

PAULISTANO

ANO 38 • 447ª EDIÇÃO • MAIO DE 2026



COMUNICAÇÃO DIGITAL

ATUALIZADOS, SITE E APLICATIVO
OFERECEM MAIS RECURSOS





S A M A R
CONSTRUTORA

PATEO CAPANEMA

ONDE TERMINA A RUA MAIS NOBRE COMEÇA O ÚNICO PATEO DO JARDINS.

500

m² privativos

@PATEOCAPANEMA_ — PATEOCAPANEMA.COM.BR — (11) 92491-2584 — RUA BARÃO DE CAPANEMA 568

FUTURO LANÇAMENTO SMM PARTICIPAÇÕES LTDA. CNPJ Nº 06.017.822/0001-61. O EMPREENDIMENTO SOMENTE SERÁ COMERCIALIZADO APÓS APROVAÇÃO NA PMB. AS IMAGENS E PERSPECTIVAS DO EMPREENDIMENTO SÃO MERAMENTE ILUSTRATIVAS E POSSUEM SUGESTÃO DE DECORAÇÃO E/OU DE PAISAGISMO, PODENDO SER ALTERADAS SEM PRÉVIO AVISO E A CRITÉRIO DA INCORPORADORA. O EMPREENDIMENTO SERÁ ENTREGUE COM VEGETAÇÃO IMPLANTADA EM FORMA DE MUDAS E A ILUSTRAÇÃO ARTÍSTICA REPRESENTA A FASE ADULTA DAS ESPÉCIES CONSTANTES NO PROJETO EXECUTIVO DE PAISAGISMO. A VEGETAÇÃO PODERÁ SOFRER ALTERAÇÕES, CONFORME DEFINIÇÃO DO PROJETO DE PAISAGISMO E DA APROVAÇÃO DOS ÓRGÃOS COMPETENTES. OS MÓVEIS, OBJETOS DE DECORAÇÃO, REVESTIMENTO DE PISO E PAREDES SÃO SUGESTÕES DE DECORAÇÃO DAS PERSPECTIVAS ILUSTRADAS NOS APARTAMENTOS, NÃO SENDO PARTE INTEGRANTE DO CONTRATO E MEMORIAL DESCRITIVO. AS NOMENCLATURAS E CARACTERÍSTICAS DAS ÁREAS COMUNS APRESENTADAS NESTE MATERIAL SÃO ILUSTRATIVAS E PODERÃO SER AJUSTADAS CONFORME A APROVAÇÃO DO PROJETO E SUA VIABILIDADE DE EXECUÇÃO.



**cliques
do clube**

📷 **LUCIANA MUBARACK**
Arco-íris torna o ambiente do
Paulistano ainda mais bonito

ÍNDICE DA EDIÇÃO

#447

6 Fique Atento

Ginásio Antonio Prado Junior será interditado

10 Giro

Tatau e Juliana Franke comandam balada

24 Agenda

Programação completa do mês

28 Cinema

A Conspiração Condor, dirigido por André Sturm, em cartaz

32 Especial

Plataformas digitais modernizam comunicação

40 Flashes

Celebrações da Páscoa e mais eventos de destaque

48 Cursos

Jovens ganham opções para aulas de música

52 Radar

Clube domina torneio internacional de badminton

REVISTA DO CLUB ATHLETICO PAULISTANO

Periodicidade mensal, Tiragem 11.000

Diretor de Marketing e Comunicação Lucas Tolosa Jorge

Assessor de Marketing e Comunicação Fábio de Castro Vasconcellos

Gerente de Marketing e Comunicação Bruno Aventurato

Coordenador de Comunicação Milton Pace Jr

Editor Murillo Pessoa, Fotografia Fábio Figueiredo e

Wilian Oliveira, Redação Felipe Szpak e Fernando Morales,

Colaboração Leandro Reis, Lúcia Pontoli,

Oscar Celestino da Silva Junior, Paulo Aleixo Alejandro

e Rodrigo Barros Lopes, Projeto Gráfico Publishouse,

Direção de Arte André Icart, Diagramação Davi Nunes,

Impressão Gráfica Eskenazi

CLUB ATHLETICO PAULISTANO

11 3065 2000, Rua Honduras, 1400, São Paulo, SP

Site www.paulistano.org.br, instagram @clubepaulistano

facebook Club Athletico Paulistano, twitter @ClubePaulistano

YouTube Clube Paulistano, LinkedIn Club Athletico Paulistano

Redação 11 3065 2065 e comunicacao@paulistano.org.br

Publicidade 11 3065 2080 e marketing@paulistano.org.br

Ouvidoria 11 3065 2010, WhatsApp 11 94181 7343

e ouvidoria@paulistano.org.br

Canal CAP de Integridade contatoseguro.com.br/paulistano,

0800 800 1102 e aplicativo Contato Seguro

Acesse as
resoluções
normativas





FIQUE ATENTO

Interdição do ginásio

O GINÁSIO ANTONIO PRADO JUNIOR SERÁ INTERDITADO A PARTIR DA SEGUNDA QUINZENA DE MAIO, PARA NOVA ETAPA DA REFORMA QUE RECUPERA SUAS CARACTERÍSTICAS ORIGINAIS

O acesso ao local permanecerá impedido por aproximadamente 100 dias, período em que serão conduzidas obras como a conclusão da demolição do anel de concreto da marquise, com instalação de vidros no lugar, mais a revitalização das arquibancadas, a substituição do piso em volta da quadra e a finalização do teto do ginásio.

A cafeteria e as salas de esgrima e de artes marciais permanecerão abertas, com funcionamento regular

A piscina coberta e a sala de ginástica aeróbica também seguirão recebendo associados, mas com entrada diferenciada, pelos corredores laterais, internos, atrás das arquibancadas. ◀



Elevadores direcionados

O Paulistano iniciou período de testes nos elevadores do Edifício Paulistano 120, com o objetivo de otimizar o fluxo, diminuindo o tempo de espera dos usuários e evitando desgastes desnecessários dos equipamentos.

Dois elevadores atenderão subsolo, térreo, quinto e sexto andares

Os outros dois farão paradas no subsolo, térreo, primeiro, segundo, terceiro e quarto andares. Após semanas de avaliação, será decidido se o direcionamento será mantido. ◀

Solidariedade na Páscoa

O CAP do Bem e a Chave do Coração promoveram ações sociais relativas à Páscoa, atividades que levaram alegria, carinho e muito chocolate para crianças atendidas por instituições e para pessoas em situação de rua.

As iniciativas reforçam o poder da solidariedade e mostram como pequenos gestos podem fazer a diferença na vida de muitos

O CAP do Bem, representado por adolescentes participantes de seu programa de voluntariado, visitou a associação Alicerce do Bem, promovendo atividades recreativas e lanche para 100 crianças. Já as caixas de bombons doadas por associados foram entregues a pessoas em situação de rua, atendidas pelo CAP do Bem todas as terças-feiras.

A Chave do Coração preparou sacolinhas com ovos e livros, distribuídas para 23 crianças da Casa Modelo de Apoio

A Crianças com Câncer e 27 crianças da Casa Ninho, espalhando sorrisos e tornando a data ainda mais especial. ◀



Troca de brinquedos

O CAP do Bem e o Recanto Infantil organizam ação que incentiva o consumo consciente e ensina lição sobre solidariedade para as crianças do Clube. Para participar, o associado deve doar brinquedos em bom estado, em 28 de maio, 9h às 17h, no Recanto Infantil. A cada dois itens entregues, receberá um voucher, que poderá ser trocado por um brinquedo em 30 de maio, 9h às 12h, também no Recanto Infantil. Todos os itens remanescentes ao final do dia serão encaminhados aos jovens atendidos pela Associação Comunitária Pequeno Príncipe. ◀

Atletas do futebol doam cestas básicas

Em ação desenvolvida em parceria entre as diretorias de Esportes e de Desenvolvimento Social, os participantes das categorias de base do Campeonato Interno de Futebol doaram 88 cestas básicas, destinadas a famílias dos atletas de FL Voleibol e Arena Bela Vista, instituições apoiadas pelo Clube.

Na tradicional iniciativa, os futebolistas do Paulistano demonstram atenção ao bem-estar de atletas de outras instituições da comunidade ◀



TEM SHOW NO CLUBE

PALESTRA ESPECIAL PARA VOCÊ

FILMAÇO NO CINEMA HOJE

BAR SOCIAL: RITMOS DA S

SÃO NOVIDADES
DO CLUBE,
DISPONÍVEIS
EM SEU CELULAR



Confira no WhatsApp
links sobre os próximos
eventos e aproveite tudo
o que o Paulistano oferece



ADICIONE
O CANAL OFICIAL
DO PAULISTANO



<https://sholink.to/wa-paulistano-canal>

GIRO



BALADA COM TATAU E JULIANA FRANKE

MÚSICA

Tatau será a principal atração de balada que acontecerá no Paulistano. O artista contabiliza mais de 40 anos de carreira, momentos e canções memoráveis no Axé, sendo um dos responsáveis pelo sucesso global da banda AraKetú. O evento será aberto com apresentação da cantora, compositora e guitarrista Juliana Franke, acompanhada pelo DJ Voyage, em um show que unirá o melhor da música brasileira com uma linguagem eletrônica e dançante.

Tatau nasceu em Salvador, começou a cantar aos 14 anos e a compor aos 16. Participou de festival promovido pelo Olodum e saiu vencedor com a canção autoral *Protesto do Olodum*, até hoje um dos maiores símbolos do bloco. Aos 18 anos, iniciou sua carreira profissional como cantor da banda AraKetú, que estava começando. Com o grupo, rodou pelo Brasil e pelo mundo, até que, em 2008, no auge da maturidade musical, optou por partir em carreira solo. Atualmente, protagoniza shows, no País e em tours internacionais, continua compondo e emplacando sucessos, não apenas na sua voz, mas também fornecendo canções que se transformam em hits de parceiros, como Claudia Leite, Pablo e Aline Rosa.

Juliana Franke constrói, desde 2016, um repertório autoral sólido, com mais de 30 canções lançadas em plataformas digitais, incluindo o disco *Folha em Branco*.

MÚSICA

Suas músicas já ultrapassam 2 milhões de visualizações, com destaque para *Já Nem Lembro Meus Motivos*. Na cena ao vivo, brilha na noite paulistana, lotando casas renomadas como o Blue Note. No Clube, estará acompanhada pelo DJ Voyagege, um talento emergente que está redefinindo os limites da música eletrônica. Aos 23 anos, já se apresentou em palcos importantes como Carat, Antonella, DOT, Disco2000 e Tetto.

15 DE MAIO, SEXTA, no salão de festas

PROGRAMAÇÃO

20H30 Juliana Franke e DJ Voyagege

22H30 Show de Tatau

INGRESSOS PISTA

R\$ 135 (associados)

R\$ 250 (convidados)

INGRESSOS BISTRÔ

R\$ 170 (associados, por assento)

R\$ 320 (convidados, por assento)

OBSERVAÇÕES Bistrôs são mesas com 90 cm de altura, com quatro assentos disponíveis para compra. Haverá atendimento de garçons, mas toda a consumação durante o evento será cobrada à parte.

VENDAS na central de atendimento, de segunda a sexta-feira, 8h30 às 18h, ou on-line, pelo site e aplicativo do Clube. Após o login na área do associado, clique em “Compre seu ingresso”.

INFORMAÇÕES

em social@paulistano.org.br ou 3065-2090, de segunda a sexta-feira, das 9h às 18h30



SUNSET TRAZ CANÇÕES ETERNIZADAS PELO TEMPO, COM ALEX COHEN

O Sunset de maio terá o comando do cantor Alex Cohen. Seu repertório mistura diferentes estilos musicais e influências, transitando entre gêneros como pop, rock, MPB e até elementos de música eletrônica. No Paulistano, guiará o público em viagem por músicas que marcaram histórias e atravessam gerações, uma noite dedicada a composições que resistem ao tempo e permanecem vivas na memória afetiva.

Intérprete, compositor, arranjador, guitarrista e tecladista, Cohen construiu trajetória sólida ao longo de mais de 25 anos de carreira. Sua relação com a música começou ainda na infância e se transformou em uma história de dedicação e paixão, influenciada, entre outros, pelo universo de Roberto Carlos, uma de suas principais referências. Em um ambiente acolhedor e elegante, o Sunset reafirma seu objetivo de proporcionar encontros memoráveis ao som de músicas que embalam histórias. Haverá também as tradicionais celebrações dos aniversariantes do mês, a mesa dos amigos e personal dancers.

28 DE MAIO, QUINTA, na boate

PROGRAMAÇÃO

19H30 Abertura

21H30 Show de Alex Cohen

INGRESSOS

R\$ 95 (associados)

R\$ 150 (convidados)

OBSERVAÇÃO Toda a consumação será cobrada à parte

VENDAS na central de atendimento, de segunda a sexta-feira, 8h30 às 18h, ou on-line, pelo site e aplicativo do Clube. Após o login na área do associado, clique em “Compre seu ingresso”.

