

revista do

nº 223 • Abril de 2024 • ano XIX

minas

Educação para todos

Cursos Esportivos
e Artísticos
e Academia
promovem o
bem-estar de
toda a família
minastense
páginas 20 a 23



ÚLTIMAS UNIDADES!

PRO



A VIDA SEMPRE PEDE PAISAGEM.

JARDINS156

O SEU CONDOMÍNIO
DE CASAS NO **BURITIS**.

jardins156.com.br

FALE COM UM CONSULTOR
E AGENDE UMA VISITA:
(31) 99281-0084

ESTANDE DE VENDAS:
R. HENRIQUE BADARÓ
PORTUGAL, 317 | BURITIS

**3 QUARTOS
COM SUÍTE**

**ÁREAS PRIVATIVAS
DE 148m² A 202m²**

2 VAGAS

**LAZER
COMPLETO**

**QUADRA DE
BEACH TENNIS**

PET PLACE

**ENTRADA
FACILITADA** 

**MENSAIS A PARTIR DE
R\$ 8.500,00***

*consulte condições.

AV. JOSÉ DE OLIVEIRA VAZ, 156. 

As imagens contidas nesta peça têm caráter exclusivamente ilustrativo e artístico, para divulgação do empreendimento, por se tratar de um bem ainda a ser construído. Memorial de Incorporação registrado junto ao Cartório do 10º Ofício RIBH sob o nº R-4, da matrícula 162.694.

Piscina aquecida adulto e infantil



Academia



Portaria 24 Horas



JANEIRO

UMA EMPRESA DO GRUPO MIP



RAMON BITTENCOURT



10



38



24

8 Resultado positivo
Pesquisa aponta índice de 9,2 de satisfação dos sócios

10 Luxo em 4 dimensões
Salões de Festa comportam eventos luxuosos e se adaptam às necessidades dos locatários

24 Inclusão educacional
Escola de Esportes MTC celebra 20 anos de criação

30 Literatura no palco
Letra em Cena tem edição especial no Teatro, em abril

32 Festa das Mães
Em caráter excepcional, evento é realizado no Minas Náutico

38 No pódio da matemática
Três atletas da base ganham medalha de bronze em olimpíada na Tailândia

42 Gigantes no Esporte
Arthur Bento é primeiro personagem de nova websérie do Clube

Mensagem do Presidente. **5** Expediente. **6** Seu Patrimônio. **12** Minas Tênis Solidário. **14** Minas Náutico. **16** Saúde e bem-estar. **18** **26.**Cultura **31.**Cabeça de Prata **33.**Lazer **52.**Notas **54.**Cenas **58.**Memória

Esportes

40 Vôlei Feminino**44** Basquete**45** Futsal**46** Judô**47** Natação**48** Ginástica de Trampolim**49** Ginástica Artística**50** Tênis**51** Lei de Incentivo



Caros minastenistas,

O pilar Educação é o grande destaque da matéria de capa deste mês. A formação educacional por meio dos Cursos Esportivos e Artísticos e a qualidade de vida proporcionada pela Academia são os segmentos da nossa atuação pelo pilar, visando principalmente à formação cidadã dos nossos associados e à integração do corpo e da mente. Oferecemos 20 cursos, somando mais de 21 mil alunos e infraestrutura de ponta e otimizada para atender a todos. Números que impressionam! E o que dá essência para a Educação são os alunos. Assim, trazemos como personagens uma família que aproveita muito bem as atividades do pilar: Daniela, Daniel e seus filhos Marcello e Beatriz são alunos do Curso de Tênis, Beatriz também aprende *ballet* no Curso de Dança, e Rosana, mãe de Daniela, pratica musculação na Academia. Além de cuidarem da saúde e bem-estar nas aulas e treinos, a Educação uniu ainda mais a família.

Também sobre o pilar, este mês celebramos os 20 anos da Escola de Esportes Minas Tênis Clube, programa que ultrapassa as barreiras das Unidades e leva a metodologia educacional para colégios, escolas e instituições de ensino de Minas Gerais, beneficiando milhares de crianças e adolescentes por meio do esporte e da arte. Exemplo disso é Beatriz Lima Moreira, ex-aluna do projeto social da Gerdau em parceria com a Escola de Esportes em Ouro Branco que passou nos testes de seleção e agora integra a base de vôlei feminino do nosso Clube. É o Minas sendo agente na transformação social.

É com orgulho também que divulgamos, na página 8, o resultado da última pesquisa de satisfação dos sócios, realizada em dezembro de 2023, que avaliou o nosso primeiro ano de gestão. Com 9,2 de aprovação, o índice reforça nossa escuta ativa com os sócios na implementação das melhorias no atendimento e nos serviços prestados, além de indicar que estamos no caminho da excelência.

Na Cultura, o Centro Cultural Unimed-BH Minas está com programação recheada de atrações no Teatro, no Cinema e na Biblioteca. Além disso, a Galeria de Arte passou por reforma nos últimos meses e em breve estará preparada para abrigar as exposições de 2024.

Os grandes destaques do Lazer são a Flashdance, em abril, com a banda Bee Gees Alive, que promete uma noite nostálgica com os sucessos do trio Bee Gees de 1960 e 70. Trazemos também os detalhes da Festa das Mães, um dos nossos grandes eventos, que neste ano é no Minas Náutico, no formato da festa de aniversário do Clube, adiado em 2023 devido às fortes chuvas. Veja as informações na página 32.

No Esporte, o Minas é referência nacional no trabalho de formação esportiva dos atletas da base. E um dos maiores desafios desses jovens é conciliar as responsabilidades da escola com a rotina de treinos no Clube, por isso, nossa preocupação é desenvolver cidadãos completos e preparados para a vida. Os minastenistas Maria Clara Gonçalves de Oliveira, Maria Luiza Gouveia Ferreira e Eduardo Lasmaz mostram, nas páginas 38 e 39, que é possível conciliar educação com esporte e ter bons resultados. Assim, é com muita alegria e satisfação que os parabéns pela medalha de bronze conquistada no Concurso Internacional de Talentos em Matemática, em março, na Tailândia. Estendo as congratulações também aos seus pais e aos seus treinadores no Clube, importantes incentivadores nesta fase da vida.

Na página do Vôlei Masculino, o lançamento da websérie audiovisual Gigantes no Esporte traz o trabalho de prevenção e recuperação de lesões, no qual o Minas é referência mundial. No primeiro episódio, o personagem é o jogador Arthur Bento. Veja também os destaques do vôlei feminino, basquete, futsal, judô, ginásticas artística e de trampolim e tênis.

Um excelente mês de abril a todos.

Forte abraço,



Carlos Henrique Martins Teixeira
Presidente

**PATRONO**

José Mendes Júnior

DIRETORIA**PRESIDENTE**

Carlos Henrique Martins Teixeira

VICE-PRESIDENTE

Wagner Furtado Veloso

DIRETOR-SECRETÁRIO

Paulo Fernando Cintra de Almeida

DIRETOR FINANCEIRO

Alexandre Abdala Miranda

DIRETORES-GERAIS MTC

André Rocha Baeta

André Rubião Resende

Bruno Resende Rabello

Carlos Ferreira Mascarenhas

Fernando Furtado de Paula Ferreira

Fernando Mauro Zefferino

Frederico Mascarenhas

José Cláudio Nogueira Vieira

Sérgio Botrel Coutinho

**DIRETORES-ADJUNTOS/
ASSESSORES MTC**

Alexandre Azevedo Cunha

Carlos Antonio da Rocha Azevedo

Célia Maria de Oliveira

Elói Lacerda de Oliveira Neto

Euler Barbosa de Carvalho

Flávia do Valle Oliveira Andrea

Gil Marcos de Araújo Silva

Gustavo Zech Coelho

Hélio Valente Lipiani

Keyla Pitanga Monadjemi

Marques Batista de Abreu

Mauro Becker Martins Vieira

Rodrigo Cesar de Moraes Tavares

Rodrigo Pereira Ribeiro de Oliveira

Roland Menezes Raad

Rúbia Márcia Ramos

Sérgio Olinto Duarte Braga

DIRETORES-GERAIS MTNC

Eduardo Henrique

Roger Cançado Rohlfes

Jorge Bachur Guimarães

**DIRETORES-ADJUNTOS/
ASSESSORES MTNC**

José de Fabrino Braga Neto

Ricardo Laborne Mattioli

Thais Paiva Moraes

SUPERINTENDENTE EXECUTIVO

Yuri Costa Dolabella

A Revista do Minas está disponível também no site
minastenisclube.com.br



Capa
Edição 223,
Abril de 2024
Foto: Orlando Bento

CONSELHO DELIBERATIVO MTC**PRESIDENTE DE HONRA**

Enéas Nóbrega de Assis Fonseca
(in memoriam)

PRESIDENTE DA MESA DIRETORA

Kouros Monadjemi

VICE-PRESIDENTE

Ricardo Vieira Santiago

1º SECRETÁRIO

Murilo Eustáquio Santos Figueiredo

2º SECRETÁRIO

Nelson Baisi Cerqueira

CONSELHO DELIBERATIVO MTNC**PRESIDENTE DA MESA DIRETORA**

João Lúcio Almeida de Mello

VICE-PRESIDENTE

Antônio Lage Filho

SECRETÁRIO

Nilson Luiz Labruna

PRODUÇÃO E COORDENAÇÃO GERAL

Gerência de Comunicação do Minas
Tênis Clube

GERENTE DE COMUNICAÇÃO

Juliana Araújo

EDIÇÃO E JORNALISTA RESPONSÁVEL

Letícia Fiuza
Reg. Prof. 18188/MG

REPORTAGEM

Camila de Ávila, Dafne Siqueira, Hyago de Paula,
Janaína Almeida, João Pedro Gruppi, Letícia Fiuza, Luiz
Augusto Barros, Ruleandson do Carmo e Tereza Horta

REVISÃO

Gabriela Vilela

DIAGRAMAÇÃO

Daniel Capuruço

FOTOGRAFIA

Hedgard Moraes, Orlando Bento e Arquivo MTC

PERIODICIDADE E TIRAGEM

Mensal | 23.500 exemplares

IMPRESSÃO

EGL Editores

DISTRIBUIÇÃO

Viasuperlog

MINAS TÊNIS CLUBE

Rua da Bahia, 2.244 – 11º andar – Lourdes
30160.012 – Belo Horizonte – MG

PUBLICIDADE

Eduardo Mineiro
(31) 99733-1810

OUVIDORIA

Rua da Bahia, 2.244 – 11º andar
ouvidoria@minasc.com.br
CNPJ do Minas Tênis Clube
17.217.951 / 0001 - 10

**3516.1370****CENTRAIS DE ATENDIMENTO****MINAS I: 3516.1000**

centraldeatendimento1@minasc.com.br

MINAS II: 3516.2000

centraldeatendimento2@minasc.com.br

MINAS COUNTRY: 3517.3050

centraldeatendimentocountry@minasc.com.br

MINAS NÁUTICO: 3517.3000

centraldeatendimentonautico@minasc.com.br

TELEFONES ÚTEIS**MINAS I**

Academia e Cursos	3516.1000
Acupuntura	(31) 98887.8483
Aluguel de Salão de Festas	3516.1332
Azul Viagens	(31) 3228.6099
Barbearia	3516.1159
Biblioteca	3516.1396
Dolce Gi	(31) 99148.7116
Enfermaria	3516.1111
Esmalteria	3191.9616
Estacionamento	3516.1156
Gerência de Unidade	3516.1101
Lanchonete Central	3516.1323
Loja Minas Store	3221.8190
Minas Tênis Solidário	3516.2090
Perdidos e Achados	3516.1155
Portaria rua Espírito Santo	3516.1140
Portaria rua da Bahia	3516.1141
Portaria rua Antônio de Albuquerque	3516.1143
Portaria da Sala de Jogos	3516.1142
Restaurante	3516.1310
Sinuca	3516.1108
Sauna Feminina	3516.1353
Sauna Masculina	3516.1307
Setor de Tênis	3516.1149
Track&Field	2551.7407

MINAS II

Gerência de Unidade	3516.2101
Academia e Cursos	3516.1000
Enfermaria	3516.2121
Estacionamento - Piso 1	3516.2145
Espaço A.mar.	(31) 98116-0303
Lanchonete Central	3516.2070
Loja Minas Store	3327.2385
Perdidos e Achados	3516.2147
Portaria rua Ivaí	3516.2140
Portaria Mangabeiras	3516.2141
Portaria Sede Social	3516.2142
Restaurante	3516.2066
Sinuca/Sala de Jogos	3516.2080
Sauna Feminina	3516.2075
Sauna Masculina	3516.2077
Setor de Tênis	3516.2149

MINAS COUNTRY

Enfermaria 3517.3090

MINAS NÁUTICO

Enfermaria 3517.3030



MTCL_WIFI / SENHA: @minasc



/minastenisclube

Chegou o **CR-V** **ADVANCED HYBRID**

Faça o Test Drive e surpreenda-se



Carregador Wireles



8 airbags



Teto Solar



Amplo Espaço Interno



Banzai Contorno

Av. do Contorno, 10331, Barro Preto,
Belo Horizonte, MG. Tel.: (31) 3878-8888

Banzai Pampulha

Av. Pres. Antônio Carlos, 7635, São Luiz,
Belo Horizonte, MG. Tel.: (31) 3401-4100

Na Banzai você tem condições exclusivas em todos os setores.
Novos, Seminovos, Oficina e Consórcio.



APONTE A CÂMERA AQUI



Escuta ativa

Pesquisa com sócios aponta índice de 9,2 de satisfação com o Clube

Com o objetivo de conhecer a opinião dos associados e a partir das demandas promover a melhoria contínua dos serviços oferecidos pelo Clube, foi promovida, em dezembro de 2023 pelo Instituto Ver, a tradicional pesquisa de satisfação com os sócios do Minas Tênis Clube e do Minas Náutico. Na avaliação geral, o índice alcançado **apontou 9,2 de contentamento dos sócios com o Clube**. Responderam 403 minastenistas, sendo 203 mulheres e 200 homens.

A pesquisa geral, feita nos formatos on-line e presencial, usou como critério o Índice de Satisfação, calculado com base na média aritmética das notas dadas pelos entrevistados. Na avaliação presencial detalhada, o item atendimento dos colaboradores do Clube obteve o maior índice de satisfação dos sócios, com 9,7. Também foram avaliados os fatores: infraestrutura (9,4), manutenção física das instalações (9,2), limpeza das áreas comuns (9,2), segurança nas áreas internas do Minas (9,6), relação preço do condomínio e benefícios/atividades (8,7), atendimento de prestadores de serviços (9,3), enfermaria (9,6), Central de Atendimento (9,3), estacionamento (8,6) e jogos na Arena UniBH (9,2).

O maior destaque é a avaliação do setor de Alimentos e Bebidas, que cresceu de 8,3 na pesquisa de 2022 para 9,0 nesta última. O aumento da aprovação dos sócios é reflexo das melhorias implementadas pela Diretoria entre agosto e novembro de 2023, uma das prioridades do primeiro ano de gestão do triênio 2023/2025. Os aperfeiçoamentos partiram das solicitações dos associados e foram feitas: troca de concessionários de bares e restaurantes internos nas Unidades I e II;

revitalização de espaços, tendo como destaque a inauguração do Minas Point Decisão Engenharia, no gramado do Minas I; e a priorização de serviços com o lançamento do Minas Gastrô.

