



Ano VI - nº 77
Agosto e setembro de 2019
www.tijucatenis.com.br

Revista do **Tijuca** Tênis Clube

12 de outubro



Dia das crianças
Diversão garantida
e muita festa



Procurando saúde
Venha conhecer
nossas aulas
de **Pilates**
e **Yoga**

10 de Outubro 15h

Chá do
Outubro
Rosa

Com **MARCO VIVAN**

Visite o Tijuca Tênis Clube, O Gigante da Conde de Bonfim

COLÉGIO PALAS

REDAÇÃO ENEM

1º lugar PUC



LUCAS



TABATA



YURI

980

960



DANIEL

960



MARCO ANTONIO

960



RAFAELA

940



GUILHERME

940



MANUELLA

940



MARIA CLARA

940



PEDRO

940



GABRIEL

940



MILLENA

920



LUCAS

2º lugar UERJ

920



BRUNA

920



SIMEÃO

920



NICOLE

920



RAFAELA

900



RAFAELA

900



LEONARDO

900



PAULO RODRIGO

Telefones:
2570.0228
2570.8893



Outubro
Rosa 

Editorial

O ano de 2019 já passou da metade e nossa administração nele iniciada continua nos eixos, graças a Deus e ao empenho de todos que nos cercam nesta jornada executiva que trata de coisas díspares, como organização de casa, finanças e bom desempenho de tudo que faz parte de um clube social, com frequentadores de mais tenra idade aos que já passaram das seis décadas, mas que continuam exigentes, aproveitando a vida.

O 10º mês do ano promete com a proposta do Outubro Rosa, uma homenagem aos professores e à saúde da mulher, com chá, coquetel show, sorteios e muita animação.

A jornada de entretenimento, alegria e novidades está apenas começando. Contamos com a presença e o carinho de todos que amam o apelidado

“Gigante da Conde de Bonfim”.



Hildo Magno da Silva
Presidente do Tijuca Tênis Clube

EXPEDIENTE

CONSELHO DIRETOR

Presidente

Hildo Magno da Silva

Vice-presidente Geral

Mário Lúcio Pontes Bastos

Vice-Pres. de Secretaria e Comunicações

Luiz Carlos Gomes

Vice-Pres. de Finanças

Gilberto Carneiro da Silveira

Vice-Pres. de Administração

Thomas Stob Junior

Vice-Pres. de Interesses Internos

Sergio Luiz Evangelista

Vice-Pres. de Patrimônio

Alcir da Silva Sampaio

Vice-Pres. de Tênis

Ricardo Paoli Gustafson

Vice-Pres. de Esportes Terrestres

Jorge Amaro da Silva Pinto

Vice-Pres. de Esportes Aquáticos

Roberto Borel dos Santos

Vice-Pres. de Divulgação e Marketing

Edvaldo Ramos e Sousa

Vice-Pres. Cultural

Leila Lúcia Fampa Cavalcanti

Vice-Pres. Edifício Leonardo Pereira

Edson Luis Araujo

EXPEDIENTE

Jornalista Responsável/Editora

Alda Rosa Travassos - Reg. 12.846-MT/RJ

Fotografia: José Roberto Couto (Zeca)

Redação: Dept. de Marketing e Divulgação – 4º andar do Edifício-sede do TTC – Rua Conde de Bonfim, 451 Tijuca – Rio de Janeiro, RJ – CEP: 20520-051. Tel: (21) 3294-9300.