INFORMAÇÕES em social@paulistano.org.br ou 3065-2090, de segunda a sexta-feira, das 9h às 18h30

MÚSICA



Graça Cunha animará público com black music e brasilidades

PROGRAMAÇÃO BAR SOCIAL

1º DE MAIO, SEXTA

19H Marcelo Manzano *piano*
21H45 Música ambiente

2 DE MAIO, SÁBADO

19H Marcelo Manzano *piano*
21H45 Música ambiente

7 DE MAIO, QUINTA

19H Marcelo Manzano *piano*
21H Bibba Chuqui *jazz, mpb e pop*

8 DE MAIO, SEXTA

19H Marcelo Manzano *piano*
21H45 Banda OutBox *pop rock*

9 DE MAIO, SÁBADO

19H Marcelo Manzano *piano*
21H45 Graça Cunha *black music e brasilidades*

14 DE MAIO, QUINTA

19H Marcelo Manzano *piano*
21H David Kerr *jazz*

15 DE MAIO, SEXTA

19H Marcelo Manzano *piano*
21H45 Jota Rezende *pop e mpb*

16 DE MAIO, SÁBADO

19H Marcelo Manzano *piano*
21H45 Turma do Claudião
brasilidades

21 DE MAIO, QUINTA

19H Marcelo Manzano *piano*
21H Noite Cheek to Cheek

22 DE MAIO, SEXTA

19H Marcelo Manzano *piano*
21H45 Morgana Kurmann *soul e pop*

23 DE MAIO, SÁBADO

19H Marcelo Manzano *piano*
21H45 Renata Pizi *samba de raiz*

28 DE MAIO, QUINTA

19H Marcelo Manzano *piano*
21H45 Música ambiente

29 DE MAIO, SEXTA

19H Marcelo Manzano *piano*
21H45 Jack Rabbit *pop rock*

30 DE MAIO, SÁBADO

19H Marcelo Manzano *piano*
21H45 DJ Patrícia Vello

MÚSICA

APRESENTAÇÃO NO ROOFTOP

Sérgio Vianna fará show no topo do Edifício Paulistano 120, em formato trio acústico, com repertório versátil, incluindo o melhor do sertanejo, pagode e pop rock.

6 DE MAIO, QUARTA, 18H30 ÀS 20H30,
no Rooftop

GRATUITO / SEM INGRESSOS



MÚSICA



NOITE DOS NAMORADOS

A noite dos namorados terá, como atração musical, o cantor Maurício Gasperini, ex-vocalista da banda Rádio Táxi. O artista estrelará show com hits da banda e dos anos 1980, além dos maiores sucessos de Roberto Carlos, celebrando 60 anos da Jovem Guarda. Jantar especialmente elaborado para os casais complementará o programa. O bufê oferecerá saladas, camarão ao champanhe, escalope de filé ao Dijon, ravióli ao Pomodoro, arroz com amêndoas, batatas Touraine, entremet de chocolate belga e cítrico de laranja, sorvete com caldas e frutas da estação.

12 DE JUNHO, SEXTA, 19H30, no salão de festas

INGRESSOS R\$ 290 (associados, por pessoa)
R\$ 420 (convidados, por pessoa)

OBSERVAÇÃO Bufê incluído no valor do ingresso, bebidas cobradas à parte

VENDAS a partir de 21 de maio, na central de atendimento, de segunda a sexta-feira, 8h30 às 18h, ou on-line, pelo site e aplicativo do Clube. Após o login na área do associado, clique em “Compre seu ingresso”.

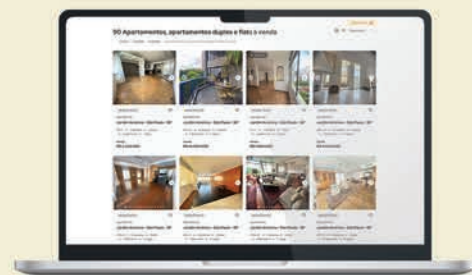
INFORMAÇÕES em social@paulistano.org.br ou 3065-2090, de segunda a sexta-feira, das 9h às 18h30

DH
JARDINS
IMÓVEIS

Imobilária Boutique
especialista no Jardins.



Domingos Huertas e Luciane Maciel
Fale conosco para fechar o seu negócio.



Confira todas
as opções
em nosso site.

☎ 11 99963 4666

☎ 11 95530 0020

@DH.JARDINS.IMOVEIS
www.DHJARDINS.com.br

CRECI 18462J

SÁBADOS À NOITE NO PAULISTANO

Em seu terceiro mês, o novo programa do Clube terá apresentação do comediante Diogo Portugal, show de Benito di Paula e Rodrigo Vellozo, e dois sábados dedicados à música erudita.

BENITO DI PAULA E RODRIGO VELLOZO

O público do Paulistano terá a oportunidade de assistir à apresentação de Benito di Paula, um dos nomes mais marcantes da música popular brasileira, que subirá ao palco ao lado de seu filho, Rodrigo Vellozo. Em dois pianos, celebrarão o legado do samba paulista, com repertório que mergulha nos grandes clássicos da música nacional, mas que tem como eixo central a obra do próprio Benito di Paula. Com arranjos especialmente concebidos para o formato, o espetáculo convidará o público a revisitar sucessos como *Retalhos de Cetim*, *Charlie Brown* e *Mulher Brasileira*, entre outros marcos da carreira de Benito. O encontro representará um diálogo entre gerações, o respeito à ancestralidade e a força do samba como expressão artística e emocional.

Benito di Paula conquistou o público com seu estilo característico, destacando-se em hotéis e boates no Rio de Janeiro. Quando se mudou para São Paulo, tornou-se um dos grandes símbolos do samba paulista. Entre as décadas de 1970 e 1980, atingiu o ápice da fama, acumulando



impressionantes 50 milhões de discos vendidos, quinta maior marca do País. Sua música ressoou não apenas no Brasil, mas também internacionalmente, com gravações em idiomas como espanhol, francês, italiano, finlandês e alemão, totalizando quatro milhões de discos vendidos na Europa. Lançou mais de 35 álbuns, o último deles em 2023, *Do jeito que a vida quer*, reafirmando sua relevância e conexão com novas gerações de fãs.

Rodrigo Vellozo nasceu em 1982 e, desde cedo, viveu imerso no universo musical, cercado por melodias e canções que moldariam sua carreira. Cresceu testemunhando o talento e a paixão de seu pai pela música, mas traçou o próprio caminho. Em seu álbum de estreia, apresentou uma fusão de samba com elementos da música de câmara, evidenciando seu talento para criar algo inovador. Ao longo dos anos, explorou diversas vertentes, desde o samba tradicional até o jazz e a MPB, sempre com uma abordagem contemporânea e original. Entre suas parcerias notáveis, destacam-se trabalhos com artistas como Criolo, Juçara Marçal, Péricles e Xande de Pilares.

23 DE MAIO, SÁBADO, 20H,
no auditório

INGRESSOS R\$ 70 (associados)
R\$ 140 (convidados)

VENDAS na central de atendimento,
a partir de 6 de maio

PALESTRA



DIOGO PORTUGAL

O auditório receberá o espetáculo *Burriche Artificial*, criação de Diogo Portugal, considerado um dos precursores do stand-up comedy no Brasil. O artista, reconhecido por seu humor inteligente e irreverente, convida o público a refletir sobre o quanto a humanidade se tornou dependente da tecnologia. O show é uma divertida viagem no tempo, que vai da máquina de escrever à era do ChatGPT, destacando como a geração nascida no século XX enfrenta dificuldades para acompanhar tantas inovações. Um dos diferenciais da apresentação é o espaço dedicado às atualidades, em que Diogo Portugal transforma notícias recentes em piadas afiadas, fazendo com que cada sessão seja um espetáculo inédito.

16 DE MAIO, SÁBADO, 20H, no auditório

INGRESSOS R\$ 60 (associados)
R\$ 100 (convidados)

VENDAS na central de atendimento, a partir de 4 de maio

CLÁSSICOS AOS SÁBADOS

A voz da mezzo-soprano Denise de Freitas e o talento da pianista Michiko Licciardi se unem em perfeita harmonia para duo que se apresentará no Paulistano em 9 de maio. Com uma paixão contagiante, as artistas se dedicam a divulgar a riqueza da música de câmara, mergulhando em repertório cuidadosamente selecionado que enfatiza a vivacidade da música de câmara brasileira, além da grandiosidade das árias de ópera. Cada apresentação é cuidadosamente planejada para transportar o público em uma jornada emocional, proporcionando experiência envolvente e surpreendente. No repertório, obras de compositores como Georges Bizet, Erik Satie, Giuseppe Verdi e Manuel de Falla.

Em 30 de maio, Luiza Aquino Salles, piano, e Mario Lombradi Bruccoli, violoncelo, apresentarão programa que culminará na profundidade lírica do romantismo de Schubert.

9 E 30 DE MAIO, SÁBADOS, 19H, no auditório

GRATUITOS / SEM INGRESSOS



SXSW 2026

Adriana Duarte, mentora de posicionamento e imagem estratégica para mulheres, marcas e empresas, estará no Paulistano para ministrar palestra que focará em reflexões sobre a SXSW 2026, evento realizado anualmente em Austin, Texas. Conectará temas como gerações Z e Alpha, saúde mental, busca por conexão em um mundo cada vez mais digital e avanço da inteligência artificial. Mais do que apresentar insights, o encontro propõe uma leitura estratégica: como preservar autenticidade, construir presença e se posicionar com coerência em um cenário onde tecnologia, excesso de estímulos e mudanças culturais desafiam constantemente nossa identidade.

13 DE MAIO, QUARTA, 19H30, no auditório do 4º andar do Edifício Paulistano 120

INGRESSOS GRATUITOS
na secretaria cultural



CONEXÃO CULTURAL

As atividades, coordenadas por Raquel Alessandri e Ana Conte, são gratuitas, sem distribuição de ingressos.

BRASIL 2026

Rubens Figueiredo apresentará a palestra *Brasil 2026: metade deprimido, metade ansioso*, uma reflexão sobre um país no qual participantes de reality shows são celebridades, sandálias viraram um problema ideológico e a esperança no futebol está depositada em um técnico italiano. Figueiredo é bacharel em ciências sociais e pós-graduado em ciência política pela USP, com atuação como diretor do Cepac Pesquisa e Comunicação. Integrou o Conselho de Comunicação da Presidência da República, na gestão Michel Temer, e escreveu, em parceria com Fernando Henrique Cardoso, o paper *Reconciling Capitalists with Democracy: the brazilian case*, apresentado na Itália. É autor, organizador ou coautor de 31 livros sobre pesquisas de opinião, marketing político, campanhas eleitorais e administração pública.

5 DE MAIO, TERÇA, 17H30, na boate

SHOW CHUVAS DE ALEGRIAS

A banda Alma de Gato apresentará show em celebração ao Dia das Mães. O grupo é composto por Camila Forjaz Menezes, voz, violão e castanholas, Cleves Bass, baixo, Guappo Sauerbeck, voz, violão e gaita, Sandra Luz, sax e flauta, e Toni Alves, percussão. Camila é associada do Paulistano, frequentou aulas de flamenco e participou de edições do Talentos do CAP. No repertório, músicas cantadas em português, inglês, francês, italiano e espanhol, em estilos variados, como boleros, country, blues e samba.

12 DE MAIO, TERÇA, 17H30, na boate

IMAGEM É PODER

Lilian Riskalla, consultora com mais de 30 anos de experiência em moda, comportamento e posicionamento de imagem, conduzirá palestra sobre o papel da imagem como ativo de valor na vida social e profissional. A profissional explicará como a construção da imagem pessoal impacta a estratégia, a narrativa e a inteligência social, transformando relações e abrindo portas. Riskalla é formada em engenharia civil e moda, com pós-graduação em marketing de empresas pela FGV. É certificada em consultoria de imagem e personal branding, além de outros títulos em renomados institutos norte-americanos e nacionais.

26 DE MAIO, TERÇA, 17H30, na boate

ENCONTRO

VOZES FEMININAS - MÃES QUE INSPIRAM

O Paulistano reafirma o compromisso com o fortalecimento das mulheres do Clube ao organizar a segunda edição do programa Vozes Femininas. No mês de maio, em homenagem às mães, será organizada uma roda de conversa protagonizada pelas associadas Helô Bello, Cristiana De Angelis e Beatriz Hauptmann, com mediação de Cecília Andrade, líder do programa e responsável pelo pilar de gênero na Comissão de Inclusão. Em espaço de diálogo acolhedor e respeitoso, o público ouvirá experiências marcantes, nas quais a presença do amor materno, da força, da coragem e da resiliência feminina agregam valor humano diante dos desafios do luto, da adoção e da pessoa com deficiência.

O propósito do encontro é compartilhar experiências de vida que inspiram e despertam reflexões. Assim, o evento enriquecerá o entendimento, a profundidade e a maturidade parental para o exercício desse importante papel, na desafiadora missão de cuidar, educar e enfrentar obstáculos.