“A nossa gestão tem como palavras-chave a transparência, a simplicidade e a escuta ativa com os sócios. Desde o início do nosso mandato, em janeiro de 2023, estamos traçando melhorias que tenham alinhamento com o bem-estar da família minastenista; nosso propósito é mantê-los felizes no Clube. Nesse sentido, usamos a pesquisa de satisfação como base para as tomadas de decisões no que tange a melhoria dos serviços prestados. O crescimento da aprovação ao setor de alimentos e bebidas é um indicativo de que estamos no caminho certo, mas sabemos que ainda há muito para ser feito. Para este segundo ano de gestão, teremos mais novidades gastronômicas para os associados, especialmente os frequentadores do Minas Country”, declarou o presidente do Minas, Carlos Henrique Martins Teixeira.

Sempre em frente

Além da reestruturação da área de Alimentos e Bebidas, neste segundo ano de mandato, a Diretoria minastenista segue trabalhando para atender aos feedbacks e aos principais anseios dos associados apontados na pesquisa. Dentre as principais ações previstas em 2024, estão:

- A já iniciada instalação das novas vagas nos Estacionamentos das Unidade I e II para carregamento de carros elétricos e híbridos, que visa à sustentabilidade e à comodidade dos proprietários (veja mais detalhes na página 12).
- O investimento em tecnologia para aprimoramento do atendimento aos minastenistas: mais novidades em breve, nas próximas edições da Revista do Minas e nos canais digitais.
- O lançamento do Plano Diretor do Minas II, que está em fase de desenvolvimento com base nas demandas dos sócios que frequentam e participam das atividades na Unidade.

De acordo com o presidente minastenista, Carlos Henrique Martins Teixeira, a participação dos associados na pesquisa é extremamente importante para nortear a Diretoria no desenvolvimento do planejamento estratégico do Clube e das diretrizes executivas. “Agora que temos o formato on-line da pesquisa de satisfação, é essencial que todos os sócios se engajem nas respostas e sejam claros em suas solicitações. Para os próximos meses, temos muitos desafios”, apontou o dirigente.



O MINAS TAMBÉM NAS REDES SOCIAIS! #VAIMINAS

  @minastenisclube

 @minasnautico

  @mtccultura

  @mtceducacao

  @mtcesporte

  @mtcbasquete

  @mtcfutsal

  @mtcuolei

  @mtcnatacao

  @mtccienciasdoesporte



Também estamos
no Threads, LinkedIn, TikTok,
Twitter (X) e YouTube!



@minastenisclube



minastenisclube.com.br



Portas abertas

Salões de festa do Minas estão disponíveis para sediar eventos dos associados

Tradicionalmente, os minastenistas costumam se encontrar e reunir os familiares, amigos e colegas no Clube para conversas e momentos amigáveis durante todo o ano. Além de reuniões entre sócios nos espaços de esporte e lazer tradicionais do Minas, os associados também podem realizar festas e confraternizações nos salões de festas dos Minas I, II e Náutico com diversos convidados, independente de serem ou não associados do Clube e ainda têm aniversários, formaturas, festas de casamento, eventos corporativos, confraternizações e comemorações em geral podem ser sediadas no Minas contando com o benefício de algumas das melhores estruturas de salões para eventos da capital mineira. Conheça os quatro salões disponíveis no Minas e se prepare para realizar neles festas que jamais sairão da memória dos convidados.



Diferencial do salão do Náutico é sua amplitude

Minas Náutico

Perfeito para você que quer receber muitos amigos e familiares e realizar um evento com uma das vistas mais lindas do estado, a Lagoa dos Ingleses, no Alphaville. Moderno e indicado para grandes celebrações devido à **capacidade de receber até 2.400 pessoas**, o salão do Minas Náutico tem 1523 m² de área coberta sem colunas, além de 1173 m² de área descoberta, também sem colunas, dando amplitude ao espaço e muitas oportunidades criativas para os decoradores e organizadores dos eventos – grande diferencial do salão.

O espaço conta com ar-condicionado central, garantindo a melhor climatização para os convidados, acessibilidade em todas as áreas, isolamento acústico, varanda com 166 m², estrutura para decoração com 34 ganchos de teto mais tomadas. Além disso, o salão oferta sete salas de apoio, sendo dois camarins com três salas cada, uma sala de apoio, um fraldário, um elevador de carga de até



Salão do Minas Náutico: ideal para formaturas, eventos corporativos, palestras e shows



1000 kg, 238 vagas de estacionamento com cancela e 70 vagas de estacionamento com acesso pela Portaria 2. Localizado em um ambiente seguro dentro do condomínio Alphaville, o salão tem dois elevadores sociais. Incrível, né?

Minas I

Na Unidade, dois salões estão totalmente estruturados para receber os eventos dos mais variados tipos dos associados. **O salão do Centro de Facilidades** reúne, em 1262 m², sofisticação, elegância e localização privilegiada, com acesso pela rua da Bahia, no coração de Belo

Salão do CF 6 do Minas I oferece espaço amplo e iluminado





Faça o tour virtual pelos salões



Também no Minas I há o **Salão da Sede Social**, onde o associado encontra um cenário requintado e com arquitetura clássica, aliados ao alto padrão de qualidade e acessibilidade em 400 m² e capacidade para 300 pessoas. Ofertando localização central e privilegiada, o espaço é totalmente climatizado, ideal para eventos um pouco mais intimistas, com banheiro masculino e feminino tendo três cabines cada, além de dois banheiros para pessoas com deficiências.



Climatização é diferencial do Salão da Sede Social do Mings I

Memórias
eternizadas
são garantia de
eventos no Salão
da Unidade II

Salão do Minas II é destaque no Mangabeiras

O salão de festas da Unidade II é puro charme, onde o minastenista encontra o cenário ideal para grandes eventos. Localizado no bairro Mangabeiras, o espaço conta com acessibilidade, ar-condicionado e palco, com capacidade para até 700 pessoas, tendo o visual marcado por um estilo clássico feito de materiais nobres. Além da localização privilegiada, o espaço é climatizado e ainda traz como diferencial o tratamento acústico e a vista para a cidade de Belo Horizonte, para encantar os convidados.

A large, modern event space with a high ceiling, featuring round tables set for a formal dinner, large potted plants, and a stage area with a large screen displaying '2023'.

Tem seu evento pessoal ou corporativo em mente e decidiu pelos melhores salões de BH? Ou... que tal inovar e promover um evento incrível em Nova Lima, no Náutico? Basta entrar em contato pelo telefone (31) 98553-0195 ou pelo e-mail **cristina.santana@minasc.com.br** para locações do salão do Náutico ou pelo número (31) 3516-1332 ou pelo e-mail **joana.almeida@minasc.com.br** para locar os demais salões. Ambos os números também são WhatsApp. Tradição, conforto e segurança do Minas para um evento inesquecível.



Carga total nas novidades

Vagas para veículos elétricos e híbridos
chegam ao Estacionamento do Minas



Quer saber como recarregar o
veículo nas vagas do Minas? São
apenas quatro passos:

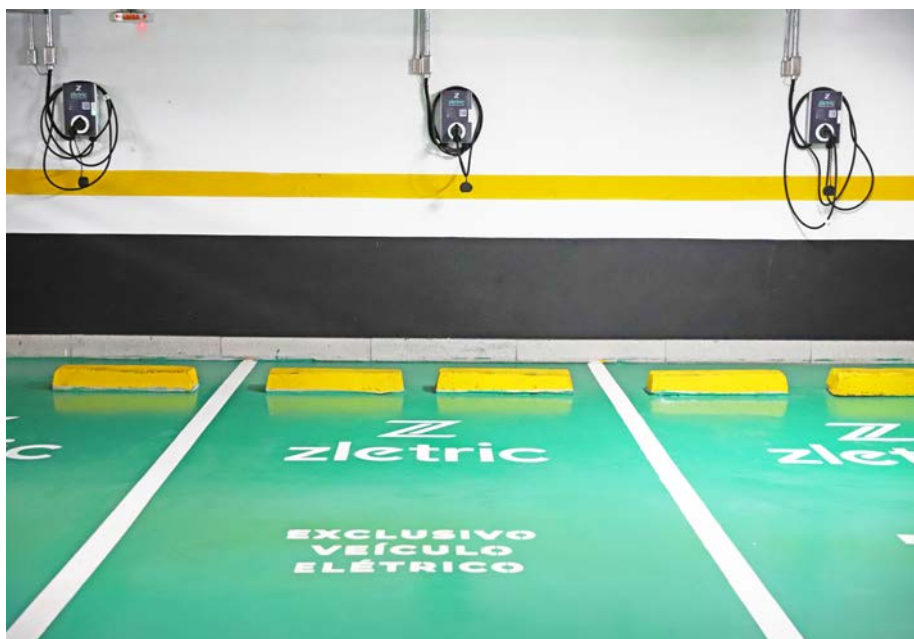
- baixe o app Zletric e se cadastre;
- conecte o plug no veículo;
- no app Zletric, escaneie o QR Code e desbloqueie a recarga;
- finalize a recarga no app e desplugue seu carro.

Recarregar o veículo elétrico ou
híbrido é simples, como faz o sócio
Geraldo Henrique Diniz Oliveira

Estacionar o carro com conforto e segurança é um dos principais desejos dos motoristas ao saírem de casa. Agora imagina: além de estacionar, poder abastecer o veículo de forma fácil e rápida no próprio estacionamento, realizar as atividades e quando retornar o carro estar prontinho para uma viagem? A partir de agora, é essa a realidade dos proprietários de carros elétricos e híbridos que estacionarem em uma das três vagas especiais do Estacionamento do Minas I. Em breve, ainda neste primeiro semestre, a novidade também fica disponível em uma vaga na Unidade II.

Os veículos elétricos e híbridos, por meio da recarga elétrica, reduzem a poluição provocada pela queima de combustíveis fósseis que emitem gases do efeito estufa. Por isso, as novas vagas dos estacionamentos do Minas reforçam o compromisso do Clube não só com a modernização dos serviços prestados, mas, em especial, com a sustentabilidade ambiental.

Na Unidade I, as três vagas estão no estacionamento da rua Espírito Santo, logo após as cancelas da entrada. Já no Minas II, o piso I vai abrigar a vaga para carro elétrico ou híbrido. O serviço de abastecimento elétrico é realizado em parceria com



Três vagas no Minas I: praticidade,
modernidade e conforto

a Zletric, especialista em rede de recarga para veículos elétricos.

A recarga é um autosserviço e o valor é cobrado pelo próprio aplicativo, sendo a cobrança por KWh, conforme valores da Estapar, concessionária dos estacionamentos do Minas.

As vagas estão disponíveis durante todo o funcionamento do Clube: em dias úteis, das 6h às 22h, aos sábados, das 6h às 20h, e aos domingos e feriados, das 6h às 19h. Em caso de dúvidas, basta entrar em contato com a Estapar por meio do telefone (31) 3516-1156.

Climatização do Minas ganha novos equipamentos para o conforto dos sócios



O calor no Brasil tem sido mais intenso a cada ano. Os recordes de temperaturas altas no ano passado confirmam isso. Se durante o dia a dia, em atividades corriqueiras, as pessoas suam, durante a prática de atividades físicas a situação se intensifica. No Minas, o conforto e o bem-estar dos associados é prioridade, por isso, o Clube investe em climatização para promover sensação térmica agradável e economia energética.

Além disso, em uma outra demanda dos associados, as máquinas de ar-condicionado da sala 1 do Curso de Pilates na Unidade I estão em fase de substituição para um equipamento com mais potência, mais atual e econômico.

a elaboração de projetos de climatização em setores diversos do Minas. O objetivo é a necessária renovação periódica de sistemas mais antigos e a busca por eficiência energética, melhor promovida por aparelhos mais modernos, além de qualidade do ar e conforto ambiental.

As três Unidades das Minas e o Náutico possuem sistemas de climatização de pequeno, médio e grande portes com equipamentos de ar-condicionado, ventilação e exaustão. Para manter tudo em pleno funcionamento, técnicos realizam manutenções preventivas e corretivas e um corpo de engenharia avalia a qualidade dos serviços e o atendimento às normas vigentes. Nesse sentido, são feitas regularmente análises de qualidade do ar nos espaços do Clube por laboratórios certificados, conforme previsto nas normas da Anvisa e de acordo com o Plano de Manutenção, Operação e Controle (PMOC), esse último elaborado, assinado e executado pela JAM Engenharia. Trabalho em equipe para garantir conforto ambiental, saúde e economia para os minastenistas.

A vacinação é uma das medidas mais importantes de prevenção contra uma série de doenças. Por isso, é muito importante manter o cartão de vacinação sempre atualizado!





Renda doce

Oficina de Páscoa visa promover oportunidade de atividades remuneradas para mulheres

Tarde de muito aprendizado na Oficina de Páscoa



O Minas Tênis Solidário realizou, em março, a 4ª edição da Oficina de Páscoa com a participação de 20 mães que acompanham seus filhos em tratamento na Associação Mineira de Reabilitação. A oficina tem como principal objetivo oferecer atividade remunerada em casa para as mulheres poderem conciliar o ofício aos tratamentos dos filhos.

A aula foi ministrada por Grace Ayres Alonso e Theodoro Procopiu, proprietários da confeitaria Santo Docinho e parceiros do Programa minastenista em diversas ações. Além da aula, as participantes ganharam todos os insumos necessários para produzirem ovos de colher e alfajor e garantirem renda extra na época da Páscoa. Ao final,

foi realizado o sorteio de uma cesta completa de produtos para confecção de ovos.

Até o fechamento desta edição da Revista do Minas, além desse evento, o Minas Tênis Solidário realizaria mais duas ações de Páscoa para pessoas assistidas pelas instituições parceiras.

Mundo de histórias

A campanha de arrecadação de livros, iniciada em fevereiro pelo Minas Tênis Solidário, está sendo um grande sucesso! Os sócios do Clube abraçaram a ideia e doaram cerca de 7 mil livros, entre didáticos, de línguas e literários. Com o montante arrecadado, foi possível realizar ações para disseminação da cultura e beneficiar diversas pessoas.

A primeira atividade foi liderada pelos voluntários do grupo de Cultura do Programa que visitaram, em março, o Instituto Macunaíma de Cultura, localizado em uma região de alto índice de vulnerabilidade no Barreiro. A instituição atende mais de 400 crianças entre 8 e

17 anos e promove oficinas de percussão, teatro, dança afro, cordel, hip hop, artes plásticas, leitura, audiovisual e fotografia. Na visita pelos minastenistas, foram doados 275 livros em uma tarde de muita alegria e diversão com quiz e bate-papo. Foi demais!

Também em março, com o objetivo de incentivar o hábito da leitura para o Time de Feras, foram realizadas ações nas três Unidades do Minas e no Náutico. Cada colaborador do Clube pode escolher até três exemplares de livros, do gênero de sua preferência.

Obrigado a todos os sócios que fizeram suas doações.



Crianças do Instituto Macunaíma de Cultura com seus livros



Os Feras do Clube garantiram as próximas leituras

Car,



Diversão Náutica

Nautfest anima os sócios na Lagoa dos Ingleses

O mês de março no Minas Náutico foi marcado pela energia da 4ª edição do Nautfest, que teve a participação de 147 crianças e 43 adultos, todos sócios. Com diversas atividades náuticas ao ar livre, o evento se destaca por proporcionar aventuras e momentos inesquecíveis, focando no bem-estar e na diversão dos minastenistas.

O primeiro dia foi dedicado ao entretenimento em família em que pedalinhos, caiaques e *stand-up paddle* preencheram a linda paisagem da Lagoa dos Ingleses. Já no segundo dia, o cenário mudou e o foco passou para a disputa das Regatas Festivas de Veleiros, direcionadas ao público adulto, garantindo alegria aliada à emoção da competição. O evento ainda contou com a presença do querido Max, mascote do Minas, que aproveitou muito ao lado dos associados. Foi demais!



