico teve um grande papel nesse processo, nos oferecendo parte de sua estrutura e os profissionais (Miti e Ana), que trabalham para que busquemos os melhores resultados possíveis.”



TORNEIOS REGIONAIS

Em novembro, a equipe Ginástico/SWIMITI conquistou cinco medalhas no Mineiro Juvenil e Júnior: três de ouro, uma de prata e uma de bronze.

Yonathan Coehn foi o campeão dos 200m medley e 200m costas da categoria Juvenil 1. Disputando pela categoria Júnior 2, Ezequiel Neiva venceu a prova dos 100m borboleta e dividiu o pódio com Henrique Baltazar, que ficou em terceiro. E João Lucas Aragão, nadando pelo Juvenil 1, teve o segundo melhor tempo do estado nos 200m livre.

“Os campeonatos mineiros servem de preparação para os nacionais. Estavam em meio à preparação forte, tanto na água quanto na preparação física. Alguns resultados superaram as expectativas! Com isso, mais confiança que estávamos no caminho. O processo é o mais importante. Competição é consequência”, comenta a técnica Adriana Mitidieri.



No Campeonato Mineiro Open, também realizado em novembro, no Minas Tênis Clube, o clube conquistou 10 pódios!

Yonathan Coehn, campeão Juvenil 1, foi ouro nos 200m medley, 200m medley absoluto, 800m livre, 400m medley e, ainda, conquistou o bronze nos 400m livre da categoria. João Lucas Aragão, também pelo Juvenil 1, foi prata nos 400m livre.

Pelo Juvenil 2, Henrique Baltazar levou o bronze nos 200m peito e nos 200m borboleta absoluto. E Ezequiel Neiva, Júnior 2, levou o ouro nos 100m costas.



FESTIVAL SUDESTE MIRIM E PETIZ

A equipe Gota/Ginástico fez bonito na competição e conquistou o terceiro lugar geral no quadro de medalhas. O torneio aconteceu entre os dias 21 e 23 de outubro, em Vitória, no Espírito Santo. Ao todo, foram oito medalhas de ouro, cinco de prata e duas de bronze.



A atleta do clube Anita Choucair Villela Junqueira, de 9 anos, subiu seis vezes no lugar mais alto do pódio: *“Ganhei 6 medalhas de ouro! Gosto dos treinos do Gota/Ginástico, dos treinadores... me divirto treinando! Amo fazer o que eu faço! Gostei muito de participar do Sudeste, porque é um campeonato muito forte, a gente nada contra grandes clubes como Flamengo, Corinthians, Fluminense e tive a chance de provar que estou em condições de disputar com qualquer um deles e ter resultados excelentes. Estou muito feliz de ter ganhado as medalhas, mas mais feliz ainda de ter batido os recordes do Gota/Ginástico, que eram de grandes atletas da minha categoria.”*

Segundo o técnico principal da equipe, Rodrigo Belisário, o direcionamento dos treinos dos atletas, faz diferença nos torneios. *“Esse resultado no quadro de medalhas mostra que o trabalho da nossa equipe é voltado, principalmente, para o aprimoramento técnico e a base aeróbica, que tem sido trabalhada ao longo de todo o ano. Também estão sendo preparados para um programa que vai muito além das categorias de base. O objetivo é formar atletas olímpicos, que possam seguir sua carreira dentro da natação.”*

CONHEÇA UM ATLETA DO GINÁSTICO



Nome: Cecilia Russi

Categoria: Petiz I

Como e quando começou a se interessar pela natação: a natação faz parte da minha vida desde os meus oito meses de vida, quando comecei a nadar no Gota. Após muito esforço nos treinos, entrei para a equipe.

Meta profissional: conseguir me diferenciar dos outros e dar o meu melhor para o futuro, quem sabe virar atleta olímpica. Gota/Ginástico tem um jeito inexplicável de ensinar e acolher ao mesmo tempo, com os técnicos Ana, Rodrigo e Diego sempre nos apoiando. A diretoria do clube também nos ajuda muito.

Ídolo do esporte: o meu ídolo é o Vinicius Lanza, já que ele nadou, quando pequeno, pelo Gota, e hoje é uma figura muito importante para a natação.

Momento marcante no esporte: o que mais me marcou foi na competição do final de novembro, o Torneio Metropolitano, já que consegui as minhas primeiras medalhas individuais. Comecei a competir este ano.



Nome: Davi Neiva

Categoria: Junior II

Como e quando começou a se interessar pela natação: desde pequeno, sempre me interessei por natação e pelo esporte, treinando desde cedo. O Ginástico foi um clube que me acolheu quando precisei, sendo que escolhi ir para lá muito por conta da treinadora Miti, que é uma técnica incrível, que já esteve comigo em outros anos.