14 DE MAIO, QUINTA, 17H30, no auditório do 4º andar do Edifício Paulistano 120
GRATUITO / SEM INGRESSOS



FILANTROPIA

ANIVERSÁRIO DA
CHAVE DO CORAÇÃO

A celebração do aniversário da Chave do Coração já se consolidou como uma das datas mais aguardadas do calendário e, em 2026, chega à sua 13ª edição. Movidas pelo compromisso de promover iniciativas que acolhem, apoiam e transformam a vida de pessoas em situação de vulnerabilidade, as voluntárias da Chave do Coração reafirmam, a cada encontro, o propósito de gerar impacto real. Mais do que celebrar conquistas, a ocasião convida à renovação desse compromisso coletivo e reúne aqueles que acreditam que a solidariedade também se constrói ao redor da mesa. É nesse contexto que acontecerá o almoço beneficente, com Polenta Nella Tavola e acompanhamentos, preparado para receber 250 convidados em uma tarde que unirá sabor, tradição e, acima de tudo, generosidade.

13 DE MAIO, QUARTA, 12H30, no salão de festas

INGRESSOS R\$ 95 (associados)
R\$ 140 (convidados)

VENDAS na central de atendimento

ARTES VISUAIS



EXPOSIÇÃO DE DANIEL RASELLO

Os trabalhos de Daniel Rasello poderão ser apreciados na exposição *Nós*, que trará desenhos em caneta esferográfica, em universo de milhares de linhas. O artista argentino formou-se pela FAECC, em Buenos Aires, aprofundou sua técnica no ateliê de Luis Felipe Noé e em estudos sobre história da arte. Participou de importantes exposições individuais e coletivas, no Brasil e no exterior, e teve o trabalho reconhecido em salões e instituições culturais, com premiações como o bronze no 44º Salão de Artes Plásticas W. Belisário, em Ilhabela, o Troféu IHCA e a medalha de ouro pelo Instituto Histórico Cultural de Arceburgo. Sérgio Scaff e Bel Lacaz são responsáveis pela curadoria da exposição.

VERNISSAGE 12 DE MAIO, TERÇA, 18H,
na sala de artes plásticas

MOSTRA 13 A 31 DE MAIO, 11H ÀS 21H,
na sala de artes plásticas

ARTES VISUAIS

VAMOS À PINACOTECA

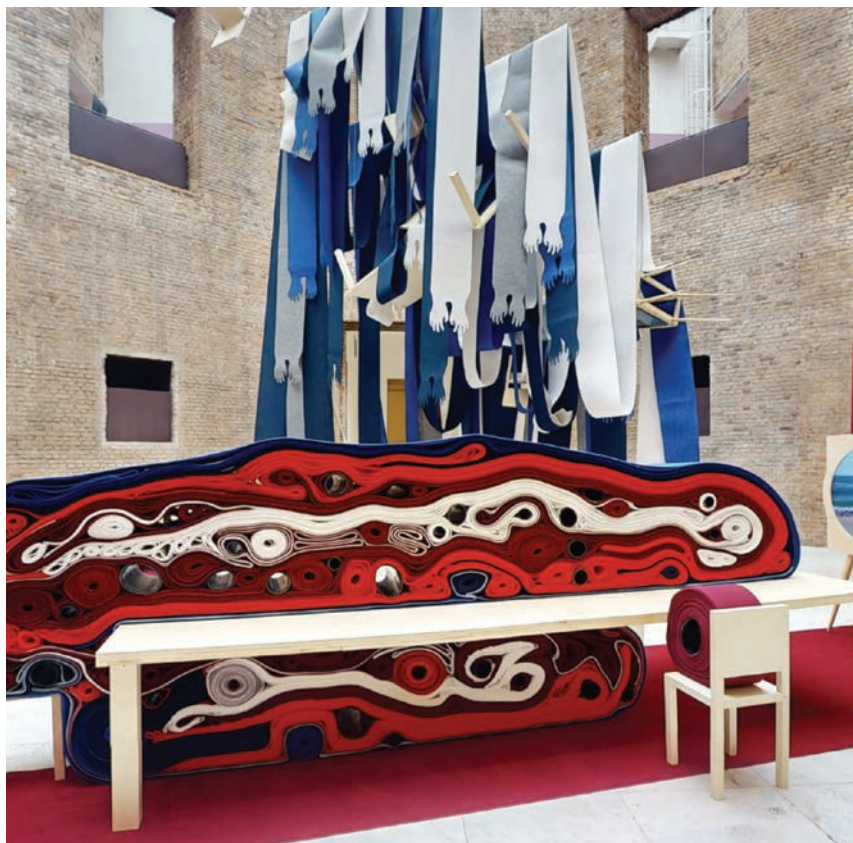
O Paulistano organizará visita guiada à Pinacoteca de São Paulo, onde o grupo poderá conferir a coleção de arte contemporânea e a exposição *A mãe contempla o mar*, de Cristina Salgado. O trabalho ocupa o octógono do museu com uma instalação de grande escala composta por faixas de tecidos multicoloridos, que articulam elementos recorrentes de sua pesquisa, como o corpo feminino, a casa e o mar. A obra propõe reflexão sobre oposições e complementaridades presentes na experiência humana. Os interessados também poderão visitar a exposição *Knockout!*, de Pascale Marthine Tayou, que reúne instalações, esculturas e pinturas que reorganizam materiais do cotidiano para refletir sobre a vida coletiva.

27 DE MAIO, QUARTA, com saída às 13h e retorno às 16h30

IDADE MÍNIMA 10 anos, com acompanhamento por responsável

INGRESSOS R\$ 40 / R\$ 20 (estudantes e aposentados)
Gratuitos (público 60+)

INSCRIÇÃO OBRIGATÓRIA na secretaria cultural, a partir de 13 de maio



GIRO

ESPETÁCULO



JO-GRAAL

O Jo-Graal do CAP Homero Kossac organizará o espetáculo *Versos e Afetos*, um encontro em celebração à resistência do sensível e do poético em meio ao caos urbano. Com a presença de convidados renomados e premiados, o grupo apresentará poemas e músicas, clássicos da cultura nacional. O sarau é um manifesto em favor da arte como ferramenta essencial para a alma, resgatando a urgência do afeto e a riqueza do melhor dos brasileiros. Homero Kossac é o diretor geral, enquanto Jonatan Harold atua na direção musical.

14 DE MAIO, QUINTA, 20H, no auditório
INGRESSOS GRATUITOS na secretaria cultural, a partir de 4 de maio

ESPETÁCULO

MOSTRA DE DANÇA

A Mostra de Dança, aberta para participação de todos os associados, tem como objetivo incentivar e proporcionar aos participantes, de diferentes faixas etárias, a vivência do processo criativo e da construção coreográfica, valorizando a arte e a expressão corporal como elementos fundamentais para o desenvolvimento individual e coletivo. O regulamento e a ficha de inscrição estão disponíveis no site do Clube, acesse com o leitor de QR code.



**30 E 31 DE MAIO, SÁBADO
E DOMINGO, 11H**, no auditório



AQUI TEM
DESCONTO

PRA VOCÊ



» CAP BENEFÍCIOS «

asics

DH
JARDINS
IMÓVEIS

PHYSIOGENE

RANKING
TURISMO
& EVENTOS

CONHEÇA OS 34 PARCEIROS
E TODAS AS VANTAGENS
DISPONÍVEIS NA ÁREA
DE ASSOCIADOS DO SITE

AULAS



FINAL DE SEMANA DA DANÇA

O Paulistano oferecerá programação especial, com dois dias de aulas de dança, de variados estilos, abertas a todos os associados, ministradas por professores do CAP e por renomados instrutores convidados.

16 E 17 DE MAIO, SÁBADO E DOMINGO

INSCRIÇÕES E VENDAS a partir de 5 de maio, com informações disponíveis na secretaria cultural

AULAS

I CHING E A LÓGICA DA MUTAÇÃO

Ronaldo Marin voltará ao Paulistano para mais um ciclo de quatro aulas, agora sobre o *I Ching*, obra sem palavras e sem narrativas, talvez o mais antigo de todos os livros e o primeiro sistema binário e fenomenológico da humanidade. Marin é professor, ator, diretor e roteirista teatral, com formação em liberal arts pela University of Glasgow e mestrado e doutorado em artes e semiótica pelo Instituto de Artes da Unicamp, onde também atuou como professor de pós-graduação.

PROGRAMAÇÃO

16 DE MAIO *A Matriz do Pensamento Oriental: O I Ching e as Bases da Civilização*

Será apresentada uma contextualização histórica e comparativa entre os modelos mentais do Oriente e do Ocidente. O público aprenderá como o *I Ching* ancora as quatro obras clássicas: *Analectos*, *Mêncio*, *O Grande Aprendizado* e *A Doutrina do Meio*.

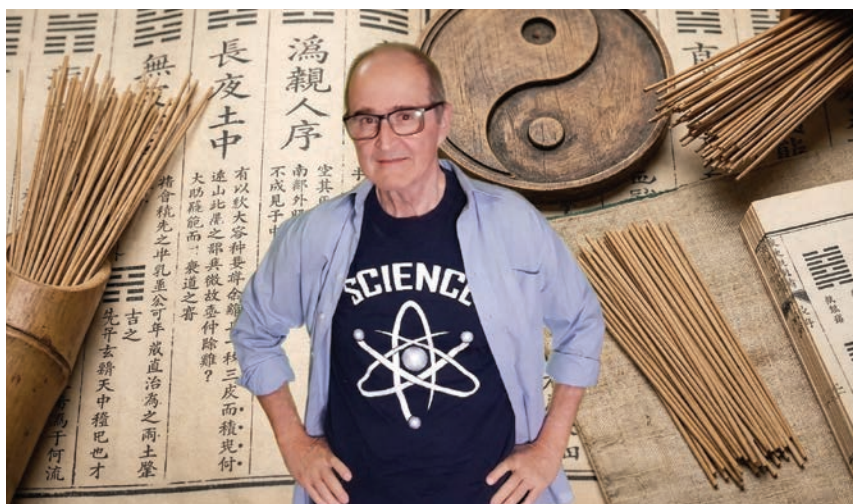
30 DE MAIO *Dinâmicas de Polaridade: A Teoria da Complementaridade (Yin e Yang)*

A aula abordará o acesso à realidade subjetiva e o equilíbrio das forças opostas. O professor explicará que Yin e Yang não são “bem e mal”, mas vetores de energia complementares. Também será detalhado o código binário ancestral, com a estrutura matemática por trás das polaridades.

SÁBADOS, 10H ÀS 12H, no auditório do 4º andar do Edifício Paulistano 120

INGRESSOS R\$ 55 (associados, por aula) / R\$ 110 (convidados, por aula)

VENDAS na central de atendimento



AULAS



HISTÓRIA DA ARTE

O professor Leandro Vasconcellos de Oliveira, doutor em educação, arte e história da cultura pelo Mackenzie, dará seguimento às aulas sobre história da arte em maio. O profissional foi curador do Instituto Inhotim, ministrou aulas no Masp, Osesp e em unidades do Sesc, e possui experiência como diretor de televisão para programas de arte e espetáculos no Brasil e no exterior.

PROGRAMAÇÃO

9 DE MAIO *Estranhos (re)começos – arte entre seres e povos sem história*

Em exercício de exploração antropológica, a aula discorrerá sobre a expressividade dos animais desenhados no teto da caverna de Lascaux, na França, as máscaras rituais de povos Inuítes, da América do Norte, e mandalas budistas, do Tibet. Reflexão será conduzida sobre o quanto de arte há em ritos comunitários ou nestes gestos que dialogam com as questões sobre estética dos tempos atuais.

23 DE MAIO *Em busca de uma linha do tempo*

Nesta aula, será proposta uma linha do tempo da história da arte, ferramenta de orientação, mas também de questionamento. Partindo das tradições da Antiguidade até as rupturas da arte contemporânea, o encontro trará os principais períodos, estilos e movimentos, não como uma sequência linear e estável, mas como um campo vivo de personagens e obras.

SÁBADOS, 10H ÀS 12H, no auditório do 4º andar do Edifício Paulistano 120

INGRESSOS R\$ 55 (associados, por aula) / R\$ 110 (convidados, por aula)

VENDAS na central de atendimento

AULAS

A HISTÓRIA DA MÚSICA COMO VOCÊ NUNCA OUVIU

A série de aulas de Antonio Toze sobre a história da música seguirá em junho, com encontros marcados para os dias 8, *Confidências Barrocas*, e 22, *Mozart e o Rococó*. O profissional possui formação acadêmica em comunicação e marketing, design estratégico e criativo, e como músico erudito.

SEGUNDAS, 19H, no auditório do 4º andar do Edifício Paulistano 120

INGRESSOS R\$ 55 (associados, por aula) / R\$ 110 (convidados, por aula)

VENDAS na central de atendimento



PROGRAMAÇÃO INFANTIL



CINECLUBINHO

A edição de maio do programa de cinema criado especialmente para as crianças exibirá a animação *Arco*. No filme, garoto vive no ano de 2932, época em que humanos são capazes de viajar no tempo. Sem a perícia necessária, aterrissa acidentalmente em 2075, quando menina tentará ajudá-lo.