UARLEN VALERIO

Paolo Lanata e Bruna Lanata experimentaram a bicicleta aquática

Acompanhe tudo o que acontece no Minas Náutico no canal oficial do Clube no Instagram. Neste mês, a partir do dia 7 de abril, a bola rola no campo com o Campeonato de Futebol. Saiba mais detalhes no @minasnautico.



Siga agora o @minasnautico



UARLEN VALERIO

Matheus Dolabella desbravou a Lagoa no caiaque



UARLEN VALERIO

Laura Pereira arrasou no stand-up paddle

Camila Menezes, o mascote Max e Esther Corrêa Pardini



UARLEN VALERIO



Conheça a solução 360° que vai aumentar suas vendas e tornar seu negócio ainda mais incrível

Saiba sobre todas as nossas soluções integradas para agilizar pagamentos, conhecer seus clientes, impulsionar suas vendas e otimizar sua gestão!
Fale com a gente!

Vendas de Ingressos

Uma solução completa desde a venda de ingressos via site e pontos de venda físicos, até o financeiro exclusivo para fechamento, suporte e auxílio na divulgação.

Caixas Móveis e PDV

Venda de produtos com emissão de fichas e cupom fiscal, controle de mesas, comandas individuais e venda balcão. Para seu cliente fazer pedidos em qualquer momento.

Maquininhas

Para realizar vendas, enviar pedidos direto para a cozinha/bar, fazer o fechamento de comandas e contas, realizar o pagamento e emitir relatórios.

Totens

Para seu cliente comprar, recarregar ou pagar a hora que quiser.

Portal de Gestão

Dashboard que te dá uma visão completa do seu negócio, com indicadores de vendas, conforme operação, relatórios gerenciais, Power Bi e muito mais!



 www.meep.com.br

 [/app.meep](#)

 [@app.meep](#)

 [/AppMeep](#)

 [/meep-app](#)





Renata Farneze, neurologista

“Bons hábitos de vida evitam as dores de cabeça”

De acordo com a minstenista e neurologista Renata Farneze, um estudo da Universidade de Copenhague confirma: 90% da população global teve dor de cabeça em algum momento da vida. A especialista avalia que mulheres costumam ter mais enxaquecas e homens dores de cabeça isoladas, mas de maior intensidade. Atividades físicas e de lazer, como as ofertadas pelo Minas, são uma forma de evitar as dores, como a médica, que é membro da Sociedade Brasileira de Cefaleia e da *International Headache Society*, afirma na entrevista a seguir.

Qual a diferença entre dor de cabeça e enxaqueca?

Enxaqueca é uma doença neurológica que se manifesta por meio de vários sintomas e a dor de cabeça, a cefaleia, é mais comum e menos intensa. A enxaqueca, apesar de não ser a dor de cabeça mais comum, é a que mais atendemos em nossos consultórios, devido ao grande impacto negativo que pode produzir.

Quando a dor de cabeça merece atenção médica?

As dores de cabeça secundárias, de múltiplas causas e acompanhadas de outros sintomas, merecem uma avaliação médica, na maioria das vezes, para estabelecimento de um diagnóstico e tratamento precisos. No caso das cefaleias primárias, quando a dor de cabeça é por si a doença, por exemplo, para os pacientes sabidamente portadores de enxaqueca, o aconselhado é que procurem atendimento médico quando ocorrem três ou mais crises por mês. O lema da Sociedade Brasileira de Cefaleia tem sido “três é demais”.



Renata Farneze: rotina no Minas a ajuda a lidar com a enxaqueca

Como evitar a dor de cabeça?

No caso da enxaqueca, existem algumas orientações muito importantes que podem ajudar a reduzir a frequência e a intensidade das crises, que se referem, basicamente, a bons hábitos de vida. Durante os atendimentos, sempre enfatizamos a importância do sono adequado, redução do estresse, alimentação saudável e prática de atividade física regular na boa evolução de tal doença neurológica.

Sempre que temos dor de cabeça devemos tomar analgésicos?

Entre os mais de 200 tipos de dores de cabeça, há um provocado

pelo abuso de analgésicos.

Quando um paciente portador de cefaleia primária faz uso de medicação analgésica mais do que dois dias por semana, durante algum tempo, pode ocorrer piora na evolução da doença, especialmente, nos sofredores de enxaqueca. Além disso, o uso excessivo de analgésicos pode produzir disfunções nos rins, fígado, estômago e coração. Por outro lado, durante uma crise de enxaqueca, o correto é não deixar a dor progredir, usando-se medicação específica no início do sintoma. A pessoa deve anotar a frequência dos episódios de dor e procurar o médico para o tratamento adequado.

“Três dores de cabeça por mês já é demais”

QUEM É MINASTENISTA APOSTA NA ESTRELA★BET

FAÇA SUA APOSTA JÁ



ESTRELABET.COM



SBC AWARDS





O filho Marcello, o pai Daniel, a filha Beatriz e a mãe Daniela: Curso de Tênis une a família

Pilar de sucesso

Cursos Esportivos e Artísticos e Academia: na Educação do Minas não há linha de chegada

A Educação é um dos quatro pilares que norteiam a atuação do Minas. Os Cursos Esportivos e Artísticos e a Academia são um complemento à formação cívica de alunos de todas as faixas etárias, um caminho sem linha de chegada e que hoje contabiliza 21 mil matrículas totais no Minas Tênis Clube e 1.834 no Minas Náutico. Para a minastenista e médica Daniela Silva do Espírito Santo, 44 anos, aluna do Curso de Tênis, a educação é uma tradição passada de mãe para filha: “Sou filha de uma professora, e a minha mãe sempre foi muito preocupada em dar uma educação mais completa possível para a gente, transmitindo a importância de uma educação além daquela acadêmica de escola e do que a gente recebe em casa. Até para a parte neurocognitiva, há a importância, quando é possível, de uma complementação com a parte de cultura, por meio da leitura e da música, como também por meio do esporte”.

Foi no Clube que a família de Daniela encontrou uma educação mais am-

pla, com foco principal na qualidade de vida por meio de atividades que integram o corpo e a mente, seja pela formação esportiva, pelo aprendizado artístico ou pela atividade física. Ao lado do marido, o advogado Daniel Cioglia Lobão, 45 anos, ela, os filhos e a mãe vivenciam a Educação de forma completa. Hoje, Daniela e Daniel são alunos do Curso de Tênis no Minas II, assim como o filho, Marcello Lobão, 10 anos, integrante da pré-equipe do Country, e a filha, Beatriz Lobão, 7 anos, aluna do curso no Minas II. Beatriz também é aluna do Curso de Dança e a avó, a professora aposentada Rosana do Espírito Santo, 73 anos, pratica musculação na Academia. Uma família que incluiu a Educação na rotina. Por isso, no Minas, a Educação é um pilar que conecta a família toda: por meio do aprendizado e de atividades que promovem o bem-estar de todos.

“Foi uma descoberta o tanto que o esporte é educativo e os professores muito bons, disciplinados, sabendo conduzir todos nós. Eles colocam

um aprendizado tanto individual de lidar com a frustração e tudo o que envolve um esporte competitivo, individual, quanto um esporte coletivo. No Country, montaram o grupo ‘Parças do tênis’. E assim o Minas passou a ser a nossa segunda casa e fizemos uma amizade muito grande com os nossos colegas e os pais dos alunos da pré-equipe, desde que a gente entrou”, contou Daniela.

Sentimento compartilhado por Daniel que destaca a forma como o Minas trabalha a educação na vida dos alunos. “Educação de forma ampla é uma ferramenta para aquisição de conhecimento, habilidades e valores para o desenvolvimento pessoal por meio de aprendizado acadêmico, na escola, por meio de ensinamentos éticos e morais, além de atividades esportivas que contribuem para o crescimento e a formação do caráter do indivíduo para o convívio social, como é o caso dos cursos no Minas”.

Sonho de família

Mãe da Daniela, a professora aposentada Rosana conta orgulhosa que fazer parte da Educação do Minas é um sonho realizado. “Frequentar as aulas e o Clube sempre foi um sonho meu. Como avó que visa cooperar com o desenvolvimento dos netos, estou nas Unidades I e II de segunda a quinta-feira acompanhando Marcello e Beatriz em suas atividades esportivas e artísticas. Independentemente das aulas, sempre aproveitamos ao máximo tudo que o Minas nos oferece: piscinas, espaços de alimentação e recreativos, além das quadras para os diversos treinos e brincadeiras. Sempre estamos no Clube, pois prezo muito pela minha saúde e bem-estar”, relatou.

Os netos também zelam pela educação e bem-estar, seguindo os passos da avó. “São quatro aulas por semana e jogos aos fins de semana. Eu gosto de aprender, de me divertir, de jogar com os amigos. O tênis me ajudou muito na minha vida. Me fez ter mais amigos. Conviver com mais pessoas e a ter mais disciplina”, disse Marcello, aluno da pré-equipe de tênis do Country.

Para a irmã dele, Beatriz, poder aprender em família é um dos diferenciais do Minas. “Eu amo as aulas de tênis porque eu, meu pai, minha mãe e meu irmão jogamos o mesmo esporte. E o *ballet* também é muito importante, estou aprendendo e já começando a usar a barra nas aulas de dança. O Minas me trouxe amigos também, por meio das aulas”.

Daniela: disposição e empenho para aprender uma nova modalidade



Marcello: aprendendo no Minas a superar obstáculos



Beatriz: amor pelo esporte e pela dança

Daniel: orgulho de ter o Minas na educação e no bem-estar da família





Rosana: bem-estar para seguir aprendendo e ensinando

Educação grandiosa

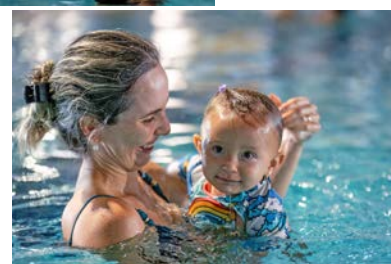
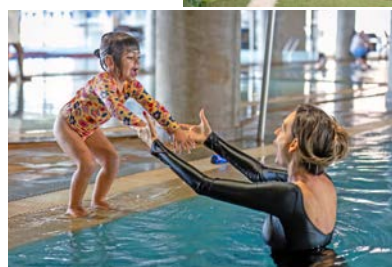
Além da família de Daniela e das aulas de tênis, dança e musculação, o pilar minastenista acolhe milhares de outros alunos por meio de diversas atividades na Academia, nos Cursos Esportivos, nos Cursos Artísticos e no Acompanhamento Escolar UniBH, como conta a gerente do Departamento de Formação Educacional do Minas, Soraia Amaral: “A Educação no Minas é trabalhada no aspecto esportivo, artístico, de habilidades para a vida e na Academia pela perspectiva do bem-estar. Temos como diferencial educacional um trabalho individualizado para cada aluno, a fim de que cada um possa se desenvolver, a partir de análises da performance individual e coletiva”.

O gerente de Educação Luciano Resende destaca os cinco Fatores Chave de Sucesso da Educação do Minas. “Estrutura física moderna, atualizada e ampla; uso de tecnologia de ponta; profissionais qualificados, capacitados e atualizados com o mercado; apoio psicopedagógico e desenvolvimento das *life skills*, as chamadas Habilidades para a Vida, durante as aulas; e

o Acompanhamento Escolar UniBH, com suporte pedagógico de estagiários estudantes dos cursos de pedagogia, letras e ciências exatas do Centro Universitário para auxiliar os associados nas atividades escolares, são os grandes diferenciais da Educação do Clube”, salientou o executivo. E ainda há a Escola de Esportes Minas Tênis Clube, focada em levar a metodologia esportiva e artística do Clube para colégios, escolas e outras instituições de MG (conheça mais sobre o programa nas páginas 24 e 25).

No dia a dia, durante a semana, a Educação é o elo do Minas com os associados por meio da participação dos sócios nas aulas dos cursos das três Unidades e do Náutico. Para o êxito de tal elo, os cursos são direcionados para sócios de todas as idades, com metodologia e aulas ajustadas para os objetivos da turma, desde os mais jovens que sonham em ser atletas até os mais velhos que visam ao bem-estar.

O resultado disso tudo atuando em conjunto são números que impressionam e comprovam a qualidade do pilar minastenista, em cursos e atividades exclusivas aos sócios:



- 21 mil matrículas totais nos cursos do Minas.
- 1.834 matrículas nos cursos do Náutico.
- 500 sócios matriculados no Acompanhamento Escolar UniBH.

- 20 Cursos Esportivos, Artísticos e da Academia do MTC, sendo 13 Cursos Esportivos (Básico de Esportes, Basquete, Beach Tennis, Futsal, Futebol Soçaite, Ginástica artística e de trampolim, Judô, Karatê-Do, Natação, Peteca, Squash, Tênis e Vôlei), dois Cursos Artísticos (Dança e Música), cinco cursos da Academia (Atividades Coletivas, Musculação, Pilates, CorpoMente e AcquaFit).

- 13 Cursos Esportivos e da Academia do Minas Náutico, sendo nove Cursos Esportivos (Básico de Esportes, Beach Tennis, Corrida, Futsal, Futebol Soçaite, Karatê-Do, Natação, Tênis e Vôlei) e quatro cursos da Academia (Atividades Coletivas, Musculação, Personal e Pilates).

- Faixas etárias de 6 meses a 99 anos, variando de acordo com as modalidades ou com o tipo de atividade, atendidas pelos cursos do Minas Tênis e do Náutico.

- Retenção de mais de 96% em todos os meses na Academia.

- 16 horas diárias de operação da Academia do Minas, de segunda a sexta-feira, e funcionamento de domingo a domingo.

Formação educacional planejada

No Minas Tênis Clube, a Educação conta com uma metodologia exclusiva. A Diretoria de Educação criou o Modelo MTC de Desenvolvimento Esportivo, Artístico e de Atividade Física, orientado para um estilo de vida ativo e saudável, de modo a garantir que os minastenistas tenham uma clara compreensão das oportunidades existentes para se envolverem na prática regular da atividade física, da atividade artística e do esporte, além de oportunizar a idealização de um percurso ativo no MTC fundamentado em experiências positivas. A metodologia MTC tem como princípio maximizar o potencial de futuros atletas, permitindo às crianças e jovens utilizarem do esporte como um meio para desenvolver as habilidades necessárias para uma vida ativa ou participar de treinos e competições esportivas.

Ao todo, são cinco linhas centrais de ação do Modelo:

Educando o corpo (atividades lúdicas, jogos pré-esportivos, iniciação esportiva para a faixa etária de 3 a 8 anos)

Esporte para todos (cursos de formação esportiva para a faixa etária de 5 a 17 anos)

Esporte para competição (pré-equipes esportivas para a faixa etária de 6 a 14 anos)

Esporte de participação (acima de 18 anos, contempla a prática da modalidade esportiva de preferência)

Vida ativa (cursos artísticos e diversas atividades físicas na Academia para a faixa etária de 6 meses a 99 anos)

Compromisso diário com a Educação que garante a satisfação de famílias iguais a de Daniela, que vivem este pilar do Minas de forma integral, como reforça a sócia: “Sou muito grata mesmo. Respirar saúde e respirar esporte é respirar educação, disciplina e aprendizado. Temos muita sorte de estarmos no Minas”.





Formação de campeões

Há 20 anos, Escola de Esportes leva metodologia educacional do Minas para todo o estado



Escola de Esportes MTC
propaga metodologia
educacional de sucesso

A Escola de Esportes Minas Tênis Clube é referência de excelência na formação esportiva e artística de milhares de crianças e adolescentes desde o seu surgimento, há 20 anos. Hoje são 12 modalidades, com faixas etárias específicas, em 38 unidades parceiras, sendo 36 particulares e dois projetos sociais em parceria com a Gerdau, que atendem mais de dois mil alunos em Minas Gerais.