Meta profissional: estar sempre melhorando a cada dia, com melhores resultados e classificações. O Ginástico tem me ajudado muito a conquistar esses objetivos.

Ídolo do esporte: o Michael Phelps é um nadador que me inspira, por sua vontade de vencer e por sua história.

Momento marcante no esporte: acredito que as vezes que subi no pódio foram as mais marcantes, representando o clube.

METROPOLITANO MIRIM E PETIZ

1º lugar no quadro de medalhas da competição, que foi sediada pelo Ginástico, nos dias 10 e 11 de novembro. Além do clube, participaram do campeonato os times Albatroz, Jaraguá, Mackenzie, Minas Tênis Clube e Olympico.

Nossa equipe conquistou 22 medalhas de ouro, 13 de prata e 7 de bronze! *“A competição foi excelente. Nossa equipe nadou muito bem em casa, pelo fato de já treinarmos na piscina. Com a chegada dos novos blocos oficiais, toda equipe melhorou bastante suas marcas. Sedar essa competição foi muito importante para a nossa equipe e para o Ginástico, pois mostra que estamos no caminho correto e que os investimentos feitos através dos projetos estão dando bons frutos. Hoje podemos dizer que o Ginástico tem um destaque muito grande no cenário mineiro e tem sido referência no trabalho das categorias de base para todo o Brasil”*, avalia o treinador Rodrigo Belizário.



GINÁSTICO REPRESENTA A SELEÇÃO MINEIRA DE NATAÇÃO

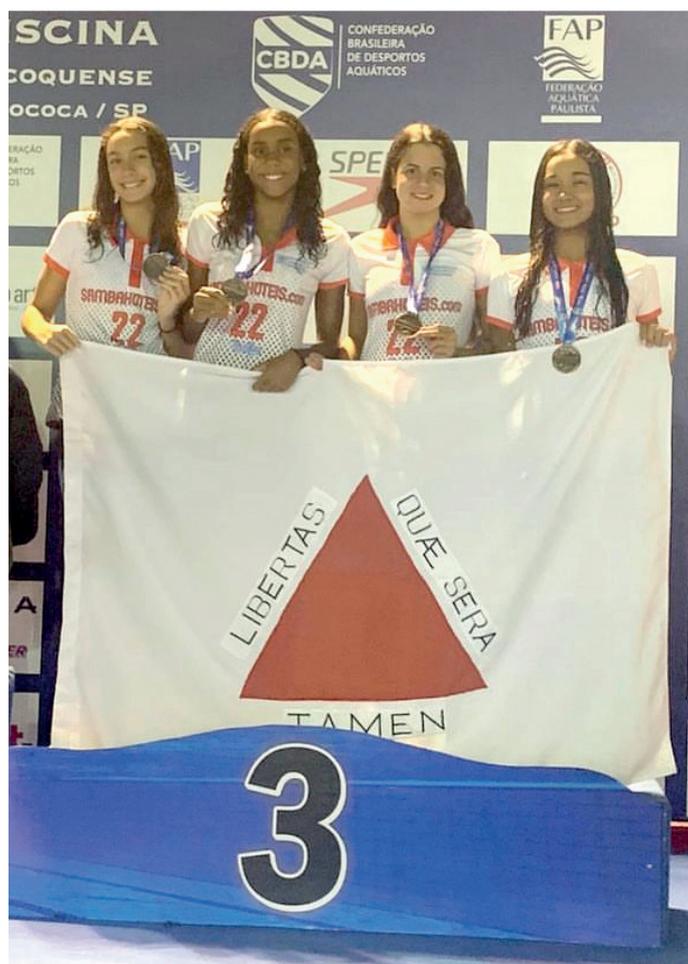
Três atletas do clube, representaram o estado no Troféu Chico Piscina, realizado entre os dias 10 e 13 de outubro, em Mococa, São Paulo. Minas Gerais alcançou a terceira posição geral na tabela, depois de ser vice-campeã na categoria Juvenil e 3ª colocada na categoria Infantil.

Pela categoria infantil, Vitor Silva Baltazar conquistou a prata no revezamento 4x100m medley e o bronze no revezamento 4x100m livre. Maria Eduarda de Paulo levou três medalhas de bronze: no revezamento 4x100m medley, revezamento 4x100m livre e 100m peito. E Bruno Mansur Gontijo foi vice-campeão nos 4x100m medley.

“Ginástico em Mococa foi extremamente significativo, por ser o primeiro ano de projeto. É considerado um campeonato internacional, tendo em vista a participação de estrangeiros. E tivemos três atletas representando Minas Gerais, em um torneio com nível alto, onde estão os melhores Infantis e Juvenis. Para um atleta fazer parte da Seleção de Minas ele precisou estar entre os 8 meninos e/ou meninas do estado” explica Adriana Mitidieri, treinadora do clube.