Distribuição: Gratuita nas portarias do Tijuca Tênis Clube e na internet – www.tijucatenis.com.br

PUBLICIDADE E IMPRESSÃO

Futura IM Gráfica Online

Estagiária: Rayssa Rodrigues Gomes

TIJUCA TÊNIS CLUBE



TTC – Rua Conde de Bonfim, 451
Tijuca – Rio de Janeiro

www.tijucatenis.com.br

CAPA



Feira Esotérica	4
Esportes / Pilates / Yoga / Basquete	8
Mês 10 / Ginástica / Dia das crianças	13
Sinuca	14
Homenagens	16



8



4



12



16



14



13

Bar - Restaurante e Pizzaria

Horário de funcionamento

Comida a quilo
Terça a domingo
Exceto Feriados
12h às 16h

À la carte e Pizzas
Petiscos, jantar, pizzas
Todas às quintas e sextas
Exceto feriados
18h à meia-noite

Rodízio de pizzas só acima de 30 pessoas

(21) 2268-8672

Foi um sucesso nossa 11^a Feira esotérica do TTC

O que rolou na programação
elaborada com sucesso pela administração de
Hildo Magno da Silva?



Espera para as consultas

LIANE DE LUNA E CONVIDADOS

Apresentação de dança,
como sempre, traz alegria e beleza
para os olhos e o coração





No movimentado hall começavam as atrações



Variedade de produtos



Serviços para saúde e bem-estar



Teve stand de iridologia! Seus olhos merecem

Os cuidados com a alimentação!

A palestra foi uma aula sobre alimentação saudável. Ela avisou: “Não coma alimentos processados”. Conhecida do público que comparece às nossas feiras e organizadora de oficinas de alimentação saudável, ela avisa que o Brasil tenha guia nutricional, res-

saltando que uma coisa muito importante é a comensalidade: reunir amigos para comer alimentos frescos e saudáveis, lembrando que dentro das religiões há oferendas ao Deus interior.



Dra. Vânia Pietrolungo

É nutricionista clínica e funcional, naturoterapeuta ortomolecular, iridóloga e analista do Sangue Vivo



Prof. Enilson Paes das Neves

Fala sobre como cuidar da saúde com auxílio da Natureza, sem remédios

O Pilates

e seus benefícios em sua saúde



O Pilates é uma técnica utilizada em todas as idades

“ É estar presente, concentrado e não distraído.

É a mente que esculpe o corpo.”

JOSEPH PILATES.

Mais um ano se passou e só temos que celebrar essa parceria com o Tijuca, com muita dedicação, profissionalismo e respeito. “Nesse período, trocamos de sala com um espaço mais acolhedor, no sexto andar da Academia TAG.” - diz Luiza em sintonia com Mariângela, duas profissionais com uma bela história de vida e trabalho no clube.

Elas explicam que Pilates é um método voltado para o bem-estar das pessoas, não só daqueles que sofrem de lesões agudas ou crônicas, reduzindo as dores musculares, melhorando a flexi-

bilidade e aumentando o tônus, como também melhora a postura e beneficia a nossa capacidade respiratória consideravelmente.

Profissionais com boa formação e dedicação plena no atendimento, Mariângela Faber e Luiza Assunção são as responsáveis pelo trabalho com sua equipe de fisioterapeutas. Elas agradecem à administração do Tijuca que acreditou nos seus objetivos para melhorar: postura, respiração, flexibilidade, tônus muscular e conscientização do corporal.



Saúde para todas as idades

Atendemos atletas, pessoas sedentárias como também mulheres no período de gestação pois fortalece o cinturão abdominal prevenindo as lombalgias, melhora da circulação e auxilia no trabalho de parto, aumentando a resistência física, como também a concentração, diminuindo a ansiedade.

Nossas gestantes fizeram pilates durante a gestação com liberação dos seus médicos. Hoje seus lindos filhos desfrutam de excelente saúde.

COMEMORAÇÃO!

Mariângela e Luiza agradecem à parceria com o TTC nestes 15 anos, e contou com a presença dos pacientes, amigos, diretoria e associados na comemoração do dia 20 de setembro, sexta-feira, às 20h no Happy Night.



Instalação: 6º andar da Academia.
Público com maior número de atendimentos: adolescentes, gestantes e idosos.
Ramal – 9392.



Pratique yoga!