Mas o que é a Escola de Esportes MTC? Diferentemente do termo “escolinhas”, não utilizado há anos pelo Clube, enquanto os Cursos Esportivos e Artísticos são direcionados aos sócios, com aulas nas três Unidades e no Náutico, a Escola de Esportes leva as práticas esportivas e artísticas de aprendizagem baseadas na Metodologia MTC para instituições de ensino, empresas,



órgãos públicos, parceiros conveniados e demais associações desportivas. Ao expandir o Minas para fora dos muros do Clube, o programa fomenta a prática esportiva e artística entre as crianças e adolescentes de Minas Gerais.

Essa metodologia minastenista campeã não se limita apenas ao ensino de habilidades técnicas, mas também ao proporcionar um ambiente de aprendizado, crescimento pessoal e social, em que os valores de respeito, trabalho em equipe, disciplina e superação são cultivados diariamente. O esporte e a arte são ferramentas poderosas para o desenvolvimento integral dos indivíduos, preparando-os para os desafios da vida com confiança e determinação.

Além das atividades cotidianas, a Escola de Esportes MTC promove eventos de todas as modalidades ao longo do ano, apresenta uma padronização de uniformes entre as instituições parceiras. Também é utilizado um sistema de gerenciamento prático e moderno, possuindo inclusive uma equipe capacitada para lidar com os procedimentos administrativos das unidades. Isso e muito mais faz parte do diferencial do programa.



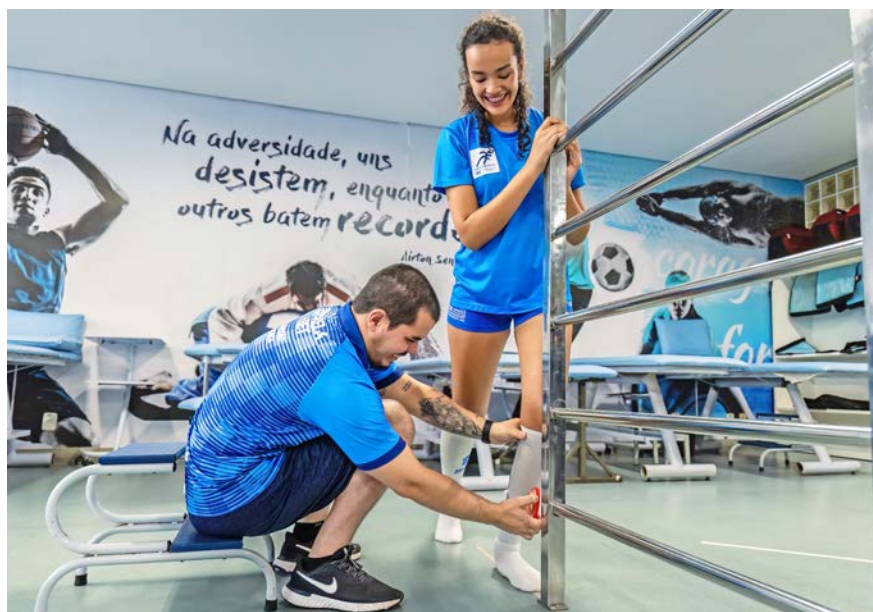
As apresentações de dança são sempre um espetáculo à parte da Escola de Esportes

Oportunidade para crianças e adolescentes

Ao longo dos últimos 20 anos, inúmeras histórias de superação, conquistas e amizades fizeram parte da Escola de Esportes e cada aluno levou consigo conhecimento técnico, valores e experiências que os moldaram como cidadãos melhores e mais conscientes. O Minas se orgulha de impactar positivamente tantas vidas e beneficiar crianças e adolescentes com seu diferencial metodológico.

Beatriz Lima Moreira, 10 anos, aluna do projeto social do Minas em parceria com a Gerdau na cidade de Ouro Branco, foi selecionada para integrar a categoria de base de vôlei feminino do Clube nos testes de seleção realizados entre o fim de 2023 e início de 2024 e, de acordo com a atleta, treinar com a metodologia do Minas foi um diferencial para que ela alcançasse esse resultado. Vanessa Aparecida de Souza Lima Moreira, mãe da jovem, está alegre em poder ver a filha crescer no esporte. “Quando a Bia foi selecionada, nós ficamos muito felizes, porque é um sonho para qualquer pai ver o filho treinando em um clube que é referência como o Minas. Ela participou de um projeto que atende mais de 90 crianças no

A nova atleta da base do vôlei em avaliação pré-temporada



vôlei e foi por meio dele que conseguimos chegar aqui”, disse, emocionada.

Beatriz está empolgada e agradecida com a oportunidade. “Eu estou treinando com pessoas supercapazes, experientes, que vão extrair o melhor de mim e estou indo para campeonatos inimagináveis e isso é incrível. Eu queria agradecer a Gerdau por ter investido em mim lá atrás no projeto em Ouro Branco. Agora eu vou me esforçar bastante, vou usar tudo que estou aprendendo e espero que dê tudo certo”, declarou a nova atleta minastenista. “Estou vivendo o sonho de iniciar minha carreira no Minas”.

Rafael Simas, gerente de Comunicação e Marca da Gerdau, destaca a impor-

tância de investir em projetos como o da empresa em Ouro Branco para a promoção da inclusão por meio do esporte. “Para nós da Gerdau, é uma imensa alegria poder olhar para esse fruto do projeto que é a Bia, que tem se desenvolvido com a metodologia minastenista e hoje está conseguindo dar passos largos no seu sonho de ser uma atleta de vôlei. Então, apoiar esse projeto junto ao Minas em Ouro Branco, em Itabirito, de fato vai ao encontro do que a gente acredita, de sermos também agentes importantes de transformação em todos os locais onde a empresa atua”, contou.

De acordo com o coordenador da Escola de Esportes MTC, Breno Ferreira, disseminar a metodologia educacional minastenista por Minas Gerais é motivo de orgulho para todos: minastenistas, equipe profissional e beneficiados. “Para nós, é gratificante poder levar a metodologia do Clube para tantas crianças e adolescentes, já que o Minas é referência nacional em formação esportiva e está no seu DNA revelar grandes talentos. Percebemos diariamente o poder transformador que o nosso método leva para os alunos e as famílias e nos orgulhamos muito de tudo isso”.

Que venham mais 20 anos de sucesso, crescimento e transformação por meio do esporte e da arte!

Beatriz Lima Moreira foi aluna do projeto social da Gerdau em parceria com a Escola de Esportes MTC





No palco

Música, teatro, dança, palestra e experiências para o amante da arte

O Teatro do Centro Cultural Unimed-BH Minas recebe as atrações do projeto Arte da Palavra, nos dias 2, 3 e 4 de abril. O primeiro é o recital de piano com a obra de Chiquinha Gonzaga, interpretado por Maria Teresa Madeira, no dia 3/4, às 20h. As poesias de Carlos Drummond de Andrade e Adélia Prado são declamadas pelo grupo Palavra Viva no dia 4/4, às 20h, e no dia 5/4, acontece o musical da obra de Pixinguinha, Ary Barroso, Luiz Gonzaga e tom Jobim, com Gilvan de Oliveira, Mauro Rodrigues, Eneias Xavier e convidados. O ingresso para as três apresentações custa R\$ 100 (inteira), e para cada uma, R\$ 40 (inteira). A classificação é 10 anos. Também na programação do Arte da Palavra, no dia 2/4, às 20h, a Sala Multimeios 1 recebe a palestra sobre Ariano Suassuna com a professora Maria de Lourdes Gouveia. As inscrições estão esgotadas.

Assumindo o papel de capacitador de profissionais da cultura, o Centro Cultural Unimed-BH Minas retoma o Cena Técnica, programa de capacitação de técnicos de bastidores. Com inscrições gratuitas realizadas no site da Sympla, a primeira sessão é no dia 9/4, das 13h às 16h. A palestra com o desenhista de luz Vicente Baka Prates aprofunda o conhecimento sobre refletores cênicos, com foco na interação prática.

Já no dia 13/4, às 21h, o Teatro é palco do espetáculo "Deixa que eu conto". Dirigido por Fernando Caruso, o show de humor foi criado por Flávia Reis e Ricardo Cubba a partir de seus vídeos de sucesso nas mídias sociais e de suas experiências com personagens cômicos. A classificação é 12 anos e os ingressos custam: R\$ 90 (inteira), no setor 1, e R\$ 80 (inteira), no setor 2.



JORGE BISPO

Peça "Deixa que eu conto" traz contos de fadas de um jeito engraçado



Acesse a agenda do Teatro



Compre seus ingressos na Sympla

PROGRAMAÇÃO

3, 4, 5/4

Quarta, quinta e sexta, 20h

PROJETO ARTE DA PALAVRA

Mais informações no texto.

6/4

Sábado, 21h

ANNE FRANK, A VOZ QUE TEM MEMÓRIA - CIA. NACIONAL DE TEATRO

(Teatro adulto)

Classificação: 10 anos

Ingressos: R\$ 120 (inteira) | R\$ 70 (ingresso solidário)

7/4

Domingo, 19h

ROGÉRIO MORGADO STAND-UP COMEDY

(Teatro adulto)

Classificação: 16 anos

Ingressos: R\$ 120 (inteira) | R\$ 70 (ingresso solidário)

9/4

Terça, das 13h às 16h

CENA TÉCNICA - ILUMINAÇÃO TÉCNICA

Mais informações no texto.

9/4

Terça, 19h

LETRA EM CENA - ITAMAR VIEIRA JR.

Informações na página 30.

11/4

Quinta, 21h

MPB - MÚSICA DE PROTESTO BRASILEIRA

(Show)

Classificação: livre

Ingressos: R\$ 80 (inteira)



DIVULGAÇÃO



Telona de sucesso

Cinema registra considerável aumento de público e tem ingressos esgotados com frequência

As Salas de Cinema do Centro Cultural Unimed-BH Minas são um sucesso. Comparando alguns dados, em fevereiro de 2023, os espaços receberam 1.640 espectadores, enquanto que no mesmo período em 2024 6.288 pessoas ocuparam as salas. Isso se deve à programação variada responsável por trazer filmes comerciais e de arte, atraindo diferentes amantes da sétima arte. Além disso, as duas salas são aconchegantes, com 41 lugares cada e possuem tudo para promover a melhor experiência audiovisual ao público: áudio 7.1 Dolby no volume certo com projeto acústico que garante baixos níveis de ruído, imagens em 4K DCP e temperatura do ar-condicionado agradável.

Mais uma vantagem do Cinema do Minas é o valor do ingresso, que agrada ainda mais pessoas. De quinta-feira a domingo, as entradas custam R\$ 20 (inteira) e R\$ 10 (meia), e de segunda a quarta-feira, R\$ 12 (inteira) e R\$ 6 (meia). Além disso, associados do Minas Tênis Clube têm desconto de 15% e aqueles que possuem o plano de saúde Unimed-BH pagam 15% a menos no valor do ingresso. Os descontos são cumulativos. Viu por que está ficando tão cheio?



Compre seu ingresso para o Cinema



Veja algumas dicas para conseguir comprar seu ingresso com tranquilidade:

- Você pode adquirir as entradas para o Cinema na bilheteria, no totem e no site do Minas.
- Sempre leve a sua carteirinha do convênio Unimed-BH. Somente com apresentação do documento você consegue usufruir do desconto.
- Antes de comprar seu ingresso, mesmo que presencialmente, entre no site do Minas e veja se ainda há entradas.

Evidências do amor

Filme com Sandy Leah e Fábio Porchat chega ao Cinema do Minas

Qual a música que todo brasileiro sabe cantar? Se você pensou em “Evidências”, de Paulo Sérgio Valle e José Augusto, acertou. Até Bruno Mars, cantor e compositor norte-americano, tocou na primeira edição do festival musical The Town, realizado em São Paulo, em 2023. A partir do dia 11 de abril, o Cinema do Centro Cultural Unimed-BH Minas exibe a comédia romântica “Evidências do amor”, com Sandy Leah e Fábio Porchat.

O filme conta a história de Laura e Marco Antônio, que se conheceram e se apaixonaram cantando “Evidências” em um karaokê. Mas a relação acabou e toda vez que Marco Antônio ouve a canção, lembra de momentos bons e ruins vividos com Laura. Ele já não aguenta mais essas memórias e resolve iniciar uma jornada para seguir em frente e esquecer a ex. Venha assistir!

Divulgação do filme Evidências do Amor





Melhorias à vista

Após dez anos, Galeria de Arte do Centro Cultural Unimed-BH Minas passa por revitalização



Galeria de Arte do Centro Cultural Unimed-BH Minas passa por reforma

A Galeria de Arte do Centro Cultural Unimed-BH Minas foi inaugurada há dez anos com uma importante exposição com obras da dama das artes Tomie Ohtake. Como toda edificação, depois de um tempo de uso, se faz necessário ajustes, reformas e consertos para que o espaço se mantenha em excelente estado para uso, e o equipamento passa agora por este processo, iniciado em janeiro e com previsão de término este mês. “Após dez anos de operação contínua, é comum que espaços como galerias necessitem de revitalizações para garantir sua eficiência e atratividade”, afirmou Fernando Nunes Vaz, arquiteto do Minas Tênis Clube.

“Os ajustes concentram-se principalmente em aspectos técnicos, ou seja, substituições e melhorias na infraestrutura para que o espaço continue funcionando bem por muitos anos”, explicou o arquiteto. São 13 funcionários trabalhando na reforma que faz a troca da manta acústica para uma mais adequada, troca da iluminação para uma mais moderna e de melhor resistência, limpeza da tela tensionada, pintura do forro, tratamento de piso e pintura nas paredes.

“A Galeria já fornecia um espaço amplo e muito flexível para diferentes tipos de exposição, e isso continua igual. Os ajustes técnicos são para que a Galeria permaneça funcionando bem e proporcionando aos artistas uma experiência de qualidade”, disse Fernando. Dessa forma, não há nenhuma mudança na estrutura do espaço.

Tela em branco

Fernando afirma que a Galeria de Arte do Centro Cultural Unimed-BH Minas “apresenta aspectos fundamentais para sua função, como uma iluminação adequada, uma acústica bem ajustada e um teto com possibilidade e resistência para receber as exposições”, destacou. Além disso, o projeto é eficiente, esteticamente bonito e com características que ressaltam sua horizontalidade. “A abordagem de ‘tela em branco’ permite que os curadores possam criar novos ambientes, destacar as obras de arte e organizar exposições únicas. A combinação do forro em tubos de aço carbono com iluminação indireta controlada permite a criação de diversas disposições espaciais, conferindo dinamismo e fluidez ao ambiente”, concluiu o arquiteto minastenista.

Em breve, a Galeria de Arte do complexo cultural minastenista fica pronta para abrigar as exposições de 2024. Acompanhe tudo no canal oficial da Cultura do Minas no Instagram **@mtccultura** e no site do Clube.



Siga o
@mtccultura
no Instagram



Mais detalhes
sobre a Galeria
de Arte

PATROCÍNIO MASTER



CLUBE DA CULTURA MINAS TÊNIS CLUBE



APOIO





Letra no palco

Itamar Vieira Jr. é focalizado no Letra em Cena de abril

Na primeira sessão deste ano do Letra em Cena no Teatro do Centro Cultural Unimed-BH Minas, o autor baiano Itamar Vieira Jr. conversa com o curador do programa literário minastenista, José Eduardo Gonçalves. A leitura de textos será feita pela atriz e doutora em Literaturas de Língua Portuguesa Soraya Martins. O evento é no dia 9 de abril, às 19h, com ingressos gratuitos retirados no site da Sympla.