9 DE MAIO, SÁBADO, 10H, no auditório

GRATUITO / SEM INGRESSOS

PROGRAMAÇÃO INFANTIL

CONTAÇÃO DE HISTÓRIAS

Abigail Conta Mais de Mil estará na Biblioteca Ubirajara Martins para duas edições do programa de contação de histórias para crianças. No dia 16, interpretará a história de um rei muito vaidoso, que acaba sendo enganado, comprando tecidos que não existem. No dia 30, será a vez de adaptação de conto do autor Pierre Gripari, em narrativa que descreve como uma bruxa que morava em armário de limpeza vai interagir com homem que acaba de comprar uma casa.

16 E 30 DE MAIO, SÁBADOS, 11H, na Biblioteca Ubirajara Martins

GRATUITO / SEM INGRESSOS



PROGRAMAÇÃO INFANTIL



DIA DAS MÃES

A brinquedoteca receberá celebração ao Dia das Mães, em 10 de maio. O músico Carlos Amaral se apresentará a partir das 10h30 e as crianças poderão participar de oficina especial, em que conduzirão a personalização de guarda-chuva, presente para as homenageadas da data.

PROGRAMAÇÃO INFANTOJUVENIL

TROCA DE FIGURINHAS

A sala jovem será palco de encontros para trocas de figurinhas do álbum da Copa do Mundo, em todos os sábados de maio, das 10h às 12h e das 14h às 16h. Serão oportunidades para fazer amizades e conseguir cromos de forma divertida.



BUENO BRANDÃO

VIVA NO DETALHE

O ESPETACULAR SOB UMA
PERSPECTIVA ÚNICA. A SUA.

A POUCOS PASSOS DO IBIRAPUERA
E DA PRAÇA PEREIRA COUTINHO.

PRONTO PARA MORAR | TORRE ÚNICA

DESCUBRA CADA DETALHE
NA WEBSÉRIE EXCLUSIVA

500M² 5 SUÍTES

VILA NOVA CONCEIÇÃO



TEGRAINCORPORADORA.COM.BR
BUENOBANDAO257.COM.BR

TEGRA

1º SEXTA

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

CINEMA Missão Refúgio, 15h, 17h40 e 20h30

BAR SOCIAL
Marcelo Manzano, 19h

BAR SOCIAL
Música ambiente, 21h45

2 SÁBADO

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

CINEMA
Sirât, 15h, 17h40 e 20h30

BAR SOCIAL
Marcelo Manzano, 19h

BAR SOCIAL
Música ambiente, 21h45

3 DOMINGO

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

CINEMA Missão Refúgio, 15h, 17h40 e 20h30

4 SEGUNDA

CINEMA
Sirât, 15h, 17h40 e 20h30

5 TERÇA

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

CONEXÃO CULTURAL
17h30, boate

6 QUARTA

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

MÚSICA Apresentação de Sérgio Vianna, 18h30, Rooftop

7 QUINTA

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

BAR SOCIAL
Marcelo Manzano, 19h

BAR SOCIAL
Bibba Chuqui, 21h

8 SEXTA

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

CINEMA A Graça, 14h10, 17h10 e 20h10

BAR SOCIAL
Marcelo Manzano, 19h

BAR SOCIAL
Banda OutBox, 21h45

9 SÁBADO

AULA História da Arte, 10h às 12h, auditório do 4º andar do Edifício Paulistano 120

CINEMA Arco, 10h e 14h10

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

BAR SOCIAL
Marcelo Manzano, 19h

SÁBADOS À NOITE
Clássicos aos Sábados, 19h, auditório

BAR SOCIAL
Graça Cunha, 21h45

10 DOMINGO

OFICINA DIA DAS MÃES
11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

CINEMA
Arco, 14h10

CINEMA
A Graça, 17h10 e 20h10

11 SEGUNDA

CINEMA
Arco, 14h10

CINEMA
A Graça, 17h10 e 20h10

12 TERÇA

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

CONEXÃO CULTURAL
17h30, boate

VERNISSAGE
Exposição Nós, 18h, sala de artes plásticas

13 QUARTA

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

FILANTROPIA Aniversário da Chave do Coração, 12h30, salão de festas

PALESTRA
SXSW 2026, 19h30, auditório do 4º andar do Edifício Paulistano 120

14 QUINTA

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

VOZES FEMININAS
Mães que Inspiram, 17h30, auditório do 4º andar do Edifício Paulistano 120

BAR SOCIAL
Marcelo Manzano, 19h

ESPETÁCULO
Jo-Graal, 20h, auditório

BAR SOCIAL
David Kerr, 21h

15 SEXTA

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

CINEMA
A Conspiração Condor, 15h e 20h30

CINEMA
Velhos Bandidos, 17h40

BAR SOCIAL
Marcelo Manzano, 19h

MÚSICA Balada com Tatau e Juliana Franke, 20h30, salão de festas

BAR SOCIAL
Jota Rezende, 21h45

16 SÁBADO

AULA I Ching e a Lógica da Mutação, 10h às 12h, auditório do 4º andar do Edifício Paulistano 120

CONTAÇÃO DE HISTÓRIAS
11h, Biblioteca Ubirajara Martins

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

BAR SOCIAL
Marcelo Manzano, 19h

SÁBADOS À NOITE
Apresentação de Diogo Portugal, 20h, auditório

BAR SOCIAL
Turma do Claudião, 21h45

17 DOMINGO

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

CINEMA
Velhos Bandidos, 15h

CINEMA A Conspiração Condor, 17h40 e 20h30

18 SEGUNDA

CINEMA
A Conspiração Condor, 15h

CINEMA
Velhos Bandidos, 17h40 e 20h30

19 TERÇA

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

20 QUARTA

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

21 QUINTA

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

BAR SOCIAL
Marcelo Manzano, 19h

BAR SOCIAL
Noite Cheek to Cheek, 21h

22 SEXTA

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

CINEMA
Turbulência, 15h e 20h30

CINEMA
Tatame, 17h40

BAR SOCIAL
Marcelo Manzano, 19h

BAR SOCIAL
Morgana Kurmann, 21h45

23 SÁBADO

AULA História da Arte, 10h às 12h, auditório do 4º andar do Edifício Paulistano 120

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

BAR SOCIAL
Marcelo Manzano, 19h

SÁBADOS À NOITE
Benito Di Paula e Rodrigo Vellozo, 20h, auditório

BAR SOCIAL
Renata Pizi, 21h45

24 DOMINGO

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

CINEMA
Tatame, 15h e 20h30

CINEMA
Turbulência, 17h40

25 SEGUNDA

CINEMA
Turbulência, 15h e 20h30

CINEMA
Tatame, 17h40

26 TERÇA

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

CONEXÃO CULTURAL
17h30, boate

27 QUARTA

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

28 QUINTA

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

BAR SOCIAL
Marcelo Manzano, 19h

SUNSET
Show de Alex Cohen, 19h30, boate

BAR SOCIAL
Música ambiente, 21h45

29 SEXTA

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

CINEMA
Nuremberg, 14h10 e 20h30

CINEMA
13 Dias, 13 Noites, 17h40

BAR SOCIAL
Marcelo Manzano, 19h

BAR SOCIAL
Jack Rabbit, 21h45

30 SÁBADO

AULA | Ching e a Lógica da Mutação, 10h às 12h, auditório do 4º andar do Edifício Paulistano 120

MOSTRA DE DANÇA
11h, auditório

CONTAÇÃO DE HISTÓRIAS
11h, Biblioteca Ubirajara Martins

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

SÁBADOS À NOITE

Clássicos aos Sábados, 19h, auditório

BAR SOCIAL
Marcelo Manzano, 19h

BAR SOCIAL
DJ Patricia Vello, 21h45

31 DOMINGO

MOSTRA DE DANÇA
11h, auditório

OFICINA 11h às 12h30 e 14h30 às 16h30, brinquedoteca

CINEMA
13 Dias, 13 Noites, 14h10 e 20h30

CINEMA
Nuremberg, 17h10

Use o leitor de QR Code e acesse a agenda atualizada



L I V R O S

POR ANDRÉ STURM, DIRETOR CULTURAL



_ RUTH WARE

ACABA DE CHEGAR NA NOSSA BIBLIOTECA, *O CASAL PERFEITO*, NOVO LIVRO DE UMA DAS AUTORAS DE SUSPENSES COM CRIMES MAIS BEM SUCEDIDAS DA ATUALIDADE, RUTH WARE. SE VOCÊ GOSTA DO GÊNERO, ELA É GARANTIA DE BOA DIVERSÃO

A mulher na cabine 10, um de seus melhores livros, já virou filme num dos streamings, com a ótima Keira Knightley. Neste novo livro, temos uma jovem mulher, cuja proposta de pesquisa para um pós-doutorado não deu certo e seu emprego está em risco. Seu namoro com um aspirante a ator também não vai nada bem. Ficam sabendo de um reality que reuniria jovens casais numa maravilhosa ilha no oceano Índico. Decidem se inscrever e, para surpresa deles, são selecionados, junto a outros quatro casais. A viagem até a ilha é ótima. Chegando lá, uma tempestade os deixa isolados e... só lendo para saber. Sem spoilers! Ruth Ware sabe construir personagens que parecem visíveis. Capítulos curtos, com bons diálogos e situações, que mantêm o interesse. Seu primeiro livro, *Em um bosque muito escuro*, fez sucesso e foi adquirido para virar filme. Logo no segundo livro, *A mulher na cabine 10*, ela “estourou”. O livro superou 1 milhão de exemplares vendidos, traduzido para mais de 30 idiomas. Com esse sucesso, passou a ser escritora em tempo integral e já são dez os títulos lançados. Recomendo para momentos divertidos de leitura. ◀

CONCURSO LITERÁRIO

As inscrições para a edição de 2026 do concurso estarão abertas até 7 de junho, nas categorias conto, crônica, poesia e literatura infantojuvenil. Use o leitor de QR Code para acessar o regulamento. ◀



Os últimos livros adquiridos pelo Paulistano são *Velar por ela*, de Jean-Baptiste Andrea; *Dezenove degraus*, de Millie Bobby Brown; *A gorda*, de Isabela Figueiredo; *Trilogia*, de Jon Fosse; *Se os gatos desaparecessem do mundo*, de Genki Kawamura; *A livreira de Paris*, de Kerri Maher; *A violinista de Auschwitz*, de Ellie Midwood; *Flor da pele*, de Javier Moro; *Os vulneráveis*, de Sigrid Nunez; *As bençãos do meu avô*, de Rachel Naomi Remen; *Intermezzo*, de Sally Rooney; *O casal perfeito*, de Ruth Ware; e *Meu Dom Quixote coreano*, de Kim Ho-Yeon. ◀

A edição de maio do programa discutirá *A árvore mais sozinha do mundo*, de Mariana Salomão Carrara

O encontro virtual acontecerá no dia 28, quinta, 19h, com mediação Helô Bello Barros e Carlos Eduardo Cornacchione. Inscrições gratuitas na secretaria cultural. ◀

O Paulistano mantém programa que promove a contação de histórias infantis na Biblioteca Ubirajara Martins

Em maio, serão duas sessões, comandadas por Abigail Conta Mais e Mil nos dias 16 e 30, sábados, 11h, sem necessidade de ingressos. ◀

ATIVIDADES PARA NÃO PERDER O RITMO

por Cristiano Parente
Professor na Pós Graduação em Personal Trainer da USP
Eleito melhor Personal Trainer do Mundo
CEO **Koatch**

Já repararam como é fácil ganhar peso extra num único fim de semana, mas como demora quase a semana toda para recuperar? Ou pior, que basta relaxar um pouquinho durante as férias e acabar perdendo algumas peças de roupa por um bom tempo?

Como sabemos, esse “fenômeno” (popularmente conhecido como “efeito sanfona”) ocorre basicamente em razão de um desequilíbrio energético. Ou seja, provavelmente você abusou no consumo de calorias (comendo mais do que o seu organismo está acostumado) ou negligenciou suas atividades físicas (gastando pouca energia ao longo do período).

Logo, há duas maneiras de se combater este problema: comendo menos ou gastando mais. Simples assim.

Se você está cansado de passar por essa situação, mas não gostaria de abrir mão do “churrasquinho” com os amigos no fim de semana, seguem algumas sugestões de atividades físicas para queimar muitas calorias e se divertir ao mesmo tempo, seja na cidade, no campo ou no litoral.

Atividades no litoral

Na praia, pode optar pelas modalidades aquáticas. Entre elas, Natação em águas abertas: Stand Up Paddle, Caiaque ou até mesmo caminhar ou correr na orla da praia.

Atividades no interior

No interior, é possível buscar novos ares com atividades como, Montanhismo (turismo ecológico), Escalada esportiva, Trilhas e caminhadas. Também é possível Ciclismo em trilhas, Corridas de aventura ou orientação.