Para a atleta Maria Eduarda de Paulo, a participação no torneio, foi uma oportunidade inesquecível: *“minha sensação por ter representado a Seleção Mineira na competição é de gratidão e vontade de representar mais o meu estado e, futuramente, o meu país. A competição é indescritível! Ter conquistado 3 medalhas foi importante para eu ganhar confiança e ver que o processo está acontecendo da maneira certa.”*

NATAÇÃO



MR
MINERAÇÃO

Workshops realizados pela MR em 2022 levam aprimoramento e capacitação para o terceiro setor



Em 2022 a MR Mineração realizou sete Workshops em parceria com a empresa Convergente e a Associação de Desenvolvimento Econômico de Santa Bárbara (Adesb). As atividades foram desenvolvidas em Barão de Cocais e na comunidade de São Gonçalo do Rio Acima. Com diversos temas que contribuiriam na formação de empreendedores, de organizações sociais e instituições que compõem o terceiro setor, os workshops possibilitaram informações de relevância para a elaboração, gestão e captação de recursos para projetos.

Confira a matéria completa em nosso site www.mrmineracao.com e siga nossas redes sociais [f](#) [i](#) [@mrmineracao](#)

MELHOR ATLETA PRÉ-MIRIM DO BRASIL

João Ribeiro é o nome dele!

Com oito anos de idade, João é o melhor atleta ranqueado no país no tênis de mesa. Só em 2022, foram 6 títulos e um vice-campeonato na categoria pré-mirim e, ainda, dois títulos e um terceiro lugar jogando em categorias acima. São eles: vice-campeão Brasileiro - São Paulo; campeão TMB Platinum de Uberlândia/MG e Maringá/PR; campeão TMB Challenge Plus do Rio de Janeiro/RJ, Maringá/PR, Cruzeiro/SP e Concórdia/SC; campeão mirim na 2ª etapa do Mineiro e quarto lugar na etapa do super pré-mirim; terceiro colocado no TMB Platinum, no Rio de Janeiro, disputando a categoria super pré-mirim.

“Me sinto feliz com as vitórias! O Ginástico tem me ajudado na minha preparação e essa ajuda é muito importante para meu desenvolvimento como atleta. Toda conquista é um aprendizado. A gente vê o que foi bom, o que precisamos melhorar. É bom sempre fazer uma avaliação. Me ajuda a evoluir sempre”, celebra o atleta.

No dia 12 de dezembro, em São Paulo, João Ribeiro recebeu uma honraria da Confederação Brasileira de Tênis de Mesa, o consagrando como melhor atleta do país em sua categoria, em 2022.

“Para o clube, ter um atleta se destacando a nível nacional é muito importante para avançar com o projeto do Tênis de Mesa e serve de espelho

para outros atletas que querem iniciar a praticar o esporte com foco em competição”, comenta Juliano Strützki, diretor de Tênis de Mesa do Ginástico.



BRONZE NO PARALÍMPICO

No Campeonato Brasileiro Interclubes de Tênis de Mesa, realizado em São Paulo, no dia 10 de dezembro, mais uma atleta do Ginástico subiu ao pódio. Mariana Castilho fez bonito e foi a terceira melhor do país no paralímpico, classe 6.

“Se tivesse uma palavra para descrever minha sensação ao conquistar a medalha de bronze no campeonato seria felicidade. Chegar ao pódio da principal competição nacional de Tênis de Mesa é o início da realização de um sonho e mostra que é possível chegar ainda mais longe”, comemora a atleta.



CAMPEONATO MINEIRO

Confirmando o favoritismo nas categorias até 13 anos, o Ginástico conquistou 19 pódios no Campeonato Mineiro de Tênis de Mesa 2022! Realizado no dia 26 de novembro, no Centro de Treinamento do clube, os atletas somaram seis medalhas de ouro, seis de prata e 7 de bronze, com destaque para Manuela Lemos Lage, que foi campeã mineira na categoria Pré-Mirim.