Esta é a segunda vez que o autor participa do Letra em Cena. Em 2021, no formato on-line do programa devido à pandemia da Covid-19, ele falou sobre a obra de Jorge Amado. No encontro deste mês, o escritor analisa sua própria obra, que tem como carro-chefe o romance "Torto arado" (2019), vencedor dos prêmios Jabuti e Oceanos na categoria Romance, em 2020, indicado ao *The International Booker Prize* 2024 e com mais de 340 retiradas na Biblioteca do Minas. Itamar também escreveu "Dias" (2012), "A Oração do Carasco" (2017), "Doramar ou a odisseia" (2021) e "Salvar o Fogo" (2023).

Em entrevista para a rádio Brasil de Fato, Itamar disse que sua escrita segue uma premissa. "A literatura, como arte narrativa, carrega alguns



Retire seu ingresso gratuito

Itamar Vieira Jr., escritor do best-seller "Torto arado", no palco do Letra em Cena



ADENOR GONDIM

pilares que são comuns a quem escreve. Eu percebi isso e defini para mim o que é importante, o que é relevante. Primeiro, é que a gente precisa aproximar a literatura para que ela chegue ao coração das pessoas, de uma maneira muito per-

tinente. Não quer dizer que a gente vá narrar apenas o que é realidade, o que é verdade, é o que está próximo da vida, da condição humana, próxima aos nossos sentimentos", salientou o escritor baiano. Venha prestigiar!

Dica de leitura

"Vila Vermelho", de Jeter Neves (Editora Record, 2013), é um romance que conta a história de Caburé, um homem que, após alcançar sucesso na vida, resolve fazer o trajeto de volta à vila onde cresceu. O retorno é físico e um exercício de memória, em que ele apresenta ao leitor não só a sua própria história, como também a de uma vila que abriga personagens simples, e por isso complexos, que são um retrato do Brasil profundo e das questões sociais que moldam a nossa identidade. Quando Caburé volta para a Vila Vermelho por conta de circunstâncias um pouco confusas, acaba se reencontrando com seu antigo professor, que agora está acamado. Ele começa a contar toda sua história de vida. É assim que nós vamos nos tornando íntimos da cidade de Vila Vermelho e de personagens apaixonantes.



PATROCÍNIO MÁSTER



PATROCÍNIO



CLUBE DA CULTURA MINAS TÊNIS CLUBE



REALIZAÇÃO





Vamos passear?

Programa Cabeça de Prata vai ao hotel Vila Campana em abril

Uma diária com pensão completa no Hotel Vila Campana que oferece conforto, luxo, gastronomia requintada e muito bem-estar. Tudo isso em Juatuba (MG), a 45 minutos de Belo Horizonte. Esse é o destino dos associados acima de 60 anos nos dias 10 e 11 de abril com o Cabeça de Prata, com atividades de lazer e jantar dançante com música ao vivo e a presença de monitores de dança. O passeio ainda inclui chá da tarde e jantar no primeiro dia e café da manhã e almoço no dia seguinte.

As inscrições são limitadas e podem ser feitas nas Centrais de Atendimento dos Minas I e II, pelo valor de R\$ 700 por pessoa em apartamento duplo e R\$ 1.100 em apartamento single. A saída está marcada para o dia 10/4, às 13h, na portaria da rua Antônio de Albuquerque, no Minas I, e retorno no dia 11/4, às 16h. Participe! Mais informações: 3516-2000.

DIVULGAÇÃO



Chef Caio Soter ensina a preparação de um menu em homenagem às mães

Aprendizado com degustação

Vem aí o Panela de Prata especial Dia das Mães. As inscrições, limitadas, abrem no dia 22 de abril, nas Centrais de Atendimento das Unidades I e II, a R\$ 80 por pessoa. O evento, exclusivo para os "cabeças de prata", é no dia 8 de maio, às 16h, no Restaurante do Minas II.

Desta vez, quem comanda a aula-show é o chef belo-horizontino Caio Soter, dono do restaurante Pacato, classificado o 21º melhor restaurante da capital no ranking Exame dos 100 melhores. Ele também assina o menu do bar Pirex, no centro de BH. Com o propósito de valorizar, enaltecer e perpetuar a cozinha e a cultura alimentar de Minas Gerais em seus cardápios, aulas e conteúdos para as mídias sociais, Caio Soter apresenta aos minastenistas a preparação de um menu completo – entrada, prato principal e sobremesa –, ideal para o almoço em homenagem às mães, no estilo mineirês.

Venha participar da aula, que também dá direito à degustação dos pratos e de um sorteio de brindes. Mais informações: 3516-2000.

AGENDA DE ABRIL

Segundas

Dias

1º, 8,
15, 22
e 29

DANÇA DE SALÃO DO CABEÇA DE PRATA

Aulas coletivas com professores de dança em 4 turmas: Intermediária 1 e 2 e Iniciante 1 e 2, no Salão de Festas da Sede Social do Minas I. Ritmos: Bolero, Samba e Forró. Exclusivo para sócios acima de 60 anos – Consulte horários e disponibilidade de vagas pelo telefone: (31) 3516-2084.

Quarta

Dia 10

PASSEIO AO HOTEL VILA CAMPANA

Informações no texto.

Quarta

Dia 17

BINGO SOLIDÁRIO

Minas I – Salão de Festas do CF – 15h

Evento em benefício da Associação Beneficente dos Empregados do Minas (ABEM), com brindes variados. Entrada gratuita para sócios e convidados e venda de cartela no local. Mais informações: 3516-2000.

Quarta

Dia 24

TARDE DANÇANTE E COMEMORAÇÃO DOS ANIVERSARIANTES DE ABRIL

Minas I – Salão da Sede Social – 16h às 18h30

Bolo, música ao vivo, serviço de bar, participação de monitores de dança e sorteio de brinde entre os aniversariantes. Evento gratuito e exclusivo para sócios do MTC acima de 60 anos.

MAIO

Quarta

Dia 8

PANELA DE PRATA ESPECIAL DIA DAS MÃES

Informações no texto.





Festa das Mães

Evento este ano é no Minas Náutico, com shows de César Menotti e Fabiano e 14 Bis

Maio é o mês de celebrar com toda a família na tradicional Festa das Mães, um dos principais eventos do Minas. A celebração está marcada para o dia 5 de maio, das 10h às 18h, no Minas Náutico. Já salve a data, avise os amigos e venha aproveitar mais um evento de qualidade no seu Clube do coração!

Quem abre os shows é a banda 14 Bis. Fundada em Belo Horizonte e apadrinhada por Milton Nascimento, o grupo agita a festa com as mais clássicas canções que fazem parte da história do rock nacional. O show está previsto para as 13h. Em seguida, um sertanejo raiz toma conta do palco: a dupla César Menotti e Fabiano, irmãos conhecidos pelas vozes potentes e canções que fazem sucesso em todo o Brasil, como "Leilão", "Não era eu" e "Eu sem você não dá", prometem fazer todo mundo cantar as músicas mais clássicas do gênero musical. O show está previsto para as 15h.

Vale lembrar que a Festa do Dia das Mães é no Minas Náutico este ano, em caráter excepcional, devido ao cancelamento do evento em comemoração do Aniversário de 88 anos do Minas. No dia 1º de outubro de 2023, os shows da banda 14 Bis e da dupla César Menotti e Fabiano seriam realizados no evento, mas, em decorrência das fortes chuvas, o adiamento foi necessário para zelar pela segurança de todos.

A Festa das Mães tem entrada gratuita para sócios do MTC e do Náutico. E a partir do dia 8 de abril, há venda limitada de ingressos para convidados dos sócios, nas Centrais de Atendimento, pelo valor de R\$ 280 por pessoa (limite de 2 por cota). Não perca!



Banda 14 Bis traz os maiores sucessos do rock nacional

DIVULGAÇÃO



Os irmãos César Menotti e Fabiano agitam a Festa das Mães com o melhor do sertanejo

DIVULGAÇÃO

Festa das Mães

Data: 5/5 (domingo)

Horário: 10h às 18h

Local: Minas Náutico

Atrações musicais: 14 Bis e César Menotti e Fabiano

Evento gratuito para sócios do MTC e Náutico.

Ingressos para convidados de sócios: venda limitada a partir do dia 8/4, nas Centrais de Atendimento, no valor de R\$ 280 por pessoa (limite de 2 por cota)

Mais informações: (31) 3516-1000 | 2000.



Abril no Minas

Confira a programação de recreação e lazer deste mês

ARVORISMO E MURO DE ESCALADA

Sábados e domingos

10h30 às 14h30 (Minas Country) – Circuitos 1 e 2

HIDRO DANCE

Sábados e domingos

11h às 12h

Minas I – Piscina de Caminhada

ESPAÇO DA CRIANÇA

Minas I – mezanino (até 6 anos):

diariamente, das 9h às 19h.

Piso térreo (de 5 a 12 anos):

horário de funcionamento da Unidade.

No mezanino do Espaço da Criança do Minas I, são realizadas, de segunda-feira a domingo, atividades monitoradas, como teatro de fantoches (às 10h30 e às 16h30), oficina de desenho e colagem, brincadeiras no tapete, pintura facial e modelagem no balão.

Minas II – horário de funcionamento da Unidade.

Minas Country – diariamente, das 9h às 17h.

ATIVIDADES PARA ADULTOS

Atividades de integração psicomotora monitorada

Foco em equilíbrio, orientação espaço-temporal, memória, ritmo, coordenação motora, esquema corporal, lateralidade, alongamento e fortalecimento muscular. Não é necessário fazer inscrição.

De segunda a sexta-feira, na área da lanchonete do Centro de Facilidades (CF 3), no **Minas I**, às 7h30, 8h30 e 9h30; e no gramado do **Minas II**, às 8h e 9h. Em caso de chuva, as atividades na segunda Unidade são transferidas para a quadra coberta de peteca.

Oficinas de ginástica dance, coordenação e equilíbrio e respiração e relaxamento

De segunda a sexta-feira, às 10h, no Minas I, e às 9h30, no Minas II.

Mais informações: (31) 3516-1302.

Quinta no Country – Especial Dia das Mães

Dia 9/5, com saída da portaria Espírito Santo (Minas I), às 8h30, e passagem pelo Minas II. Evento especial em comemoração do Dia das Mães com um dia de atividades no Minas Country, como bingo, aula de dança, música, sorteio de brindes e muito mais.

Inscrições a partir do dia 9/4 nas Centrais de Atendimento das Unidades I e II. Valor por pessoa: R\$ 120, incluindo transporte, café da manhã, almoço e a participação nas atividades. Vagas limitadas!

Aulão de Aqua Zumba

Dia 18/4, a partir das 9h30, na Piscina de Caminhada do Minas I.

Aula com o objetivo de promover a dança no ambiente aquático, proporcionando alegria, descontração, saúde e bem-estar. Atividades: alongamentos, música, dança e sorteio de brindes. Evento gratuito e não é necessário fazer inscrição. **Mais informações:** (31) 3516-1302.

Aulão especial – Dança de Salão

Dia 24/4, a partir das 9h30, no CF 3 do Minas I.

Que tal um aulão especial de dança de salão? A dança contribui para o condicionamento físico, a coordenação motora, além de ser uma atividade superdivertida. Evento gratuito e não é necessário fazer inscrição.

Mais informações: (31) 3516-1302.

TORNEIOS INTERNOS

1º/4 – 3ª Classe Torneio Interno de Tênis Simples

Inscrições: até uma semana antes do início da categoria, nas Salas de Tênis dos Minas I e II ou no Departamento de Entretenimento (P2 do CT, no Minas I). Vagas limitadas.

Jogos: segundas, quartas e sextas-feiras, das 18h40 às 22h, e aos sábados e domingos, das 14h às 20h, nas quadras de tênis do Minas I (CL7).

Próximas categorias: 4ª Classe Simples – maio | 1ª, 5ª e Iniciantes Simples – junho | +60 anos Simples Masculino – julho.

Premiação para 1º e 2º colocados e participação na Festa de Confraternização do Torneio de Tênis no final do ano. **Mais informações:** (31) 3516-1301.



Inscrição on-line
para o Torneio
Interno de Tênis

Corrida de Rua | Abril **TRACK & FIELD**



Xeque-mate

Torneio Interno de Xadrez
abre a temporada 2024



Confira o
resultado
completo e
mais fotos

DIA	EVENTO	LOCAL	HORÁRIO
1ª /4 (segunda)	meet point	Belvedere	18h às 20h
2/4 (terça)	meet point	Minas I	6h30 às 9h
3/4 (quarta)	meet point	Belvedere	18h às 20h
4/4 (quinta)	meet point	Minas I	6h30 às 9h
6/4 (sábado)	meet point	Belvedere	7h às 10h
8/4 (segunda)	meet point	Belvedere	18h às 20h
9/4 (terça)	meet point	Minas I	6h30 às 9h
10/4 (quarta)	meet point	Belvedere	18h às 20h
11/4 (quinta)	meet point	Minas I	6h30 às 9h
13/4 (sábado)	meet point	Belvedere	7h às 10h
15/4 (segunda)	meet point	Belvedere	18h às 20h
16/4 (terça)	meet point	Minas I	6h30 às 9h
17/4 (quarta)	meet point	Belvedere	18h às 20h
18/4 (quinta)	meet point	Minas I	6h30 às 9h
20/4 (sábado)	meet point	Minas I	7h às 9h
21/4 (domingo)	6º Volta Oficial da Contorno	Praça Floriano Peixoto	7h às 10h
22/4 (segunda)	meet point	Belvedere	18h às 20h
23/4 (terça)	meet point	Minas I	6h30 às 9h
24/4 (quarta)	meet point	Belvedere	18h às 20h
25/4 (quinta)	meet point	Minas I	6h30 às 9h
27/4 (sábado)	meet point	Minas I	7h às 9h
28/4 (domingo)	Corrida Supernosso	Pampulha	7h às 10h
28/4 (domingo)	Maratona de Mendonza	Mendonza (Argentina)	7h às 12h
29/4 (segunda)	meet point	Belvedere	18h às 20h
30/4 (terça)	meet point	Minas I	6h30 às 9h

O CF 3 do Minas I recebeu, em março, o Torneio Interno de Xadrez, que abriu a temporada 2024 de competições recreativas com muitos xeque-mates. No total, os 60 sócios participantes foram distribuídos em 3 categorias: 6 a 10 anos, 11 a 17 anos e Adultos, com dois dias de torneio. Os três ganhadores de cada categoria receberam seus troféus das mãos da diretora de Recreação e Torneios Internos do Clube, Flávia do Valle. Parabéns aos vencedores!



Ganhadores da
categoria 6 a 10 anos



Ganhadores da
categoria 11 a 17 anos



Ganhadores da
categoria Adultos

LANÇAMENTO

PULSE

SANTO AGOSTINHO

AQUI PULSA A SUA VIDA

Ao mesmo tempo em que poderá usufruir de uma rede incomparável de comodidades, em um dos bairros mais tradicionais de BH, você terá à disposição ambientes elegantes, projetados com inteligência e foco no seu bem-estar.

1^o e 2^o quartos
com suíte

34 A 67 M²

ALTO PADRÃO

LAZER PREMIUM

📍 Rua Gonçalves Dias, 2.892

INICIE UMA DAS
MELHORES JORNADAS
DA SUA VIDA.



VISITE O DECORADO

☎ 31 3281-7070 • canopus.com.br

 **canopus**

Compromisso em cada detalhe

Pulse. Incorporação registrada sob nº R-3- 168.647 na matrícula 168.647 no 1º Ofício de Registro de Imóveis de Belo Horizonte em 08/02/2024. Dávila Arquitetura - CAU n. 9063-8. RT Obra Carlos Alberto de Araujo - CREA 260280274-3. A fachada, as áreas comuns e todas as unidades residenciais e comerciais serão entregues conforme projeto e memorial descritivo do empreendimento. Materiais, acabamentos, revestimentos, equipamentos, infraestrutura para ar-condicionado e a vegetação representada em todas as imagens e perspectivas do empreendimento são meramente ilustrativos. Os ambientes reproduzidos nas imagens e no apartamento decorado têm a finalidade de servir como mera sugestão de decoração e disponibilidade de espaços. O empreendimento será entregue conforme Memorial Descritivo. CRECI n. PJ0639. Impresso em fevereiro/2024.