Essas atividades podem variar de 20 a 60 metros de altura (no caso da escalada), com condições controladas de segurança, testando força, resistência e equilíbrio simultaneamente.

Essas práticas exigem preparo físico e planejamento, sendo recomendado o acompanhamento de um especialista, principalmente no início.

Essas práticas exigem preparo físico e planejamento, sendo recomendado o acompanhamento de um especialista.

Nas metrópoles, as atividades são bastante variadas e surgem novas modalidades a cada dia. Porém, o mais importante, independentemente da sua preferência, é seguir os princípios do treinamento e respeitar suas individualidades.

A musculação ainda é uma excelente base de treinamento, com ótimo custo-benefício.

Hoje, com o avanço da ciência e maior acesso à informação, o treinamento tende a evoluir constantemente.

O que não pode é ficar parado!

C I N E M A



A programação do mês reúne filmes brasileiros e internacionais recentes. Os trailers podem ser vistos no site do Clube, pelo QR Code ao lado



MISSÃO REFÚGIO

SHELTER

DIREÇÃO RIC ROMAN WAUGH ELENCO JASON STATHAM, BODHI RAE BREATHNACH, BILL NIGHY

1º DE MAIO, SEXTA 15H, 17H40 E 20H30
3 DE MAIO, DOMINGO 15H, 17H40 E 20H30

AÇÃO Michael Mason abandona vida tomada por missões e assassinatos, isolando-se em ilha escocesa. Agora terá que usar suas habilidades para escapar de ataques e salvar jovem inocente.

107MIN - 16 ANOS - REINO UNIDO/EUA/CANADÁ/2026

SIRÂT

DIREÇÃO OLIVER LAXE ELENCO SERGI LÓPEZ, BRUNO NÚÑEZ ARJONA, STEFANIA GADDA

2 DE MAIO, SÁBADO 15H, 17H40 E 20H30
4 DE MAIO, SEGUNDA 15H, 17H40 E 20H30

DRAMA Pai viaja para área desértica no norte da África, à procura de filha desaparecida. Porém, conflito armado muda drasticamente a realidade da região.

114MIN - 16 ANOS - ESPANHA/FRANÇA/2025



A GRAÇA

LA GRAZIA

DIREÇÃO **PAOLO SORRENTINO** ELENCO **TONI SERVILLO, ANNA FERZETTI, ORLANDO CINQUE**



8 DE MAIO, SEXTA
10 DE MAIO, DOMINGO
11 DE MAIO, SEGUNDA

14H10, 17H10 E 20H10
17H10 E 20H10
17H10 E 20H10

DRAMA Presidente italiano em fim de mandato enfrenta crises morais ao ter que tomar decisões envolvendo a legislação sobre eutanásia e o perdão de assassinos.

132MIN - 14 ANOS - ITÁLIA/2025



ARCO

OUISTREHAM

DIREÇÃO **UGO BIENVENU E GILLES CAZAUX**



9 DE MAIO, SÁBADO
10 DE MAIO, DOMINGO
11 DE MAIO, SEGUNDA

10H (DUB) E 14H10 (LEG)
14H10 (DUB)
14H10 (LEG)

AVENTURA O garoto Arco vive no ano de 2932, época em que humanos são capazes de viajar no tempo. Sem a perícia necessária, aterrissa acidentalmente em 2075, quando a menina Iris tentará ajudá-lo.

88MIN - 10 ANOS - FRANÇA/EUA/REINO UNIDO/2025

A CONSPIRAÇÃO CONDOR

DIREÇÃO **ANDRÉ STURM** ELENCO **MEL LISBOA, DAN STULBACH, MARIA MANOELLA**



15 DE MAIO, SEXTA
17 DE MAIO, DOMINGO
18 DE MAIO, SEGUNDA

15H E 20H30
17H40 E 20H30
15H

DRAMA O thriller político aborda acontecimentos da década de 1970 no Brasil. Durante a ditadura militar, jornalista inicia investigação após cobrir o velório de JK e se depara com rede de interesses ocultos.

115MIN - 14 ANOS - BRASIL/2025



VELHOS BANDIDOS

DIREÇÃO **CLÁUDIO TORRES** ELENCO **FERNANDA MONTENEGRO, ARY FONTOURA, BRUNA MARQUEZINE**



15 DE MAIO, SEXTA	17H40
17 DE MAIO, DOMINGO	15H
18 DE MAIO, SEGUNDA	17H40 E 20H30

AÇÃO Casal de idosos se junta a jovem dupla para planejar audacioso roubo a banco, em situação marcada por desconfianças.

93MIN - 14 ANOS - BRASIL/2026



TURBULÊNCIA

TURBULENCE

DIREÇÃO **CLAUDIO FÄH** ELENCO **HERA HILMAR, JEREMY IRVINE, OLGA KURYLENKO**



22 DE MAIO, SEXTA	15H E 20H30
24 DE MAIO, DOMINGO	17H40
25 DE MAIO, SEGUNDA	15H E 20H30

AÇÃO Casal decide fazer passeio de balão pelas Dolomitas, na Itália, mas os acontecimentos tomam rumo inesperado quando um terceiro passageiro se junta à viagem.

91MIN - 16 ANOS - REINO UNIDO/EUA/2025

TATAME

TATAMI

DIREÇÃO **ZAR AMIR EBRAHIMI, GUY NATTIV** ELENCO **ARIENNE MANDI, ZAR AMIR EBRAHIMI, JAIME RAY NEWMAN**



22 DE MAIO, SEXTA	17H40
24 DE MAIO, DOMINGO	15H E 20H30
25 DE MAIO, SEGUNDA	17H40

DRAMA Judoca iraniana disputa Campeonato Mundial, mas, ameaçada por autoridades, enfrenta dilema, tendo que escolher entre perseguir seu sonho ou abandonar a competição.

105MIN - 14 ANOS - GEÓRGIA/EUA/REINO UNIDO/2023



NUREMBERG

DIREÇÃO **JAMES VANDERBILT**
ELENCO **RUSSELL CROWE, RAMI MALEK,
MICHAEL SHANNON**



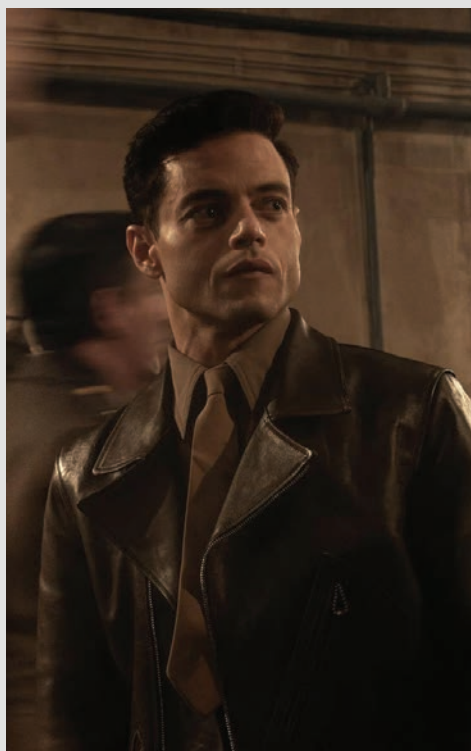
29 DE MAIO, SEXTA
14H10 E 20H30

31 DE MAIO, DOMINGO
17H10

1º DE JUNHO, SEGUNDA
14H10 E 20H30

DRAMA Em Nuremberg, 1945, psiquiatra americano avalia 22 nazistas que aguardam julgamento por crimes de guerra. Sua proximidade com Hermann Göring e a busca pela compreensão da natureza do mal o levam a um caminho sem volta.

148MIN - 16 ANOS
HUNGRIA/EUA/2025



13 DIAS, 13 NOITES

13 JOURS, 13 NUITS

DIREÇÃO **MARTIN BOURBOULON**
ELENCO **ROSCHDY ZEM, LYNA KHOUDRI,
SIDSE BABETT KNUDSEN**



29 DE MAIO, SEXTA
17H40

31 DE MAIO, DOMINGO
14H10 E 20H30

1º DE JUNHO, SEGUNDA
17H40

DRAMA Com a retirada das tropas americanas do Afeganistão, o Talibã avança sobre a capital. Neste cenário caótico, comandante e seus soldados são responsáveis pela segurança da embaixada francesa.

112 MIN - 14 ANOS
FRANÇA/BÉLGICA/2025



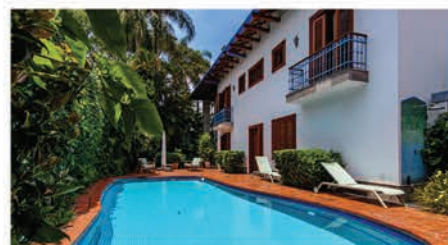
Lichtenthal

Imóveis

tradição tem nome

Com mais de 5 décadas de atuação no mercado imobiliário de alto padrão, a Lichtenthal Imóveis consolidou-se como uma referência quando o assunto é **excelência, curadoria e negócios exclusivos**.

É sob esse rigor que apresentamos esta **casa à venda no Jardim Paulista**. Um imóvel que reflete padrões elevados de arquitetura, localização e sofisticação, alinhado ao perfil de quem valoriza patrimônio, posicionamento e qualidade de vida.



Casa à venda no Jd. Paulista - Cód 10248
Valor sob consulta

Em um terreno de 935m², a residência oferece 615m² de área construída, com ambientes amplos e sofisticados, 5 dormitórios sendo 3 suítes, ampla área social, jardim e piscina.

Localização nobre no Jardim Paulista, na própria Rua Honduras, a rua do CAP. Cercado pelo melhor que São Paulo tem a oferecer.



Fale com quem é especialista em casas no Jardim Paulista: Marcelo Lichtenthal, da Lichtenthal Imóveis.

☎ (11) 99873-9620 | (11) 98767-7388

www.lichtenthalimoveis.com.br

@lichtenthalimoveis

Acesse o QR CODE e saiba mais!

CRECI 28.636-J

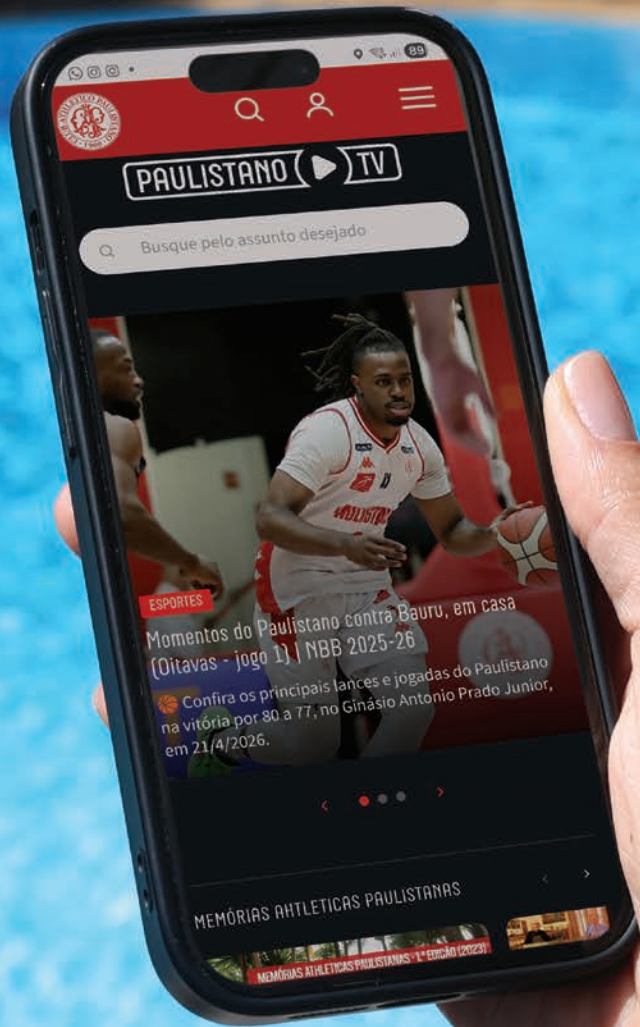




PAULISTANO

**ATUALIZAÇÕES DE SITE E APLICATIVO
GARANTEM MAIS RECURSOS A ASSOCIADOS**

DIGITAL



PAULISTANO TV

Busque pelo assunto desejado

ESPORTES

Momentos do Paulistano contra Bauru, em casa (Oitavas - jogo 1) | NBB 2025-26

Confira os principais lances e jogadas do Paulistano na vitória por 80 a 77, no Ginásio Antonio Prado Junior, em 21/4/2026.