A estagiária do tênis de mesa do clube, Rafaella Parreira de Andrade, conta como foi o treinamento dos atletas durante a temporada. *“Com o passar dos meses pude perceber o quanto eles aprenderam e evoluíram suas habilidades para o tênis de mesa. Cada atleta vai aos treinos de acordo com a disponibilidade, de 2 a 5 vezes por semana. Sempre é feito um preparo físico, aquecimento e treinos técnicos, táticos, de reação e momento de jogo.”*

Alessandro Del Prete, pai da atleta Laura Del Prete, comemorou o título da filha no estadual e reconheceu a importância do clube, na conquista do resultado: *“acho que o Ginástico, hoje, oferece uma das melhores estruturas para o tênis de mesa em Minas Gerais! O apoio que o clube está dando também está sendo fundamental para o desenvolvimento da Laura como atleta e cidadã! Foi uma satisfação muito grande ver a Laura sendo campeã mineira infantil, logo em sua primeira competição com a camisa do Ginástico!”*

Maria Fernanda Azevedo Zardo, de 9 anos, também subiu ao pódio ao conquistar o bronze

no Campeonato Mineiro. *“Fiquei muito feliz em saber que eu consegui uma medalha, depois de ficar 10 meses sem jogar tênis de mesa. Fiquei muito feliz por ter participado e ter voltado a treinar. Acredito que o Ginástico seja um bom lugar para treinar e contribui muito para mim como atleta. O clube tem ótimos treinadores, eles sempre me apoiam e me ajudam a continuar jogando.”*





CONHEÇA UM ATLETA DO GINÁSTICO/360TT

Nome: Laura Del Prete

Categoria: Infantil



Como e quando começou a se interessar pelo tênis de mesa: quando fazia parte de uma equipe de natação, jogava pingue pongue nos intervalos com os meus colegas e assim fui me interessando pelo esporte. Com o incentivo do meu pai, comecei a treinar em uma academia de tênis de mesa até vir para o Ginástico, que penso ser hoje o clube com maior potencial em Minas para o desenvolvimento desse esporte.

Meta profissional: minha meta, hoje, é ganhar uma etapa do Circuito Brasileiro de Tênis de Mesa. O Ginástico me dá todo o apoio e a infraestrutura necessária para isso!

Ídolo do esporte: Bruna Takahashi, pois ela se destacou logo nas categorias de base, se tornando campeã mundial sub-15.

Momento marcante no esporte: participei do Campeonato Mineiro pelo Ginástico e me sagrei campeã da categoria Infantil.

ACOMPANHE O GINÁSTICO NAS REDES SOCIAIS



@esportclubeginasticobh



@esportclubeginasticobh



(31) 9659-8063



www.ginastico.com.br

CONFRATERNIZAÇÃO GINASTINA

Despedindo de 2022! No primeiro sábado de dezembro, o Ginástico promoveu uma confraternização de final de ano, entre os associados. Com um cardápio especial e chopp gelado, os presentes aproveitaram o dia, ao som do DJ Juninho.

E até o Papai Noel participou da festa! O bom velhinho visitou o clube, distribuiu lembrancinhas e alegrou a meninada!



REGRAS PARA AQUISIÇÃO DE CONVITES:



VENDA DE CONVITES:

- Segunda a sexta: de 09h às 17h.
- Sábado, domingo e feriado: de 09h às 13h.

*Adiante o processo pelo whatsapp: 9 9384-0033

*Programa-se, pois após estes horários, não é possível a entrada sem convites.



ACESSO:

- Exclusivo pela portaria da Av. Afonso Pena.
- O convidado deverá estar acompanhado do sócio.
- Os convidados não têm direito ao uso do estacionamento.
- Os porteiros não têm autorização para liberar o acesso aos convidados.
- Um mesmo convidado poderá vir ao clube apenas uma vez por mês.
- Apresentação de documento obrigatória.

Nossa energia (VERDE E RENOVÁVEL) impulsiona a vida!

A Usina Colorado é uma das empresas do setor sucroenergético que doam energia renovável, produzida a partir da biomassa da cana-de-açúcar para o Hospital de Amor.

No ano de 2021, o Hospital de Amor foi responsável pelo atendimento realizado de forma 100% gratuita a 274.683 pacientes de 2.596 municípios de todos os estados do país

Desde 2018, a Usina Colorado tem sido responsável pela doação de 3.500MWh, que corresponde a cerca de R\$ 200 mil a cada ano.

GRUPO
colorado
colorado



AVISOS E NORMAS

▶ CONVITES

Crianças até 06 anos: não pagam

Crianças de 07 a 11 anos: R\$ 15,00

Acima de 12 anos: R\$ 40,00

A partir do terceiro convite: R\$ 60,00

Os convites são vendidos apenas para cotas familiares, que devem fazer a solicitação pessoalmente, na secretaria do clube.

O mesmo convidado só poderá frequentar as dependências do clube uma vez por mês.

▶ 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. Espaço sujeito a lotação.

▶ 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 Gota D'água: 30% em natação para bebês e 50% nas demais modalidades.

▶ CONTATO:



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



secretaria@ginastico.com.br
secretaria2@ginastico.com.br
ginastico@ginastico.com.br



www.ginastico.com.br



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