Medalhistas orgulhosos: Maria Clara, Eduardo e Maria Luiza exibem a conquista na Tailândia

Estudo e esporte juntos

Sócios e atletas da base minastenista são medalhistas em olimpíada de matemática

No Minas, a formação esportiva dos atletas da base trabalha não somente o desempenho técnico dos jovens, mas também a disciplina, a gestão do tempo e a formação de cidadãos preparados para o futuro e aptos a contribuir para uma sociedade melhor, em todos os aspectos. Os jovens aprendem a conciliar seus estudos com a rotina de treinos no Clube, suas duas maiores responsabilidades nesta fase da vida. Nesse sentido, as estratégias desenvolvidas pela equipe multidisciplinar do Clube visa prepará-los para os desafios do dia a dia, trazendo benefícios ao convívio familiar e melhorias no desempenho escolar.

Exemplos disso são três atletas do Clube que conquistaram medalha de bronze na última edição da *International Talent Mathematics Contest* (ITMC) – em português, Concurso Internacional de Talentos em Matemática –, disputada em março, em Bangkok, na Tailândia. Minastenistas e estudantes do tradicional Colégio Loyola, em Belo Horizonte, a atleta de vôlei feminino Maria Clara Gonçalves de Oliveira, 15 anos, a nadadora Maria Luiza Gouveia Ferreira, 14 anos, e o jogador de futsal Eduardo Valladares Moreira Lasmar, 15 anos, foram membros da equipe do colégio no sudeste asiático, formada por estudantes do 9º Ano à 2ª Série que conquistaram medalha de ouro na edição brasileira da Olimpíada Internacional Matemática sem Fronteiras (OIMSF), em 2023. A ITMC é uma iniciativa da Thai Talent Training – Agência de Educação para Superdotação em Matemática da Tailândia, uma das principais instituições mundiais voltadas ao Ensino de Matemática e à preparação olímpica. De acordo com a Rede de Programa de Olimpíadas

Maria Clara: muitos pontos nas quadras e na escola





do Conhecimento (POC), instituição que representa o evento no Brasil, 17 escolas de oito estados participaram, em um total de 110 estudantes brasileiros.

Para a atleta de vôlei Maria Clara, o estudo tem um papel crucial na vida. “O estudo é uma janela de oportunidade, a possibilidade de crescimento pessoal e intelectual. É uma forma de realmente ter a capacidade de expandir as minhas ideias e meus olhares. E formar o raciocínio lógico, desenvolver conhecimentos gerais sobre o mundo e me tornar uma cidadã melhor. Durante a preparação pra fazer essa olimpíada lá na Tailândia, a gente teve aulas e tarefas para fazer nas férias. Ser atleta do Minas me auxiliou muito nessa disciplina, para focar realmente e criar motivação para conseguir estudar e ter a noção prolongada de que eu precisaria do estudo para essa prova e por isso eu teria que me dedicar naquele momento para colher os resultados depois. E essa é a base de todo atleta, né? Você treina muito pra ir na competição, pra ir em uma disputa... só assim você tem um bom resultado”, explicou a jovem.

Papel semelhante ocupa o estudo na vida de Eduardo Lasmar, que guarda com carinho na memória a vivência na Tailândia. “A experiência superou em muito as minhas expectativas. Me surpreendi com o grau de dificuldade da prova, com a fluência dos demais estrangeiros na língua inglesa e sobretudo com a forma como fomos acolhidos e bem recebidos lá. A cultura do país é muito rica e grandiosa e distinta do que vivemos aqui”. Segundo o jovem, ser atleta do Clube é um dos segredos na conquista da medalha na ITMC: “Treino no Minas desde criança, no Curso de Futsal. O esporte me trouxe, além de comprometimento, foco, responsabilidade e grandes amigos para a vida. Eu sou uma pessoa competitiva e por meio do esporte aprendi a estabelecer metas para mim, o que

Eduardo: dedicação aos
chutes e à matemática



Maria Luiza: do tempo nas piscinas
aos cálculos matemáticos

amplia minha motivação e atenção na atividade que estou desempenhando. Aplicando isso aos estudos, acredito que a matemática é sempre desafiadora e me instiga a sempre buscar o melhor. Além disso, o envolvimento e a concentração que temos durante os treinos no Minas certamente nos encorajam a romper os desafios matemáticos”.

Obstáculos que a Maria Luiza Ferreira supera com maestria nas piscinas do Minas, enquanto atleta de natação, e nos cálculos da ITMC na Tailândia. “O controle de ansiedade, o foco e a administração do tempo são habilidades muito importantes que adquiri na natação e aplico na minha formação educacional e na minha preparação para a competição na Tailândia. A prova estava desafiadora, mas de uma forma positiva. O reconhecimento do meu interesse e resultados na matemática e o fato de que esse tipo de competição é valorizada no currículo escolar me motivaram a participar da ITMC. O estudo é a minha responsabilidade e uma oportunidade de aprender para iniciar a construção do meu futuro”.

Futuro que Maria Clara, Eduardo e Maria Luiza constroem diariamente, nos treinos do Minas, nas salas de aula do Loyola, em casa e na vida, plantando sementes regadas com medalhas internacionais e que certamente geram os melhores frutos, pois os três sabem que conciliar estudo e esporte é uma das melhores formas de garantir uma vida saudável, no amanhã. Medalha de bronze com orgulho e satisfação em ouro. Parabéns, jovens minastenistas!

Marcada na história

Capitã do Gerdau Minas, Thaisa completa a marca de 5 mil pontos pela Superliga

Bicampeã olímpica, oito títulos de Superliga, mais de vinte anos de dedicação total ao voleibol e cinco mil bolas no chão. O sucesso de Thaisa Daher deve ser aplaudido de pé. E foi isso que aconteceu no último dia 8 de março, na Arena UniBH. Diante de 3 mil torcedores do Gerdau Minas, a central completou a incrível marca de 5 mil pontos na carreira jogando pela Superliga Feminina.

Thaisa entrou em quadra precisando de apenas quatro pontos para atingir a pontuação. Para ela, a conquista traduz todo o esforço de uma atleta de alto rendimento ao longo dos anos. “Essa marca simboliza tudo o que a gente passa, todos os dias aqui dando o nosso melhor, 200%, e não adianta vir aqui e dar 10%. Na vida de atleta não tem essa de pegar um atestado médico e ficar fora, por muitas vezes jogamos com cólica, dores, e vida que segue. A cereja do bolo é muito linda, mas os bastidores e o carinho dos fãs é o que faz valer a pena”, destacou a central.

Com 1,96m e 36 anos, Thaisa faz parte do DNA formador do Minas e foi revelada em 2002. Sua segunda passagem vestindo as cores do Clube começou em maio de 2019 e desde então a central é peça decisiva no plantel. Pela seleção brasileira, ela é vista como uma referência para a geração e visa os Jogos Olímpicos de Paris 2024, que pode ser o terceiro de sua carreira.

A conquista de Thaisa ocorreu justamente no Dia Internacional da Mulher, uma data que reforça o poder e a força feminina. “Estamos vencendo muitas barreiras

nesta luta, não só na vida, mas no esporte também. Que sigamos lutando contra as diferenças entre homens e mulheres, mostrando a nossa força, que tem muitas pessoas que se inspiram na gente. Sigo querendo servir de inspiração para essas mulheres não só no esporte, mas na vida”, concluiu a atleta.

Hora do mata-mata

A última fase da Superliga Feminina de Vôlei começou! Dono de quatro títulos do torneio, o Gerdau Minas esteve presente nas últimas quatro finais, todas diante do Dentil/Praia Clube. A definição do título está marcada para o dia 21 de abril.

Dirigindo a equipe desde 2019, o técnico Nicola Negro busca seu terceiro título no comando da equipe minastense. Ele reforça a tradição da camisa e acredita no potencial do elenco que tem em mãos. “Está sendo uma temporada intensa, mas quando entra o mata-mata tudo muda. Temos um elenco de altíssimo nível e defendemos um Clube com muita história na competição. Tudo isso interfere nessa fase”, destacou.

Fique de olho nas redes sociais do @mtcvolei para se manter antenado nos compromissos das Guerreiras de Aço nos play-offs e compareça à Arena UniBH!

Apoio

As atletas do voleibol feminino do Minas são beneficiadas com recursos de projetos vinculados ao Comitê Brasileiro de Clubes. O preparador físico Alexandre Marinho e o fisioterapeuta Ricardo Carvalho participam do Projeto Formação de Atletas por meio do Investimento em Profissionais do Esporte – Ciclo 2021/2024, Termo de Execução nº 25/2020, parceria Minas e CBC.



Thaisa recebeu homenagens em casa, na Arena UniBH



Siga o
@mtcvolei
no Instagram





NOVA FIAT TITANO



Leo Burnett TM



CHEGOU A SUA VEZ DE FAZER HISTÓRIA



PAZ NO TRÂNSITO COMEÇA POR VOCÊ.

CÂMERA 360° OFF ROAD



TRAÇÃO 4X4



MAIOR CAÇAMBA DA CATEGORIA



Gigantes no Esporte

Minas lança websérie com bastidores do esporte de alto rendimento



Assista à série
Gigantes no
Esporte

Você já pensou nos desafios da carreira de um atleta? Disciplina, determinação, persistência e resiliência são características comuns entre os esportistas. A maioria deles também encara anos em uma rotina de treinamentos, cuidados com alimentação e sono, além de terem que abdicar de diversas situações, incluindo fins de semana e momentos com a família. Tudo isso sem garantias, já que derrotas e imprevistos, como as lesões, fazem parte.

Em um ambiente que se torna cada vez mais competitivo, a ciência passou a desempenhar um papel decisivo. No Minas, dezenas de profissionais se dedicam diariamente para auxiliar atletas a alcançarem o melhor desempenho físico e técnico. Por trás do alto rendimento individual e coletivo, é realizado um trabalho minucioso e de forma integrada entre fisioterapeutas, preparadores físicos, médicos, psicólogos e nutricionistas, além de outros

especialistas que estudam, analisam e propõem intervenções determinantes para o desempenho dos atletas.

Exemplo disso é o trabalho realizado com o ponteiro Arthur Bento, de 19 anos e 2,08m. Formado nas categorias de base do Clube e considerado uma das principais revelações do vôlei brasileiro, o jogador sofreu uma fratura no quinto metatarso do pé esquerdo em setembro

de 2023. Após ser submetido a uma cirurgia, o atleta contou com uma força-tarefa da equipe multidisciplinar do Minas que, além de garantir a recuperação de Arthur em quatro meses, ainda aproveitou a oportunidade para promover correções em padrões técnicos, como na mecânica do movimento de salto do jogador.

“O nosso Clube é referência na prevenção e recuperação de lesões. Contamos com um departamento de saúde e uma equipe multidisciplinar espetaculares, com profissionais que são referências em suas áreas de atuação. Com isso, há quase nove décadas revelamos jovens atletas para o cenário esportivo nacional e internacional. Consequentemente, o Minas se faz presente em disputas de importantes títulos em todas as modalidades. Tudo isso faz parte do nosso DNA”, destacou o presidente do Minas, Carlos Henrique Martins Teixeira.

No YouTube

O Clube lançou a produção original “Gigantes no Esporte”. Dividida em cinco episódios, a websérie revela o que está por trás do desempenho de mais de mil atletas federados pelo Clube, com foco na prevenção e recuperação de lesões. O primeiro episódio, disponível no canal oficial do Minas no YouTube, mostra detalhes do processo de recuperação do ponteiro Arthur Bento. Assista!

Apoio

Os atletas do vôlei masculino são beneficiados com recursos de projetos vinculados ao Comitê Brasileiro de Clubes (CBC). O técnico Guilherme Novaes, o fisioterapeuta Filipe Augusto e o preparador físico Davidson Alves participam do Projeto Formação de Atletas por meio do Investimento em Profissionais do Esporte – Ciclo 2021/2024, Termo de Execução nº 25/2020, parceria Minas e Comitê Brasileiro de Clubes.

Recuperação do ponteiro Arthur é tema do primeiro episódio da série



GERDAU É A INDÚSTRIA LÍDER EM REPUTAÇÃO NO BRASIL

1º lugar em mineração,
siderurgia e metalurgia no
Ranking Merco de reputação
corporativa Brasil



A **Gerdau, maior empresa brasileira produtora de aço**, é a empresa industrial B2B de melhor reputação no Brasil, segundo a **10ª edição do Ranking Merco 2023**, divulgada no dia 14 de março.

Um reconhecimento que reflete o **nosso compromisso com um diálogo contínuo e transparente** com todos os nossos públicos e o fortalecimento da conexão da marca Gerdau com a sociedade em geral.

Siga a Gerdau nas redes sociais:



GERDAU
O futuro se molda

10 ANOS
merco
EMPRESAS

Ritmo porteño

Baralle baila no Ibirapuera e leva o Torneio de Habilidades do Jogo das Estrelas do NBB

É o mais habilidoso do NBB (e a gente já sabia)! Em sua temporada de estreia no Brasil, o armador Franco Baralle tem tido um ótimo desempenho com a camisa do Minas, o que o garantiu no Jogo das Estrelas do Novo Basquete Brasil – NBB CALXA –, disputado em março, no Ginásio do Ibirapuera, em São Paulo. Com um ritmo cadenciado e preciso, como manda o basquete argentino, o minastenista foi o grande campeão do Torneio de Habilidades.

Seu primeiro ano fora do país natal é de chamar atenção. Pela tempestade, o atleta de 25 anos acumula médias de 12.4 pontos, 5.3 assistências e 3.4 rebotes. Ele também participou do evento principal da semana das estrelas, mas parou na semifinal junto de Chuzito Gonzalez e do técnico Léo Costa.

No Torneio de Habilidades, os atletas precisavam demonstrar destreza, velocidade e talento para completar um circuito de obstáculos. Para conquistar o título, Baralle derrotou Paulo Lourenço, do BRB/Brasília, nas quartas. Na semi, superou o compatriota Facundo Corvalán, da Unifacisa. Na decisão, levou a melhor sobre Felipe Motta, do Flamengo.

“O segredo foi matar a última bola. Muitos vêm desesperados para

acabar e não se concentram na última bola”, avaliou. “Foi muito legal, é uma experiência única para mim. Na Argentina tem esse tipo de evento, mas aqui é muito especial. Os caras elogiam muito esse evento, aproveitam, desfrutam. E eu vim aqui com essa expectativa, de relaxar, aproveitar”, afirmou o campeão.

Quem também fez bonito na disputa dos Desafios Individuais foi o ala Felipe Vezaro, vice-campeão do Torneio de 3 Pontos. Nas eliminatórias, o arqueiro minastenista registrou a melhor parcial da noite, com 22 pontos. Porém, na grande final, foi superado pelo americano/panamenho Trevor Gaskins, da Unifacisa.

Apoio

Os atletas são beneficiados com recursos de projetos vinculados ao Comitê Brasileiro de Clubes. O técnico Leonardo Costa, o preparador físico Pablo Rebouças e a fisioterapeuta Ellen Exmalte participam do Projeto Formação de Atletas por meio do Investimento em Profissionais do Esporte – Ciclo 2021/2024, Termo de Execução nº 25/2020, parceria Minas e CBC. O Campeonato Brasileiro Interclubes de Basquetebol – NBB 2023-2024 faz parte do Calendário de Campeonatos Interclubes – CBC 2023, e os atletas e comissão técnica do Minas participam conforme o Termo de Compromisso nº 1105/CBI – Ciclo Olímpico 2021/2024, parceria Minas e CBC.