Um processo consciente através do qual se consegue a maestria sobre a mente, harmonizando o físico, o emocional, o intelectual e o social, liberando o nosso potencial criativo para o bem do indivíduo e da sociedade. Horários: segunda e quinta-feira às 8h, 15h, 16h e 17h. Quarta e sexta-feira às 15h, 16h e 17h.

Faça uma Ginástica Cerebral. Mantenha seu cérebro jovem e saudável com mais capacidade mental e qualidade de vida. Segunda-feira às 15h, terças e sextas-feiras às 10h, no salão do 3º andar com professora Heloisa Avelar.

Esportes

Prof.
Alice



Um momento de recordação de uma de suas aulas ao ar livre

50 anos de amor com seus alunos e ao Clube

A história da querida professora de yoga Maria Alice Sena é uma saga de dedicação e amor ao clube e aos seus alunos.

Dedicação é isto aí. A professora Alice tem uma trajetória bonita para contar. Ela está trabalhando no Tijuca Tênis Clube como professora de yoga há 50 anos. Veja bem, desde 1969 administrando o HATHA YOGA.

No início, as aulas eram dadas no ginásio do prédio que ficava em frente ao antigo salão colonial, que incendiou. Depois, houve uma mudança e hoje são ministradas no terceiro andar do edifício sede, com conforto para todos.

Nota da Redação: Para algumas pessoas privilegiadas, o trabalho é uma bênção, instrumento de tranquilidade, paz interior e visão de um mundo melhor. Parabéns, Alice!

O TIJUCA TÊNIS CLUBE COLOCA AO ALCANCE DOS ASSOCIADOS OS MELHORES MÉTODOS PARA MANTER CORPO E ESPÍRITO SAUDÁVEIS

RUA URUGUAIANA, 70 - CENTRO - RJ
☎ 21 2221-1203 / 21 3172-2293

RUA CARLOS DE VASCONCELOS, 162/164 - PRAÇA SAENS PEÑA - TIJUCA - RJ
☎ 21 2567-0223

WWW.FALLAHESPORTES.COM.BR

/FALLAHESPORTES FALLAH FALLAH

Esportes

O Tijuca Tênis Clube sediou mais uma vez o Campeonato Brasileiro Interclubes de Basquete SUB-18 Masculino

Campeonato de

Basquete



A equipe errentente ao Comitê Brasileiro de Clubes e é organizado pela Confederação Brasileira de Basketball.

Neste ano, quem levou o ouro foi o Clube de Regatas do Flamengo (RJ) numa disputa equilibrada contra o S.E. Palmeiras (SP). O Tijuca Tênis Clube acabou ficando com o 7º lugar, mas vale lembrar que foi uma competição muito acirrada entre todas as equipes e que, o intuito do campeonato é cada vez mais fomentar o esporte no Brasil com a sua devida importância.

Um dos maiores campeonatos de base nacional foi disputado entre os dias 19 e 24 de agosto de 2019 e trouxe 16 equipes representantes de nove estados do Brasil, são elas:

TIJUCA TÊNIS CLUBE – RJ
BOTAFOGO FUTEBOL E REGATAS – RJ
CLUBE DE REGATAS DO FLAMENGO – RJ
SPORT CLUB DO RECIFE – PE
INSTITUTO VITALIZA
NOSSO CLUBE PERNAMBUCO – PE
CLUBE NÁUTICO/AADB – PE
MINAS TÊNIS CLUBE – MG
OLYMPICO CLUB – MG
SOCIEDADE THALIA – PR
CLUBE DUQUE DE CAXIAS – PR
CLUBE ESPERIA – SP
S. E. PALMEIRAS – SP
CLUBE DO REMO – PA
ASBAVI SICOOB/CREDISUL – RS
ASS. SORRISO DE BASQUETEBOL – MT
UNIÃO CORINTHIANS – RS

No almejado mês 10, nós teremos...