MEMÓRIAS AHLETICAS PAULISTANAS

MEMÓRIAS AHLETICAS PAULISTANAS - 1ª EDIÇÃO (2023)

NOS ÚLTIMOS 30 ANOS, A POPULARIZAÇÃO DA INTERNET TEM ALTERADO A MANEIRA COMO O PÚBLICO SE RELACIONA COM COMUNIDADES E ESPAÇOS FÍSICOS, COMO O PAULISTANO. ESSAS MUDANÇAS FORAM ACELERADAS A PARTIR DA CHEGADA DOS SMARTPHONES, QUE TORNARAM AS PESSOAS CONECTADAS EM TEMPO INTEGRAL. EM MAIO, APÓS MESES DE PLANEJAMENTO E EXECUÇÃO DE PROJETO LIDERADO PELA EQUIPE DE COMUNICAÇÃO, O CLUBE LANÇARÁ NOVOS SITE E APLICATIVO, COM FOCO EM ESTREITAR SUA RELAÇÃO COM OS ASSOCIADOS E A MISSÃO DE MANTER UM PROGRESSO QUE AMPLIARÁ CONSTANTEMENTE AS POSSIBILIDADES DE PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS AOS USUÁRIOS

A PRIMEIRA E MAIOR MUDANÇA É A INTEGRAÇÃO E UNIFICAÇÃO DA LINGUAGEM E DE DESIGN, QUE PASSA A SER A MESMA QUE JÁ SE VÊ NA REVISTA E NOS MATERIAIS ESPECIAIS

Os mais de 12 mil tipos de conteúdos produzidos anualmente estarão disponíveis com maior rapidez e volume, com toda acessibilidade possível, em texto e voz. Também há um alinhamento entre site e aplicativo, que oferecerão a mesma experiência de navegação. “Os lançamentos reforçam o compromisso de trabalhar na promoção da marca do Clube com credibilidade, precisão e qualidade”, afirma Lucas Tolosa, diretor de Marketing e Comunicação. “A primeira edição de uma revista oficial do Paulistano foi impressa há 99 anos, fato que ajuda a explicar os motivos que levam essa publicação tradicional a ser uma referência entre os associados. Mas um dos principais objetivos da Diretoria é mostrar ao nosso público a relevância de outros canais, que garantem benefícios que superam os limites da mídia física”, complementa.

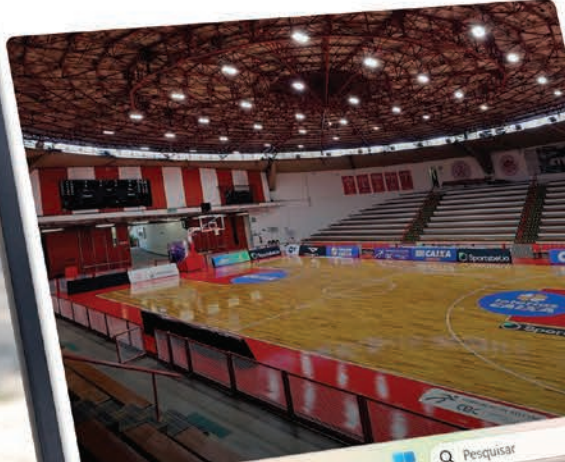




Na nova estrutura do site, toda página é uma porta de entrada. A organização e a disposição agora são feitas em módulos de informações e de conteúdos previamente programados, permitindo mais agilidade e maior direcionamento, seja em texto, vídeo ou áudio. O canal passa a ser mais visual e todos os links terão uma imagem associada. Informações terão destaque visual de acordo com a importância para um tipo específico de página. Por exemplo, a data e o local de uma apresentação estarão mais visíveis em relação a outras informações sobre o evento.

ALÉM DAS GALERIAS DE FOTOS, AGORA O USUÁRIO PODERÁ CONFERIR GALERIAS DE VÍDEOS, COM ACESSO DIRETO PELO MENU DE NAVEGAÇÃO

Anúncios e marcas parceiras podem estar presentes com melhor direcionamento, de forma aprimorada e de acordo com métricas detalhadas e melhores práticas, seguindo padrões de mercado.



AGORA NO CLUBE 06/10/2025 - 15:02

787 134 321 / 688



Interno 2026 de futebol tem crescimento de jovens associadas nos times

GIRO

22/04 QUARTA-FEIRA

- EXPOSIÇÃO: A VERDADE SOBRE A NOSTALGIA
10h às 21h - Sala de artes públicas
- MEDITAÇÃO GUIADA
10h às 11h, Salão de jogos (1º andar do prédio social)
- OFICINAS INFANTES
10h às 12:30 e 14h30 às 16h30, na Brinquedoteca



BALADA COM TATU E DJ

SEÇÕES INTEGRADAS

As seções no site e na revista passarão a ser as mesmas: Giro, para agenda de eventos, cinema e competições, Radar, com as últimas notícias, e Flashes, as galerias de fotos.

No Giro, será possível acompanhar tudo o que está programado para ser realizado no Clube, facilitando o planejamento. No Radar, o usuário lerá as notícias mais recentes, acompanhará resultados esportivos, eventos realizados, ações, histórias e demais conteúdos que reforçam e demonstram a força, competência, conquistas e novidades do dia a dia. Em Flashes, estarão os registros fotográficos de eventos realizados do Clube, em volume muito superior ao possível na revista.

Avisos e comunicados passam a ter, efetivamente, um espaço fixo e dedicado, em mural on-line.

CANAIS APRIMORADOS

A PAULISTANO TV DÁ O PRIMEIRO PASSO PARA SER UM CANAL DE STREAMING, DE ACESSO AOS CONTEÚDOS EM VÍDEO PRODUZIDOS SOBRE O CLUBE

Além de momentos de atividades e eventos, será possível encontrar links para as transmissões ao vivo de jogos dos profissionais do basquete e do vôlei, neste primeiro passo da nova etapa.

A Paulistano Rádio passa a ser uma efetiva playlist, registrando momentos e assuntos de interesse institucional com a agilidade e a credibilidade que só a voz do entrevistado pode garantir e reforçar.

O acervo da revista deixa de ser só um repositório. Matérias produzidas ao longo de um século de publicações do Clube passarão a ter destaque com atualização constante, de acordo com o momento, valorizando as centenas de edições, publicadas desde 1927, todas digitalizadas.

ATENDIMENTO COM IA

No novo site, a ferramenta de busca será fortalecida. Com inteligência artificial embarcada e atualização permanente e constante, a expectativa é que as informações sejam mais objetivas, ágeis e precisas, sendo aprimoradas com tempo e uso pelos associados.

PARCERIA COM TI E FUTURO DO SITE

O desenvolvimento dos novos site e aplicativo do Paulistano é fruto de parceria entre as diretorias de Marketing e Comunicação e Tecnologia da Informação. As solicitações foram apresentadas pela área de comunicação aos profissionais de TI, responsáveis pelo estudo do tema, cotação, contratação e supervisão do trabalho de empresa especializada. O processo está alinhado com o projeto CAP-CX, em que a área de TI atua com os demais departamentos para, a cada entrega, ampliar e integrar a digitalização do Clube. “O CAP-CX tem o propósito de trazer ao Paulistano uma solução completa, moderna e segura, capaz de suportar todos os fluxos administrativos e operacionais que sustentam a vida associativa”, diz Lisias Lauretti, diretor de Tecnologia da Informação.

O modelo será replicado para a continuidade da evolução tanto do site aberto, quanto das funcionalidades do portal dos associados, que exige login e senha.

“UM DOS PONTOS FUNDAMENTAIS PARA A REFORMULAÇÃO DO SITE ERA A ABERTURA DE CAMINHO PARA MELHORIAS QUE AINDA CHEGARÃO, COM POTENCIAL DE TRANSFORMAR O COTIDIANO DOS ASSOCIADOS NO RELACIONAMENTO COM DIVERSOS DEPARTAMENTOS”

LUCAS TOLOSA, DIRETOR DE MARKETING E COMUNICAÇÃO

OUTROS CANAIS DIGITAIS

O associado do Paulistano tem diversos canais para ter acesso a conteúdos, novidades, comunicados e avisos.

No WhatsApp, na aba Atualizações, e no Telegram, diariamente, é possível acompanhar três seções fixas: Radar, com as últimas notícias, Giro, com a divulgação da agenda, e Amanhã no Clube, com links adicionais.

As redes sociais – Instagram, Facebook, TikTok e X (ex-Twitter) – são pontos de acesso aos acontecimentos, sempre com conteúdos inéditos e diários promovendo o melhor do Clube, em fotos e vídeos, seja no feed e nos stories.



NEWSLETTER

O associado pode ainda receber a newsletter semanal, produzida com curadoria dedicada a resumir o que aconteceu e a agenda dos principais acontecimentos futuros.

É EXCLUSIVA PARA ASSOCIADOS, SENDO NECESSÁRIO CADASTRO NA CENTRAL DE ATENDIMENTO PARA RECEBÊ-LA

MARKETING

O departamento de marketing captou, em 2025, mais de R\$ 9 milhões, número que é recorde na história do Clube e que superou em 20% o valor arrecadado no exercício anterior. “A Diretoria de Marketing e Comunicação tem dois pilares que atuam com objetivos distintos, mas que estão alinhados. Quando melhoramos nossos canais, valorizamos a nossa marca, atraímos patrocinadores e anunciantes”, analisa Tolosa. “Tudo isso tem um impacto positivo para o associado, que, além de se informar sobre tudo o que acontece no Clube, ganha a possibilidade de aproveitar novos serviços digitais e, por fim, pode celebrar como a verba captada diminui a necessidade de utilização de recursos provenientes das contribuições sociais”, conclui. ◀



> FLASHES <

CELEBRAÇÕES DA PÁSCOA, EVENTOS ESPORTIVOS, MUSICAIS
E TEATRAIS DESTACAM-SE NA PROGRAMAÇÃO



Viničius Simões e Moníca Panelli
no Sunset Baile Disco



Paulo Vaz e Amira Jarouche
no show de Guilherme Arantes



Helena Ferrari testa
sua força na sala jovem



Ana Lucia Placucci e Luis Augusto Costa
na peça Família Brasil



Luisa Almeida em clínica
infantojuvenil de beach tennis



Maury Prado Junior, Camila Borges, Carlos Fernando Lindenberg,
Mariana, Regina e Sergio Jeannetti em jantar harmonizado



Otto e Regina Pimentel no show
de Guilherme Arantes



Ana Carolina, Helena, Simone e Pedro Resstom e Bruno Barbosa no almoço de Páscoa



Dricca Rhiel, Márcia Casanova e Chico Machado em cena de Família Brasil



Coelho de Páscoa animou público infantil



Antonieta Fernandes e Lucila Freire na Conexão Cultural



Manuela Grisi, Felipe Ambiel e Gustavo Tolosa disputam partida pelo campeonato de futebol



Alemanha e Japão abrem campeonato pela categoria sub 8



Gustavo e Mariana Figueiredo, Henry Semer, Paulo Farah, João Negrini e Roberto Pinheiro no Sunset Baile Disco



Mirna Zavataro em recital organizado pela Chave do Coração



Rosa Baracho em festejos da Páscoa



Celina Aquino e Maristela Caldas em torneio interno de pickleball



Aula especial da ginástica funcional



Daniel Rasello, Renato Gosling, artista, e Sergio Scaff, curador, na exposição A verdade sobre a nostalgia



Lilian e Lafayette Lage acompanham palestra da Conexão Cultural



Bia Mendes, Claudia Zapparoli e Ticiana Costa no Sunset Baile Disco



Jovens encenam a mais recente versão da peça A Sétima Arte



Antonio Srou e Ana Maria Santos disputam partida pela categoria sub 10



Palestra de Wilson Rondó na Conexão Cultural



Mirtes Guimarães e Priscila Goldenberg em palestra da Conexão Cultural



Tais Cintra e Fabio Mello no Sunset Baile Disco



Alice Berrettini em atividade infantil da Páscoa



Bruno Coimbra, Roselene Macedo, Augusto Coimbra e Cristina Mourano em torneio beneficente de tranca



Mirian e Anna Mancini celebram a Páscoa no Clube



Paulo e Ana Lucia Biggers no show de Guilherme Arantes



Diogo e Christian Opatrny em torneio interno de pickleball



Beatriz Oliveira em apresentação da peça No Ar



Julieta e Santiago Cunha, entrezidas em espetáculo circense



Carlos Eduardo Cornacchione, Helô Bello Barros e a autora Adriana Lisboa em edição do Clube de Leitura



Aula especial da ginástica funcional



Álvaro Mortari e Beatriz Aulicino no Sunset Baile Disco



Julia Cacciaguerra em brincadeira de evento de Páscoa



Palestra com Ives Gandra da Silva Martins



Xico Pati e Oswaldo Cochrane no tradicional futebol da quadrinha



Felipe Rosa, Fernando Soarez e Valentina Cardoso em partida pelo campeonato interno



Renata Toledo fez parte do elenco da peça No Ar



Guilherme Arantes animou público com sucessos da carreira



Celina Flor da Rosa em clínica infantojuvenil de beach tennis



México e África do Sul disputam partida pela categoria sub 10



Renan Lira em campeonato interno de beach tennis



Crianças se divertem em evento que celebrou a Páscoa



Tali Cipriano canta no Sunset Baile Disco



Paulo e Vera Villela em edição da Conexão Cultural



Oficina dos Menestréis apresentou A Sétima Arte



Darlene e José Fabio Vieira em jantar harmonizado



Stella Vidgall representa os Países Baixos no campeonato interno de futebol

Pace Paulistano

O QUE MOVE OS NOSSOS ASSOCIADOS?