Evento principal

No encontro dos melhores jogadores do basquete brasileiro, o Time André Góes, composto por Alexandre Paranhos, Danilo Fuzaro e Felipe Vezaro, do Minas, conquistou o título do Jogo das Estrelas 2024. Para levantar o troféu, os atletas da Tempestade venceram o Time Elinho e o Time Márcio. Vezaro foi o destaque da semifinal, com 8 pontos e 4 rebotes.

Baralle durante o circuito de habilidades do Jogo das Estrelas



Franco Baralle foi o grande campeão do Torneio de Habilidades



Acompanhe o
@mtcbasquete
no Instagram



FOTOLUMP/LNB



Em ação

Com apoio da torcida, Itambé Minas começa temporada promissora

Itambé Minas
foi campeão da
Supercopa Minas



Mais detalhes
no Instagram
@mtcfutsal

O Itambé Minas já encarou os primeiros desafios de uma temporada que promete ser especial. Além da disputa da Super Copa Gramado, tradicional torneio de pré-temporada, o time minastenista entrou em quadra pela 1ª edição da Supercopa Minas de Futsal, promovida pelo Minas Tênis Clube. Realizada na Arena UniBH, a competição reuniu seis equipes: o anfitrião Itambé Minas e o América, de Minas Gerais, o E. C. Corrêas e o Magé Futsal, do Rio de Janeiro (RJ), além dos paulistas São José e Taubaté, que também participam da Liga Nacional de Futsal (LNF).

Em casa e com o apoio da torcida, o Itambé Minas fez bonito no caminho até o título da Supercopa Minas. Com exceção do empate na estreia, o time emplacou uma sequência de goleadas. Na fase classificatória, vitória pelo placar de 10 a 0 sobre o Corrêas e por 4 a 0 contra o São José. Na grande final, mais um triunfo por 4 a 0 diante da equipe do Taubaté. Os atletas minastenistas ainda faturaram prêmios individuais na Supercopa: o ala Gabriel Ribeiro foi eleito o destaque da competição e Anderson o goleiro menos vazado.

Agora, em abril, o Itambé Minas disputa os primeiros jogos pela fase classificatória da LNF 2024. Os compromissos são: dia 6/4, às 14h, contra Cascavel, na Arena UniBH; dia 20/4, às 19h, contra o ACBF, em Carlos Barbosa (RS); e no dia 27/4, às 14h, na Arena UniBH, a equipe enfrenta o São Lourenço. As três partidas têm transmissão pela LNFTV. Nos jogos em casa, venha para a Arena UNIBH!



Sintonize na
Alvorada FM
também no



Não perca bastidores
da rádio, curiosidades,
tudo sobre o seu artista
favorito e muito mais.



Siga
agora
mesmo!



ALVORADA
FM 94.9

Caras novas

Minas reforça categorias de base com judocas promissores



Da esquerda para direita: José Tiago, José Eduardo, Mariana, Bianca e Calebe

Um dos principais clubes formadores do judô nacional, o Minas Tênis Clube segue reforçando suas categorias de base de olho no futuro. Assim, Bianca Freitas, José Eduardo Garcia, José Tiago Neves Filho e Mariana Muniz se juntam à equipe Sub-18 minastenista, enquanto Calebe Santos compõe o Sub-21.

Depois do grande sucesso com a manauara Clarice Ribeiro, campeã mundial Sub-18 em 2023, a comissão técnica trouxe mais dois judocas promissores do Amazonas: Bianca, de 14 anos, e José Tiago, de 16.

“A Bianca é uma atleta que tem muito potencial. Ela ficou em terceiro lugar no Meeting Nacional e foi campeã do Torneio Início. Já o José Tiago tem sido um dos destaques do Sub-18. Ele foi terceiro na Seletiva Nacional, campeão do Meeting e do Torneio Início e participou do Circuito Europeu em março”, contou o técnico Gabriel Silva.

Do centro-oeste do Brasil, outros dois talentos vieram para o clube mineiro: os goianos José Eduardo, de 17 anos, e Mariana, de 16. “O José já queria ser do Minas há muito tempo. Este ano ele marcou um teste conosco e falou que iria trazer alguns amigos, e um deles foi a Mariana. Quando olhamos o currículo, ela tinha acabado de ser campeã da Seletiva Sub-18, então ficamos interessadíssimos”, revelou o treinador, que completou: “São atletas jovens, no último ano da classe Sub-18. O José tem um porte físico bem legal, e a adaptação da Mariana foi tão rápida que parecia que ela já fazia parte do Minas há muito tempo”.

Com passagem pela seleção e velho conhecido da comissão técnica e dos agora colegas de equipe, o paulista Calebe, de 18 anos, chega a Belo Horizonte para engrossar o time Sub-21 minastenista. “Nós já conhecíamos muito bem o currículo dele por já ter lutado com vários atletas do Minas anteriormente. Foi uma grande surpresa e veio para somar muito”, finalizou Gabriel.

Por meio da estrutura oferecida no Centro de Treinamento da Unidade I, os jovens judocas esperam desenvolver ainda mais suas habilidades para continuarem evoluindo em busca de grandes conquistas representando as cores do Clube. Vai, Minas!

Apoio

Os atletas do judô do Minas contam com o apoio do Comitê Brasileiro de Clubes e são beneficiados com recursos aprovado na Lei Federal de Incentivo ao Esporte: Projetos Formação e Desenvolvimento de Atletas por Meio da Integração das Ciências do Esporte, processo nº 71000.044851/2023-15 e Olímpico de Judô – Minas Tênis Clube, processo nº 71000.075383/2022-31. Os técnicos Adriano Rodrigues, Fúlvio Miyata e Gabriel Pedro, o preparador físico André Ferreira e o fisioterapeuta Vitor Reis participam do Projeto Formação de Atletas por meio do Investimento em Profissionais do Esporte – Ciclo 2021/2024, Termo de Execução nº 25/2020, parceria Minas e CBJ.



Siga o @mtcesporte
no Instagram



Novidade de ponta

Arezzo&Co/Minas incorpora mulheres à Comissão Técnica



Treinadoras Joanna Tosta e Mariana Gaspardi (camisas polo) com nadadoras do Arezzo&Co/Minas

Na elite da natação, o Arezzo&Co/Minas destaca-se não apenas pelas suas conquistas nas piscinas, mas também pela sua abordagem inovadora em relação à composição de sua comissão técnica. Em uma iniciativa pioneira, o Clube reconheceu a importância de incorporar uma perspectiva feminina no acompanhamento dos atletas, trazendo duas treinadoras da base para compor a equipe.

Desde o início do projeto em 2023, as treinadoras Joanna Tosta e Mariana Gaspardi desempenham um papel fundamental na orientação e no apoio não apenas para as atletas, mas para todo o grupo. “É muito bom saber que a gente trabalha num ambiente em que há esse cuidado. O Minas observou essa demanda, viu que seria

importante e nos deu oportunidade”, comentou Joanna.

As técnicas destacam o reconhecimento da necessidade de um “olhar feminino” na borda da piscina, uma vez que a maioria das comissões técnicas brasileiras são compostas por homens. Essa abordagem visa oferecer um acolhimento diferenciado, reconhecendo as especificidades das atletas, mas valorizando o apoio e a orientação ao grupo como um todo.

“Lidar com atletas mulheres é uma questão de respeitar as diferenças entre gêneros. Na verdade, não queremos que elas se sintam tratadas de forma diferente dos homens, mas que se sintam tratadas da forma como

uma mulher precisa ser tratada. Temos questões diferentes, hormônios, sensibilidades diferentes, e uma oscilação diferente de humor”, ressaltou Mariana, apoiada por Joanna: “Fico muito feliz em integrar uma equipe assim e em ter a oportunidade de auxiliar o Minas neste percurso durante o período em que estou com os nadadores da ponta”, completou Joanna.

A iniciativa evidencia o compromisso do Minas Tênis Clube em promover uma cultura inclusiva e diversificada. E demonstra como a integração feminina na comissão técnica contribui para o desenvolvimento dos atletas e para o avanço do esporte como um todo.

Apoio

Os atletas da natação do Minas contam com o apoio do Comitê Brasileiro de Clubes e são beneficiados com recursos aprovado na Lei Federal de Incentivo ao Esporte: Projeto Olímpico de Natação – Minas Tênis Clube, processo nº 71000.052257/2023-90. Os preparadores físicos Wander Pires e Gabriel Souza e a fisioterapeuta Tatiana Moreira participam do Projeto Formação de Atletas por meio do Investimento em Profissionais do Esporte – Ciclo 2021/2024, Termo de Execução nº 25/2020, parceria Minas e CBC.



Siga o
@mtcnatacao
no Instagram



MINISTÉRIO DO
ESPORTE



**AREZZO
&CO**



Rumo ao topo

Ginasta minastenista quebra recorde pessoal e traça metas ambiciosas para 2024

Gabriel Sousa, de 18 anos, ginasta de trampolim do Minas Tênis Clube, tem sido uma figura em ascensão no mundo da ginástica. No ano passado, ele quebrou seu recorde pessoal e conquistou feitos notáveis nos campeonatos, estabelecendo um novo padrão para si mesmo. Agora, com as expectativas em alta para os próximos meses, ele está pronto para enfrentar novos desafios e alcançar ainda mais sucesso.

O ponto alto de Gabriel em 2023 foi o Campeonato Mundial por Idades de Ginástica de Trampolim, na categoria 17 a 21 anos, realizado na Inglaterra. Foi nessa competição que ele brilhou, ficando em quarto lugar no Individual, mas também superou seu recorde pessoal na série de pontuação, chegando a 56,310 pontos. Na oportunidade, ele também garantiu o quarto lugar na disputa do trampolim sincronizado.

De olho no futuro, o minastenista compartilha suas expectativas para as competições seguintes, sendo o Campeonato Pan-Americano Sênior seu próximo grande desafio, em Lima, no Peru, em maio deste ano. "Eu estou treinando muito para conseguir

subir no pódio e dar o meu melhor. Vou tentar melhorar minha pontuação de novo", afirmou o atleta.

Para cumprir seus objetivos, o ginasta está ajustando sua série, adicionando mais dificuldades para elevar ainda mais seu nível competitivo. Enquanto se prepara para os desafios que estão por vir, Gabriel destaca a importância do apoio de sua equipe técnica, incluindo o técnico Alexandro Rungue. "As expectativas para o Gabriel este ano são muito boas. Ele parece estar mais maduro e confiante do que no ano passado devido ao ano produtivo que teve. Ele melhorou na parte técnica que vai refletir nas competições futuras este ano. No ano olímpico, os atletas mais jovens afloram a vontade de treinar para correr atrás do sonho de conquistar uma vaga nos Jogos no futuro", destacou o treinador.



MINISTÉRIO DO ESPORTE



Gabriel Sousa bateu seu recorde pessoal no Campeonato Mundial por Idades, em 2023



Apoio

Os atletas da Ginástica contam com o apoio do Comitê Brasileiro de Clubes (CBC) e são beneficiados com recursos de projetos aprovados na Lei Federal de Incentivo ao Esporte: Projeto Formação e Desenvolvimento de Atletas por Meio da Integração das Ciências do Esporte, processo nº 71000.044851/2023-15. Os técnicos Alexandro Rungue, Silton Furiati, o preparador físico Leandro Souza e a fisioterapeuta Fernanda Viegas participam do Projeto Formação de Atletas por meio do Investimento em Profissionais do Esporte – Ciclo 2021/2024, Termo de Execução nº 25/2020, parceria Minas e CBC.



Novos treinadores

Larissa Barbosa e Rômulo Rocha comandam a base da ginástica artística feminina

Treinadores Larissa Barbosa e Rômulo Rocha pretendem formar ginastas talentosas

O Minas contratou dois novos técnicos para a base da ginástica artística feminina: Larissa Barbosa, ex-instrutora do Curso de Ginástica Artística, e Rômulo Rocha, ex-atleta do Clube.

Na ginástica desde de criança, Larissa traz consigo uma bagagem rica em experiências tanto como atleta quanto como profissional da área. "Quando surgiu o processo seletivo para a equipe técnica, vi como uma chance de retomar o trabalho que já realizava em São Paulo, minha cidade natal". A treinadora ainda destacou: "Para trabalhar com crianças é importante deixá-las serem crianças. É mostrar que estão em um processo de treinamento sério, mas divertido".

Rômulo também está empolgado com a oportunidade. Com uma história com

o Clube iniciada em 1987, quando se tornou ginasta, o treinador guarda uma paixão e dedicação pela modalidade. Ambos os técnicos estão comprometidos com esse novo desafio e esperam formar uma nova geração de ginastas talentosas, trabalhando em parceria.

Apoio

Os atletas da Ginástica contam com o apoio do Comitê Brasileiro de Clubes (CBC) e são beneficiados com recursos de projetos aprovados na Lei Federal de Incentivo ao Esporte: Projeto Formação e Desenvolvimento de Atletas por Meio da Integração das Ciências do Esporte, processo nº 71000.044851/2023-15. Os técnicos Guilherme Moschen, Rodrigo Thurler, o preparador físico Leandro Souza e a fisioterapeuta Fernanda Viegas participam do Projeto Formação de Atletas por meio do Investimento em Profissionais do Esporte – Ciclo 2021/2024, Termo de Execução nº 25/2020, parceria Minas e CBC.



MINISTÉRIO DO ESPORTE



REVISTA DO MINAS • Abril de 2024 • 49

Oportunidade aos proprietários de imóveis tombados

Através da UTDC, proprietários de imóveis tombados captam recursos financeiros para a manutenção, conservação e restauro desses imóveis que não podem ser demolidos, modificados ou descaracterizados, contando inclusive com a isenção de seu IPTU.

Assim a prefeitura concede o direito de vender o potencial construtivo daquele imóvel para outro, como uma compensação.

A UTDC proporciona a novos empreendimentos uma construção acima do coeficiente básico, possibilitando aumentar o número de pavimentos e/ou a área de construção, podendo alcançar assim seu coeficiente máximo.

Deseja tomar a melhor **Decisão** para seus imóveis tombados e para seus projetos? Conheça nossas soluções!

(31) 3264-5833 decisao@descisaoengenharia.com.br



DECISÃO
ENGENHARIA
Quem conhece, confia!



Em casa

Tenistas do Minas dão o pontapé inicial no Campeonato Brasileiro Interclubes 2024

Entre os dias 29 de abril e 6 de maio, as quadras do Centro de Excelência de Tênis do Minas Country e do Náutico são palco da 1ª etapa do Campeonato Brasileiro Interclubes (CBI®) 2024, principal competição nacional do tênis Infantojuvenil. O Clube espera receber cerca de 530 atletas, 34 a mais que a etapa que sediou em 2023 – 496 inscritos. O torneio garante pontos no *ranking* nacional da Confederação Brasileira de Tênis (CBT).

Técnica da equipe minastenista, Fernanda Ferreira está com boas expectativas para a competição deste ano. “No ano passado tivemos uma etapa do CBI® muito organizada, elogiada por todos os atletas, membros de comissão técnica e público presente nos jogos. Queremos repetir o feito contando com o alto nível de competitividade que é esperado para o maior circuito Infantojuvenil do Brasil”, disse.

Os atletas minastenistas embarcaram na disputa de duas competições internacionais de altíssimo nível técnico, em março: o Cosat Brasil Jrs Cup e o Banana Bowl. A experiência adquirida nos torneios é essencial para manter o ritmo da temporada 2024 e na preparação para o CBI®. “A maioria dos atletas já está em quadra e pegando ritmo de jogo para poder performar da melhor forma possível. Buscamos nos manter entre os três melhores clubes do Brasil”, concluiu a treinadora.