Torneio Nacional de Ginástica de trampolim

Em 9 a 13 de outubro ocorrerá a competição do Torneio Nacional de Ginástica de Trampolim, que se realizará em Goiânia.

Os atletas estão treinando para competir na prova de tumbling, sendo eles: Nicholas Castro Peixoto, Amanda Amorim Soares, João Vitor Lemgruber, Darlan Villas-Boas, João Gabriel Saraiva, Marina Holanda Oliveira, Luiza Irineu de Assis e Alice Dantas Ramos. Os treinadores responsáveis são Paulo Rocco e Tatiana Figueiredo.

O clube lhes deseja boa sorte!



No dia 12 de outubro, deixe sua criança feliz!



Quando se fala sobre o Tijuca Tênis Clube geralmente são abordadas atividades diversas e eventos já conhecidos ao longo do ano, para jovens e adultos. Mas não podemos esquecer que o nosso querido clube tem uma reserva de alegria, movimentação e inventividade que vêm das crianças. Para elas, tudo aqui é lazer! A começar pelo querido Parquinho, onde brincadeiras e o contato com a terra são a melhor coisa do mundo, naquela hora.

Isso sem falar da Escola de Educação Infantil, para crianças de um ano e meio a seis anos, com ótima direção e bons professores, em área arborizada. No fim de 2019, oito alunos que ali estudam desde o Maternal sairão para uma nova etapa na vida deles, mas nunca esquecerão a “Escolinha”, como eles a chamam.

Por outro lado, não faltam estímulos para a garotada que ali inicia a sua formação para a vida, como professores dedicados, parquinho restaurado e no entorno, ballet e esportes diversos. Espaço para correr tem demais, locais de lanches e guloseimas também. E os amiguinhos jamais serão esquecidos.

.....
Quem tem felicidade, passa a infância no TIJUCA TÊNIS CLUBE e tem alegria para o resto da vida!
.....

Final Taça Ouro

Muita animação
no reencontro de gerações
da sinuca tijuicana

O Tijuca Tênis Clube como todos os setores do clube, não poderia ser diferente com o tradicional grupo da Sinuca. Fundado em 1975 e contando com seis mesas, o salão localizado no 4º andar do Edifício Leonardo Pereira foi palco do divertido e bastante disputado Campeonato do Centenário. Organizado por Zamith, Marcello “Minotauro” e Chacrinha, o torneio foi um sucesso. Dividido em duas divisões (A e B), conforme posição no ranking, a disputa contou com 32 participantes e duelos de boa qualidade.

Além da confraternização e diversão, outro ponto de destaque foi a equilibrada e acirrada final da Taça Ouro entre Haroldo e Resende. Os dois finalista protagonizaram um grande duelo decidido na última bola. Ao final, Haroldo se sagrou campeão e Resende ficou em

segundo lugar. A terceira posição e melhor tacada do torneio ficou com Fred. Já na Taça Prata, quem levou o título foi Marcello após superar Fernando. Na terceira posição ficou Bruno.

Apesar da colocação de cada um, o que mais chamou atenção foi a animação e o reencontro de gerações da sinuca tijuicana. Um exemplo é José Elias de Souza, com 86 anos e frequentador da sinuca do TTC há mais de 10 anos, deixou a “aposentadoria” de lado, superou as dores na coluna e, mesmo “enferrujado”, voltou para participar do Campeonato do Centenário.

“Sempre encarei a sinuca como uma brincadeira interessante. Quando soube do Campeonato em homenagem ao centenário, abri uma exceção, peguei o meu taco e voltei a jogar.”- revelou Elias.



Grupo de sinuca comemora o centenário do Tijuca em grande estilo

O Salão que guarda histórias de um campeão

O salão onde já passou personalidades como Rui Chapéu fica localizado no 4º andar do edifício Leonardo Pereira e está aberto para todos os sócios do TTC de segunda a sexta de 14h às 22h. Venha conhecer e faça parte desse grupo animado.