ANÁLISE EPIDEMIOLÓGICA
E AS FRONTEIRAS DA EVIDÊNCIA NA
REABILITAÇÃO ORTOPÉDICA E ESPORTIVA



Entre março e dezembro de 2025, a Clínica Pace realizou um levantamento detalhado dos atendimentos em nossa quinta unidade, já inaugurada no Club Athletico Paulistano. Mais do que números, estes dados traçam o perfil do nosso corpo social e fundamentam nossas condutas e decisões fisioterapêuticas

Nosso compromisso é receber e cuidar dos associados, segundo análise pelas seguintes facetas: diagnóstico cinético-funcional (características e capacidade de movimento e força); diagnóstico anatomopatológico (o que há de errado com um ou mais tecidos em questão); prática baseada em evidências (cruzar o melhor da literatura científica com a expertise clínica e a individualidade do associado).

Confira as quatro principais demandas e o aprofundamento do que a ciência mais atualizada nos ensina sobre cada uma delas:

1. COLUNA LOMBAR / 1.100 ATENDIMENTOS

A dor lombar permanece como a condição de maior incidência. No contexto do Clube, ela se manifesta de forma complexa, muitas vezes pela somatória de posturas mantidas (sedentarismo e estilo de vida) com picos de carga esportiva e corporativa.

Aprofundando a evidência: as diretrizes internacionais de maior impacto (como as publicadas no *The Lancet*) ratificam que tratamentos puramente passivos (repouso, manipulações isoladas, aparelhos de analgesia) têm eficácia limitada a curto prazo e não previnem recidivas. A fronteira do conhecimento atual sustenta o pilar do movimento e a educação cognitiva.

Nossa abordagem: utilizamos a Terapia Cognitivo-Funcional. O foco não é apenas “fortalecer as costas”, mas dessensibilizar o sistema nervoso central, reeducar o controle motor (ativando a musculatura profunda no timing correto) e prescrever exercícios de exposição gradual à carga. A ciência prova que uma coluna resiliente é aquela capaz de suportar carga e variação de movimento, não a que é poupada dele.

2. OSTEOARTRITE (OA) DE JOELHO / 796 ATENDIMENTOS

Com o aumento da longevidade ativa, a gestão da saúde articular tornou-se primordial para manter a qualidade de vida e a prática esportiva no clube por décadas.

Aprofundando a evidência: a ciência moderna quebrou o paradigma de que a OA é uma “sentença de parada” decorrente apenas do “desgaste”. Hoje, ela é entendida como uma condição biomecânica e metabólica complexa. Metanálises recentes confirmam que o exercício terapêutico tem efeito analgésico sem os efeitos colaterais das medicações.

Nossa abordagem: protocolos que combinam educação neuromuscular com fortalecimento progressivo. O objetivo é melhorar a capacidade de absorção de carga da musculatura (quadríceps e glúteos) e otimizar



CLÍNICA
pace

a mecânica da marcha e do gesto esportivo (como no tênis ou corrida) e assim tratando, contornando ou, ao menos, retardando a progressão da doença.

3. TENDINOPATIA DE OMBRO / 785 ATENDIMENTOS

Muito frequente em esportes de “overhead” (tênis, natação, vôlei e beach tennis). Além da musculação, as patologias do manguito rotador exigem um olhar biomecânico refinado.

Aprofundando a evidência: o termo “tendinite” (inflamação) foi substituído por “tendinopatia” (disfunção e desorganização tecidual). A ciência prova que

o tratamento padrão-ouro não é o repouso ou a aplicação de gelo para “desinflamar”, mas sim o gerenciamento de carga biomecânica. O tendão precisa de carga controlada para ser dessensibilizado e remodelado, mesmo em casos que a dor cessa é necessário continuar o fortalecimento para otimizar a qualidade do tendão em questão.

Nossa abordagem: através do princípio da mecanotransdução, utilizamos protocolos de carga progressiva (inicialmente isométrica para analgesia, evoluindo para isotônica lenta seguida pela funcional e até ciclos mais rápidos se for o caso do esportista). Nosso foco não é apenas o ombro, mas a análise da cadeia cinética, incluindo a estabilidade escapulo-torácica e a mobilidade da coluna dorsal e que são cruciais para reduzir a sobrecarga no manguito rotador.

4. LESÃO DE LIGAMENTO CRUZADO ANTERIOR / 705 ATENDIMENTOS

A reabilitação do LCA é um dos maiores desafios da fisioterapia esportiva devido ao longo tempo de maturação do enxerto e ao alto risco de relesão se o retorno for prematuro.

Aprofundando a evidência: os estudos mais contundentes mostram que os maiores preditores de relesão e osteoartrite precoce não são o tempo de cirurgia, mas sim déficits de força muscular (principalmente quadríceps) e de controle neuromuscular (valgo dinâmico). O retorno ao esporte baseado apenas no tempo (6 meses, por exemplo) é considerado má prática hoje em dia sendo o tempo de retorno entre 9-12 meses o padrão-ouro para liberação completa às atividades esportiva.

Nossa abordagem: nosso protocolo segue rigorosos critérios de alta, utilizamos:

- avaliações objetivas: dinamometria e 1 RM (carga máxima para uma repetição) para simetria de força; testes de salto/Hop Tests) para índices de simetria mínimos de 95%.

- avaliações subjetivas: controle biomecânico nas demandas e gestos esportivos; Questionários de função do joelho e autorrelato de segurança antes de ser liberado para os campos ou quadras com segurança.

CONCLUSÃO

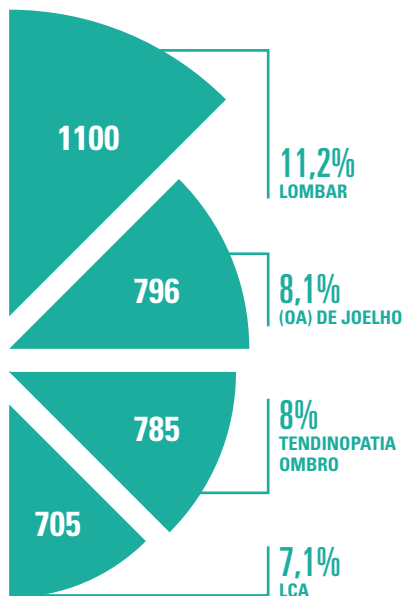
Os dados epidemiológicos de 2025 reforçam que a Pace Paulistano não é apenas um local de tratamento, mas um centro de reabilitação ortopédica e esportiva, focado no tratamento e planejamento de atividades daqueles que experienciaram dores e lesões.

Nosso compromisso é aplicar o que há de mais moderno na literatura para garantir que cada associado tenha uma jornada de recuperação eficiente, segura e baseada em resultados reais.

Clínica Pace – Unidade Paulistano

PRINCIPAIS CATEGORIAS DE ATENDIMENTOS NA CLÍNICA PACE PAULISTANO (MARÇO-DEZEMBRO 2025)

NÚMERO DE ATENDIMENTOS
% BASEADAS EM 9.863 ATENDIMENTOS



CURSOS

NOVOS CURSOS DE MÚSICA

CRIANÇAS E ADOLESCENTES GANHARÃO QUATRO NOVAS OPÇÕES DE CURSOS EM MAIO, QUANDO PROFISSIONAIS VINCULADOS À CONCEITUADA ESCOLA TECA OFICINA DE MÚSICA PASSARÃO A MINISTRAR AULAS NO PAULISTANO

A iniciativa oferecerá a oportunidade de vivenciar a música de forma criativa, participativa e integrada ao desenvolvimento dos jovens. Voltados para diferentes faixas etárias, os cursos propõem experiências que estimulam a escuta, a expressão, a imaginação e o trabalho coletivo, aproximando associados do fazer musical desde cedo.

A parceria traz ao Clube uma proposta pedagógica reconhecida na área da educação musical, que valoriza a música como linguagem, forma de expressão e parte fundamental da formação humana

A Teca Oficina de Música é um núcleo de atividades pedagógico-musicais que há 41 anos se dedica à formação musical de crianças, adolescentes e adultos. Fundada por Teca Alencar de Brito, referência na educação musical e professora doutora da USP, a escola nasceu de sua proposta pedagógica e de sua ampla contribuição à área,



incluindo publicações e participação no Documento de Música do Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil do MEC.

Com foco na formação integral do ser humano, a escola realiza práticas contemporâneas que respeitam o desenvolvimento do pensamento musical na infância e adolescência, entendendo a música como uma linguagem essencial da natureza humana

Nas aulas, as crianças integram escuta, criação e reflexão musical por meio de propostas que incluem o uso da voz, do corpo e de diversos instrumentos, em atividades como prática de conjunto, improvisação, composição, arranjos, construção de instrumentos, percussão corporal e sonorização de histórias.

Informações e inscrições para aula experimental, a partir de 11 de maio, na secretaria cultural.



MUSICALIZAÇÃO - 3 A 5 ANOS

O curso oferece um primeiro contato sensível e lúdico com a música. As aulas envolvem brincadeiras sonoras, movimento corporal, histórias sonorizadas, canções e exploração de instrumentos. Estimulam a escuta, a coordenação motora, a imaginação e a expressão musical. O repertório inclui músicas da infância e de diferentes culturas, com proposta que valoriza a descoberta da música de forma natural, criativa e prazerosa.

QUINTAS-FEIRAS, 15H ÀS 15H45

Mínimo de quatro alunos para abertura da turma, com máximo de sete inscritos

MUSICALIZAÇÃO - 6 A 8 ANOS

O curso proporciona uma vivência musical criativa e participativa. Por meio de jogos de improvisação, brincadeiras, canto, movimento corporal e uso de instrumentos, os alunos exploram diferentes aspectos da música. As aulas estimulam a escuta, a imaginação, a improvisação e a criação, ampliando o repertório cultural com canções de diferentes estilos e culturas. A proposta valoriza a expressão e a descoberta da música de forma lúdica e significativa.

QUINTAS-FEIRAS, 16H ÀS 16H45

Mínimo de quatro alunos para abertura da turma, com máximo de sete inscritos

PERCUSSÃO

O curso convida o público de 9 a 14 anos a explorar o universo dos ritmos por meio de diferentes instrumentos e do próprio corpo. As aulas desenvolvem coordenação, escuta e senso de conjunto através de jogos, práticas rítmicas e criação coletiva. Os estudantes entram em contato com ritmos de diversas culturas e estilos musicais. A prática em grupo estimula a colaboração, a concentração e a expressão musical. Não é necessário ter experiência prévia.

QUINTAS-FEIRAS, 17H ÀS 18H

Mínimo de quatro alunos para abertura da turma, com máximo de dez inscritos

VIOLÃO PARA INICIANTES

As aulas serão voltadas àqueles que desejam dar os primeiros passos no instrumento de forma musical e acolhedora. Os alunos, a partir de 12 anos, entrarão em contato com noções básicas de postura, acordes, ritmos e técnicas de dedilhado. A prática é desenvolvida por meio de repertório simples, exercícios rítmicos, improvisações e atividades de escuta. Também são estimuladas a criatividade e a expressão musical desde o início.

QUINTAS-FEIRAS, 18H ÀS 19H

Mínimo de três alunos para abertura da turma, com máximo de cinco inscritos



CONTINUIDADE DE AULAS

O Paulistano manterá as turmas do curso de musicalização comandado por Carlos Amaral, professor do Recanto Infantil e mestre em educação musical com 30 anos de experiência no ensino para crianças, jovens e adultos. As aulas que contam com vagas acontecem às terças-feiras, 10h, para associados de 2 e 3 anos, 10h30, 3 e 4 anos, 15h, 3 e 4 anos, 15h30, 6 meses a 1 ano, 16h, 1 e 2 anos, 16h30, 1 e 2 anos, e 17h, 5 a 7 anos. ◀

INSCRIÇÕES ABERTAS PARA O FUTSAL

DESDE MARÇO, O PAULISTANO OFERECE NOVA MODALIDADE A JOVENS ASSOCIADOS, O FUTSAL, ENSINADO NO GINÁSIO MARCELLO BORBA, LOCALIZADO NO PRIMEIRO ANDAR DO EDIFÍCIO PAULISTANO 120

O curso já conta com mais de 40 inscritos e tem como objetivo a evolução cognitiva e técnica no esporte, seja na própria quadra, seja no desenvolvimento de habilidades para a prática no campo, como controle de bola, drible e orientação tática. As aulas acontecem três vezes por semana, com atividades elaboradas para a formação de talentos que representarão o Paulistano em competições interclubes.

A modalidade é ensinada durante as tardes de segundas, quartas e quintas-feiras, com horários específicos para cada categoria, da sub 6 à sub 14. Mais informações estão disponíveis na secretaria de esportes. ◀





Tradição e excelência, condições únicas

Uma parceria que transforma educação em oportunidade.