Apoio

Os atletas do tênis do Minas contam com o apoio do Comitê Brasileiro de Clubes e são beneficiados com recursos aprovado na Lei Federal de Incentivo ao Esporte: Projeto Formação e Desenvolvimento de Atletas por Meio da Integração das Ciências do Esporte, processo nº 71000.044851/2023-15. Os técnicos Daniel Klaion, Fernanda Ferreira e Maurício Davis, o preparador físico Philippe Marques e a fisioterapeuta Bruna Melato participam do Projeto Formação de Atletas por meio do Investimento em Profissionais do Esporte – Ciclo 2021/2024, Termo de Execução nº 25/2020, parceria Minas e CBC.



Atletas se preparam para o primeiro compromisso de 2024 em casa

Cara nova

Novidade na temporada 2024, Diego Moura chega para somar forças com a comissão técnica da equipe principal de tênis. Natural de Viçosa, o técnico já tem o Minas como sua casa desde 2022, quando ingressou como instrutor da pré-equipe do curso.

Amante da modalidade, ele começou a jogar com 11 anos. Tempos depois, se formou em Educação Física para dar aula e dividir seu amor com os talentos do tênis. “Esse ambiente de competição me atrai muito. Eu sempre competi desde muito novo, então eu estou familiarizado e feliz por assumir a equipe principal”, contou.

O primeiro grande desafio de Diego à frente do cargo é justamente a 1ª etapa do CBI®, disputada em casa. “Eu sou muito disciplinado e quero passar isso para os atletas em grandes competições como essa. Espero conseguir explorar o potencial dos atletas ao máximo”, destacou o novo treinador.



Diego Moura: experiência dentro e fora das quadras



Prudential



MINISTÉRIO DO ESPORTE



MINAS GERAIS

GOVERNO DIFERENTE. ESTADO EFICIENTE.





Integrar para vencer

Trabalho multidisciplinar é essencial para o desenvolvimento dos atletas da base



Atleta da base do Minas em avaliação: importância do trabalho multidisciplinar

Oito modalidades esportivas e 820 atletas beneficiados. Os números expressivos dão ideia da importância do projeto de continuidade da Lei Federal de Incentivo ao Esporte – Formação e Desenvolvimento de Atletas por meio da Integração da Ciências do Esporte, processo nº 71000.044851/2023-15, iniciado em março deste ano. Atletas minastenistas das categorias de base de basquete, futsal, ginástica artística, judô, natação, tênis, vôlei feminino e vôlei masculino são atendidos de forma multidisciplinar, com destaque para análise científica, medicina e psicologia. O objetivo é promover jovens talentos esportivos com infraestrutura de ponta, completa para o seu desenvolvimento esportivo e humano.

De acordo com o analista técnico-científico Sergio Falci, uma das explicações para o sucesso dos atletas do Minas é o trabalho multidisciplinar do Clube. “A abordagem

multidisciplinar da formação de atletas no Clube, integrando a ciência do esporte em diversas áreas, não só promove o desenvolvimento técnico dos atletas, mas também contribui para o seu crescimento humano. Ao fornecer suporte médico, físico, mental, nutricional e técnico abrangentes, os atletas têm a oportunidade de alcançarem seu máximo potencial atlético e se tornarem indivíduos mais completos dentro e fora do campo”, destacou.

Outra profissional do Minas que atua de forma conjunta para a melhor formação dos atletas da base é a psicóloga do esporte Amanda de Almeida. “Nosso trabalho primeiramente consiste em monitorar os aspectos psicológicos. Com isso, garantimos que os atletas, além de desenvolverem os aspectos psicológicos ligados à sua performance esportiva, tenham também suporte para lidar com as

pressões inerentes ao esporte de alto rendimento e uma saúde emocional salutar”.

Médico do Minas, André Jafeth concorda com os colegas Sergio e Amanda, destacando a importância da área médica para o desempenho de excelência dos atletas e da equipe técnica. Para Jafeth, um dos principais pilares da atuação médica no Minas é a avaliação dos atletas. “Conseguimos, frente às avaliações, diagnosticar eventuais alterações que poderiam colocar em risco a saúde do atleta. Trabalhando juntamente com as demais áreas como, por exemplo, fisioterapia, fisiologia e preparação física, buscamos estratégias para prevenção de lesões e melhora do desempenho dos atletas de forma individualizada”, salientou.

Bingo Solidário

No dia 17 de abril, às 15h, está marcado o primeiro Bingo Solidário do ano, no salão de festas do Centro de Facilidades do Minas I. O evento é promovido pelo Minas Tênis Solidário em benefício da Associação Beneficente dos Empregados do Minas (ABEM) e promete a entrega de brindes variados e atrativos. A participação é gratuita e aberta a sócios e seus convidados não sócios, com venda de cartela no local. Participe! Mais informações: 3516-2000.



Seu cadastro está em dia?

Chegou a hora de atualizar seus dados! Para ficar por dentro de todos os comunicados e as novidades do Minas, é importante que os associados estejam com suas informações pessoais atualizadas no cadastro do Clube. Esse processo é simples e pode ser feito de forma on-line, por meio do QR Code abaixo, ou presencialmente nas Centrais de Atendimento. Vale lembrar que todas as informações são mantidas em sigilo, conforme as normas da Lei Geral de Proteção de Dados (LGPD) e que a foto 3x4 deve ser tirada em fundo branco, com blusa escura e sem acessórios que escondam o rosto, como óculos ou boné. Com a atualização, além de garantir uma comunicação eficaz com o Minas, o associado recebe a nova carteirinha de aproximação do Clube sem custo algum. Está esperando o quê? Fique em dia com o seu Clube do coração!



Atualize seu
cadastro
aqui

Filas de espera

Por compreender a importância e a qualidade dos cursos esportivos, artísticos e da Academia oferecidos nas Unidades, o Clube objetiva a distribuição justa das vagas disponíveis, especialmente em casos de grande procura. Diante disso, é recomendado que aqueles que desejam se inscrever em um curso, caso não haja vaga disponível, considerem escolher preferencialmente até duas opções para a fila de espera. Ao se cadastrar em múltiplas listas de espera, dificulta-se a chance de outro sócio participar. Assim, para promover as melhores experiências, é fundamental a união de uma comunidade colaborativa dentro do Minas.

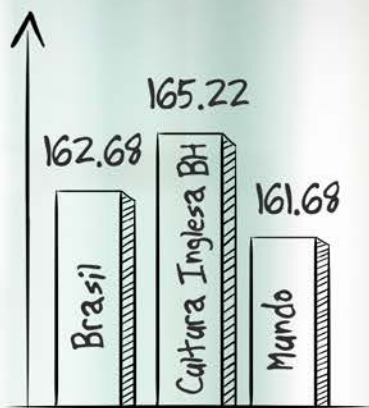
Encontro potente

Para celebrar o Dia Internacional da Mulher, o Minas promoveu o evento “Mulheres Contemporâneas”, em março, no Teatro do Centro Cultural Unimed-BH Minas. O encontro reuniu sócios, atletas e colaboradores para ouvir as histórias inspiradoras de liderança e resiliência de mulheres notáveis como a jornalista Maíra Lemos, a engenheira Janaína Ramos Borges, a vitoriosa ginasta de trampolim minastense Alice Gomes, a empreendedora e sócia do Clube Bruna Vasconcelos, a especialista em Gestão Estratégica de Pessoas Eliane Pessoa e a major e porta-voz da Polícia Militar de Minas Gerais Layla Brunella. O bate-papo contou com a participação ativa do público presente e explorou os desafios enfrentados pela mulher contemporânea em busca do sucesso e na administração das variadas demandas do dia a dia, proporcionando reflexões sobre a importância desse reconhecimento na sociedade atual. Foi demais!



**SUPERE
EXPECTATIVAS.
CONQUISTE O
MUNDO COM A
CULTURA INGLESA.**

Com resultados superiores nos Exames de Cambridge, nossos alunos se destacaram não só no Brasil, mas em todo o mundo. **INSCRIÇÕES ABERTAS PARA OS EXAMES DE CAMBRIDGE!**
DE 04/03 A 17/04



*Pontuação Média nos Exames de Cambridge

* Fonte: Cambridge English



Whatsapp (31) 3264-2500
culturainglesamg.com.br/exames

 **CAMBRIDGE**
English

Authorised Exam Centre

 **cultura
inglesa**



Feijoada e samba

A tradicional Feijoada no Country encerrou o animado mês de fevereiro e a programação de Carnaval do Clube com chave de ouro. Realizado no Minas Country, o evento ofereceu um diversificado buffet de comidas e bebidas, destacando-se, é claro, por uma deliciosa feijoada! A banda Os Brancões animou os associados e preparou o terreno para o inesquecível show do sambista carioca Jorge Aragão. Mais uma vez, a Feijoada foi um sucesso, proporcionando muita diversão aos cerca de mil minastenistas presentes.



Marcelo Hermeto e Luciana Prates



Lúcia Neves e Edir Campelo se jogaram na pista de dança



Guilherme Costa e os diretores Sérgio Olinto Duarte Braga, Paulo Fernando Cintra de Almeida e Alexandre Abdala



Leandro Starling, Maria Rabelo, Vinícius Starling e Gustavo Starling



As irmãs Alessandra Peret e Renata Peret



O diretor de Obras José Cláudio Nogueira Vieira e Érika Vieira



Hugo Leis, Jairo Eduardo e Bernardo Leis



Raissa Miranda e Charleston Souza



Mariana Pantuso e Luiz Eduardo Soares



Isabela Fernandes, Ana Carolina Moreno e Fabíola Terezi



Carlos Henrique Castro, Adriana Carneiro, Thereza Cristina de Castro Martins Teixeira e o presidente do Minas, Carlos Henrique Martins Teixeira



Anderson Celante, Luciana Celante, Daniela Drumond e Helbert Rezende



A família Rafael Oliveira, Mateus Oliveira e Caroline Oliveira



Confira todas as fotos

Minastenistas curtiram o show do Jorge Aragão





Homenagem a elas

No mês das mulheres, em março, o Salão da Sede Social do Minas I recebeu a 5ª edição do Divas – Estrelas em Destaque. No evento, um grupo de associadas se apresentou no palco em homenagem às divas do mundo artístico, com performances que ressaltaram e valorizaram a força e a potência feminina, em homenagem ao Dia Internacional da Mulher. A festa contou com a participação de 160 sócios que prestigiaram esse momento com muita emoção e alegria.



As divas do Cabeça de Prata deram um verdadeiro show nas interpretações



Belinha Antunes Costa e Shirley Alves



Eduardo e Leila Vidal adoraram o evento



Rita Lee foi uma das homenageadas com mega apresentação



Aparecida Viana, Vera Comini e Alexandrina Carneiro



Marly De Filippo, Sônia Pereira, Sônia Onofri e Benevenuta Xavier

Tania Zefferino e
Thereza Cristina
de Castro Martins
Teixeira, em pé, Leila
Ubaldo e Carmen
Cynira Martins
Teixeira, sentadas



Veja mais fotos:

RAMON
BITTENCOURT





A banda
Raulzites animou
os minastenistas



Confira
mais fotos

Toca Beatles, Raul!

No Happy Hour em celebração ao *Saint Patrick's Day*, realizado em março na Unidade I, os minastenistas entraram no fim de semana ao som da banda Raulzites com os clássicos de Raul Seixas e do grupo The Beatles. As canções icônicas e que atravessam as gerações do pai do rock brasileiro e dos garotos de Liverpool criaram uma atmosfera animada e nostálgica, fazendo com que os sócios se divertissem, aproveitando ao máximo. Foi uma combinação perfeita entre rock'n'roll, diversão e tributo à cultura irlandesa e às músicas brasileira e britânica.



Letícia Guimarães e Bruno Cunha passam a paixão pelo rock para Bruno Guimarães



Renata Fonseca e Mônica Figueiredo eram só sorrisos



Ana Paula Bastos e Evandra Fernandes aproveitaram pra valer



Paula Peixoto de Souza, Rafael Peixoto, Guilherme Vieira e Catarina Peixoto



Bernardo Campos e Matheus Campos curtiram o show de pertinho



Ingrid Haas cantou todos os sucessos

Medalhas temáticas

Premiações olímpicas ajudam a contar história e o contexto de cada edição

A partir de julho deste ano, atletas de todo o mundo disputam os Jogos Olímpicos na França, popularmente conhecidos como Paris 2024. Dentre todas as edições, o Minas ganhou medalhas em seis: 1960 em Roma (basquete), 1980 em Moscou (natação), 1996 em Atlanta (vôlei feminino), 2000 em Sydney (vôlei feminino), 2008 em Pequim (judô e vôlei feminino), 2020 em Tóquio (natação e vôlei feminino).

Além de serem sediados em países diferentes a cada edição, as medalhas olímpicas também tiveram especificidades, em especial a partir de 1972, pois entre 1928 e 1968 elas foram idênticas. Em 1960, o modelo "tradicional" foi usado: na face, a deusa da vitória, no verso, um campeão Olímpico é carregado pelo público.

Nos Jogos de 1980, Tiffany e Co. foram os designers da medalha: na face, uma mão segura a Tocha Olímpica à frente de uma montanha junto aos anéis olímpicos e o texto "XIII Olympic Winter Games". No verso, um galho de um pinheiro com cones, o emblema oficial e a inscrição "Lake Placid 1980".

Em 1996, o modelo tradicional de Giuseppe Cassioli de 1928 foi resgatado pela Malcolm Grear Designers, que, como diferencial, fez com que as medalhas atribuídas aos atletas para cada modalidade fossem cunhadas com a incorporação do pictograma do esporte correspondente colocado ao centro do "manto de folhas".

Em Sydney, em 2000, designers australianos revisitaram o modelo de 1928 e personalizaram o verso com um dos principais símbolos do país: a Ópera de Sydney, em arte de Woljciech Pietranik e Brian Thompson.

Nos Jogos de Pequim em 2008, foi usada a pedra jade nas medalhas, tendo sido projetadas com inspiração proveniente de "bi", a antiga peça de jade da China inscrita com um padrão de dragão que simboliza nobreza e virtude, encarnação dos valores tradicionais chineses de ética e honra.

Em 2020, nos Jogos de Tóquio, o Projeto Medalha Tóquio 2020, uma iniciativa de reciclagem, assegurou que cada medalha fosse moldada inteiramente de metal extraído de aparelhos eletrônicos reciclados nos dois últimos anos. As medalhas simbolizavam a energia dos atletas e da torcida, em desenhos complexos.

Quer ver fotos dos atletas dos Minas com suas medalhas olímpicas? Visite o Centro de Memória no Centro Cultural Unimed-BH Minas!



Conheça o
Centro de
Memória



Navegue pelo
Banco de
Dados



Medalha de Roma (1960)



Medalha de Moscou (1980)



Medalha de Atlanta (1996)



Medalha de Sydney (2000)



Medalha de Pequim (2008)



Medalha de Tóquio (2020)

CAIXA DA ADVOCACIA MINEIRA

TODOS OS
BENEFÍCIOS
DE SER
ADVOGADO

+ VANTAGENS

+ BENEFÍCIOS

+ AUXÍLIOS



CAAMG



www.caamg.org.br



STOCKCAR

a emoção do
AUTOMOBILISMO

é
na
BAND

21/04
11H45
INTERLAGOS (SP)

19/05
13H30
CASCAVEL (PR)

30/06
13H30
VELOCITTA (SP)

28/07
13H30
GOIÂNIA (GO)

18/08
11H45
BELO HORIZONTE (MG)



#bandminas