HOMENAGENS

Hildo Magno da Silva, presidente do **Tijuca Tênis Clube**, recebeu o título de associado honorário do Rotary Club



O presidente recebendo a honraria pelas mãos de Bemvindo Augusto Dias



Aprovado como membro do Conselho Diretor do Rotary Club, o presidente do Tijuca Tênis Clube terá trânsito livre em qualquer lugar com os mesmos direitos e deveres dos demais associados. Na qualidade de Associado Honorário, Hildo Magno vem prestigiar a constelação do Rotary com apoio e carinho dos seus membros.

A Cerimônia de Abertura Cívica foi feita por Bemvindo Augusto Dias e o protocolo por Eliana Arruda Ferreira para apresentação de convidados e visitantes. O estribilho do Bom pra Valer, por Amália.

Nas homenagens do dia foram entregues títulos de associados honorários para Paulo Zouain, representado pela esposa Noeli, Henrique Sampaio Ferreira, Hildo Magno da Silva, presidente do Tijuca Tênis Clube, Paulo Germano Maciel, ex-presidente do Tijuca Tênis Clube (não recebeu por estar viajando), Cláudio Maurício Zyngier e Marisa Duarte Negraes.

Benvindo Augusto Dias fez o agradecimento e encerramento da cerimônia às 13h30.



iaso
diagnóstico por imagem

Exames:

- Mamografia Digital de Alta Resolução
- Densitometria Óssea
- Ultrassonografias:
 - Abdome Total
 - Abdome Superior
 - Aparelho Urinário
 - Próstata
 - Tireoide (com ou sem Doppler)
 - Bolsa Escrotal (com ou sem Doppler)
 - Região Cervical ou Glândulas Salivares
 - Parede Abdominal
 - Mamas
 - Transvaginal
 - Pélvica Ginecológica
 - Partes Moles
 - Obstétrica
 - Musculoesquelética

Ultrassonografia c/ Doppler de Carótidas e Vertebrais
Ultrassonografia c/ Doppler Arterial de Membros Inferiores
Ultrassonografia c/ Doppler Venoso de Membros Inferiores
Ultrassonografia c/ Doppler Arterial de Membros Superiores
Ultrassonografia c/ Doppler Venoso de Membros Superiores
Ultrassonografia c/ Doppler de Artérias Renais
Ultrassonografia c/ Doppler do Sistema Porta

Caso seu exame não esteja na lista, favor entrar em contato.

 
clinicaiaso

Como chegar a nossa clínica.



iaso
diagnóstico por imagem

clinicaiaso.com

 Rua Padre Elias Gorayeb, 53 - Tijuca
Rio de Janeiro - RJ - Cep 20.520-140

 contato@clinicaiaso.com

 (21) 3557 7777 - 3189 6869

 (21) 99792 2194

TIJUCA TÊNIS CLUBE



Sociocultural

Tarde Dançante

Terça-feira – 6h – 3º andar

Dia 01 – Banda Holliday

Dia 08 – Banda Rio Postal

Dia 15 – Banda Alto Astral

Dia 22 – Conjunto Aeroporto

Dia 29 – Banda Milênio

ENTRADA DE NÃO-SÓCIOS (30 REAIS)

OKTOBERFEST 2019
Dias 26 e 27 de outubro
de 12:00 à 00:00

Almoço Musical

Domingo – 13h – 2º andar

Dia 06 – Conjunto R.P. Show

Dia 13 – Regional Pedrinho 7 Cordas

Happy Night

Sexta – feira – 20h – 2º andar

Dia 11 – Trinidance

Dia 18 – Banda Saveiros

Dia 25 – Banda Relicário

Roda se Samba

DIA 19 – Sábado – 16h

Quiosque

Presença da VELHA GUARDA

DA BEIJA-FLOR