O Club Athletico Paulistano e o Grupo A Educacional compartilham os mesmos pilares: **tradição, excelência e formação** de pessoas. Valores que se encontram para oferecer algo verdadeiramente especial às famílias associadas ao clube.

Por isso, criamos uma **condição exclusiva de**

desconto para sócios do CAP, válida para ingresso nas escolas do Grupo A Educacional — um benefício pensado para quem valoriza **educação de alta qualidade e projetos pedagógicos consistentes.**

Grupo A Educacional

Excelência em cada etapa da formação.

Unidades em localizações estratégicas:



Gustavo Lian
CEO do Grupo A Educacional e
Conselheiro do CAP

RADAR

PAULISTANO.ORG.BR

[BADMINTON]

DOMÍNIO EM TORNEIO INTERNACIONAL

O Ginásio Antonio Prado Junior recebeu o Brazil International Challenge, etapa do circuito mundial de badminton, e, jogando em casa, a equipe do Clube não decepcionou, com quatro das seis medalhas de ouro em disputa, além de um vice-campeonato.

Primeira cabeça-de-chave, Juliana Vieira alcançou o tricampeonato do evento, perdendo apenas dois games na campanha. A atleta do Paulistano derrotou, em partidas eliminatórias, a brasileira Ana Júlia Ywata, a norte-americana Jasmine Yeung, a japonesa Shiori Ebihara, a norte-americana Ella Jin e, na decisão, a canadense Rachel Chan. Jonathan Matias venceu a outra chave de simples, celebrando o bicampeonato do Brazil International Challenge. O representante do Clube, quinto cabeça-de-chave, derrotou o peruano Sharum Durand, o brasileiro Caio Henrique da Silva, o norte-americano Enrico Assuncion, o espanhol Alvaro Leal, o norte-americano Garret Tan e, na final, o japonês Akira Hanada, o único que conseguiu ganhar um game de Matias. A decisão das duplas femininas teve três atletas do Clube envolvidas. Sâmia Lima ficou com ouro, ao lado de Jaqueline Lima, do Pinheiros, após vitória sobre as companheiras de Paulistano, Sânia Lima e Juliana Vieira. Sânia Lima também conseguiu seu título, nas duplas mistas, ao lado de Davi Silva, também do Clube.

Patrocínio **montebravo**

Material esportivo



Incentivo



Secretaria de Esportes

SÃO PAULO GOVERNO DO ESTADO



MINISTÉRIO DO ESPORTE



📷 Ao lado, quinteto da elite do badminton.

Na página 53, delegação que venceu travessia e a multimetalhista Manuela Lambrechts



[NATAÇÃO]

VITÓRIA EM TRAVESSIA

O Paulistano foi campeão em etapa de circuito de maratonas aquáticas realizada na represa de Paraibuna, interior de São Paulo. Na prova média, com percurso de 2 km, a equipe máster de natação alcançou o primeiro lugar entre 19 delegações, com 507 pontos, contra 250 do segundo classificado.

Paulo Alexandre Torres foi o segundo mais rápido entre 104 homens, com o tempo de 29min27s, além de ser o campeão da categoria máster G. Julia Menato ficou com a sexta colocação geral entre 52 mulheres, marcando 37min23s e campeã na máster E.

Também subiram ao pódio de suas categorias: Marina Reck Munhoz e Fabiana Carvalho, primeira e segunda, máster A; Juliana Esparré Previato, primeira, máster C; Luciana Mubarack, segunda, máster D; Helen Jacintho e Clarissa Coty, primeira e terceira, máster F; Aline Brandão, segunda, máster G; Cláudia Hesse, segunda, máster H; Denise Prado, primeira, máster J; Luiz Felipe Gualtieri Monteiro, terceiro, máster D; Eduardo Bravo Peres, primeiro, máster E; Fernando Dabdab e Marcelo Cocuzza, primeiro e segundo, máster F; Reinaldo Ferreira, terceiro, máster G; Sérgio Gualberto Nogueira, primeiro, máster H; Luiz Antonio Domingos Prado e Marcelo de Freitas Guimarães, primeiro e terceiro, máster I. Alexandre Bononi, Dalmar Vinceprova Neto, Felipe Câmara, Francisco Vianna,



Marcello Cafaro, Marcelo de Campos Salles e Mauricio Coty também competiram pelo Paulistano.

REGIONAL

A natação do Paulistano participou da segunda edição do Torneio Regional Petiz a Sênior – 8ª Região, em Santo André. Paula Cotrim, juvenil 1, teve o melhor desempenho do Clube, com dois ouros, 200 m medley e 1500 m livre, e duas pratas, 400 m livre e 400 m medley. Manuela Lambrechts, petiz 2, também somou quatro medalhas, um ouro, 100 m borboleta, e três pratas, 100 m peito, 200 m peito e 200 m medley. Leonardo Barbosa, infantil 1, venceu duas provas, 50 m borboleta e 400 m medley, e garantiu um bronze, 100 m borboleta. Os outros três associados campeões foram Maria Eduarda Lott, juvenil 1, ouro, 50 m costas, bronze, 200 m costas, Eduardo Junqueira, petiz 2, ouro, 100 m borboleta, bronze, 400 m livre, e Guilherme Vilibor, infantil 1, ouro nos 50 m peito. Clara Galvão, juvenil 1, prata, 50 m peito, bronze, 1500 m livre, Olívia Saloker, infantil 1, prata, 50 m costas, Henrique Junqueira, juvenil 2, prata, 200 m peito, Beatriz Staico, petiz 1, bronze, 50 m livre, Maria Isabel Icassatti, petiz 1, bronze, 50 m peito, e Vinicius Arouche, juvenil 1, bronze, 50 m peito, também ficaram entre os primeiros.

Alice Occhialini, Flávia Conde, Larissa Lage, Eduardo Zapparolli, Felipe Edgard, João Pedro Pimentel, Pelayo Conde, Rodrigo Bresser e Rodrigo Zapparolli fizeram parte da delegação.

Incentivo





[REMO]

BEACH SPRINT

O Paulistano participou da seletiva e do Campeonato Brasileiro de Remo de Praia – Beach Sprint, realizados na Praia de Ponta Negra, em Natal. O Clube foi representado pelos associados Paulo Marques e Yuri Pertsew, e pelos atletas da categoria de base, Ricardo Tomaz, Isabelly Matos e Ryan Cavaleira, sob o comando técnico de Marcio Soares. O melhor resultado foi conseguido pela dupla Isabelly Matos e Ryan Cavaleira, com a quarta colocação no C2x misto sub 19.

SUL-AMERICANO

Beatriz Castilho e Luiz Fernando Fonseca subiram ao pódio do Encontro Sul-Americano de Masters, em Assunção, Paraguai. A associada ficou com a prata no single skiff, categoria G, e dois, juntos, garantiram bronze no double. No último dia, as condições climáticas impediram a realização de algumas provas, inclusive as disputas individuais de Fonseca e de Ana Luiza Tartuce.

[POLO AQUÁTICO]

BRONZE NA COPA SUB 14

A equipe feminina de polo aquático do Paulistano garantiu o terceiro lugar na Copa sub 14, na Arena ABDA, em Bauru. Na mesma competição, o time masculino ficou com a quarta posição. Individualmente, destaque para Francesca Locoselli, que anotou 52 gols, e Caio Milred, com 44, artilheiros e eleitos para as seleções de suas categorias.

Na campanha, as jovens comandadas pela técnica Cris Beer venceram Rio Aquatics, Paineiras, Minas e Jundiaense, com derrota apenas para a ABDA. Na sequência, o grupo perdeu a semifinal para o Rio Aquatics, mas se recuperou ao derrotar o Minas na disputa pelo terceiro lugar. Orientado por Paulo 'Gu' Coutinho, o time masculino, na primeira fase, venceu Rio Aquatics e ABDA Bulls e perdeu para Jundiaense e Hebraica. Na semifinal e na partida pelo bronze, o Paulistano foi batido por ABDA e Jundiaense, respectivamente.

O Paulistano foi representado por Ana Luiza Coelho Lobo Siqueira, Barbara Dell'Aquila Stocco, Bianca Garcia Viotti, Catarina Winter, Cristal Sibanto Pires da Costa, Francesca Maria Bertolucci Locoselli, Isabela Sayuri Lerario Shikasho, Laura Roriz Furtado, Lorena Junqueira Netto, Manuela Sayuri Lerario Shikasho, Maria Eduarda Taylor de Faria, Maria Helena Bortoluzzi Caseiro, Marie Ozi Moraes e Rachel Araujo Faro, na competição feminina,



PLANO DE SAÚDE

• De sócio para sócio •

SulAmérica

Livre escolha de médicos e hospitais.

Cobertura em todo Brasil e no exterior.

Considerada a melhor empresa de assistência médica.

Planos empresariais e para entidades de classes.



Descontos especiais para sócios!

e André Akira Shikasho, Antonio Testa, Bernardo Dutra, Caio Milred, Diego Salvatore, Erik Amaral, Frederico Monteiro, Frederico Winter, Gabriel Siqueira, Lucas Mello, Luis Augusto Siqueira, Martin Barsotti, Rafael Maschietto e Rafael Reis Jorge, na masculina.

ASSOCIADOS EM SELEÇÕES

Lucas Wulfhorst fez parte da seleção brasileira principal que disputou a segunda divisão da Copa do Mundo, em Malta. A equipe acabou com a 11ª colocação, com três vitórias e quatro derrotas.

O Paulistano também será representado em seleções nacionais de categorias de base. Os atletas João Pedro Horst, Marcelo Winter e Ricardo Winter Duarte, além do técnico Paulo “Gu” Coutinho, farão parte da delegação que disputará o Mundial sub 18 em Portugal, entre 27 de junho e 4 de julho. Aline Testa, Arthur Konen Moura, Mathias Wulfhorst e Ricardo Winter Duarte, associado com duas convocações, viajarão para o Mundial e o Sul-Americano da categoria sub 16, em João Pessoa, entre 10 e 16 de maio, e na Croácia, entre 3 e 9 de agosto. A técnica Cris Beer também estará na comissão nas duas competições femininas.

As participações reafirmam a posição de destaque do Paulistano no cenário nacional do polo aquático e revelam um padrão consistente: o CAP está presente em todas as dimensões do alto rendimento, do masculino ao feminino, da formação de atletas à qualificação de profissionais. O excelente momento é resultado de um trabalho contínuo, estruturado e comprometido com a excelência esportiva.

Material esportivo

Incentivo



Secretaria de Esportes SÃO PAULO GOVERNO DO ESTADO



MINISTÉRIO DO ESPORTE



© Na página 54, os remadores Isabelly Matos, Beatriz Castilho e Luiz Fernando Fonseca, mais equipe feminina de polo aquático. Acima, representantes do Paulistano em seleções de polo

LIGUE JÁ

(11) 3846-2183

(11) 99979-9820

SULACAMP CORRETORA



Foto: Divulgação/DBB

[BASQUETE]

MEDALHA INTERNACIONAL

Caio Mathias, João Aragão e Pietro Melo, atletas da base do Paulistano, representaram a seleção brasileira sub 18 em campanha que terminou com a medalha de bronze no Albert Schweitzer Tournament, na Alemanha. Durante a primeira fase da competição, o Brasil somou quatro vitórias, sobre China, Nova Zelândia, Letônia e Itália, com derrota contra a Sérvia. Na semifinal, a equipe nacional perdeu para a Alemanha, mas, na disputa pelo terceiro lugar, venceu revanche contra a Sérvia.

VITINHO NO JOGO DAS ESTRELAS

Vitinho, armador do Paulistano, participou de seu primeiro Jogo das Estrelas do NBB. O atleta atuou pelo time Jovens Estrelas e acabou como vice-campeão, somando dez pontos, três assistências e um rebote nos dois jogos disputados.

CBI NO CLUBE

A fase final do Campeonato Brasileiro Interclubes sub 19 acontecerá entre os dias 4 e 10 de maio, no Ginásio Antonio Prado Junior. As partidas do Paulistano na fase de grupos estão marcadas para 4, 5 e 6 de maio, sempre às 19h, contra Fortaleza, AJAB/Secel e Corinthians, respectivamente.



[BEACH TENNIS]

CAMPEÕES DO INTERNO

Associados participaram de mais uma edição de torneio interno de beach tennis. Na categoria ouro, masculina, Guilherme Zaidan e João Paulo Laffront foram campeões, com segundo lugar para André Andreis e Gustavo Figueiredo, e terceiro, para Luiz Floksz e Luiz Cagno. Na chave feminina, Ana Edinger e Walkyria Fagundes ficaram com o título, seguidas por Cacau Dezan e Luciana Aguiar, vices, e Anna Buff, Fernanda Malta e Veronica Gonzalez, no terceiro lugar. Na categoria prata, masculina, Luiz Floksz e Rodrigo Pace conquistaram o primeiro lugar, superando Raul Monegaglia e Marcelo Masgagni, vices, e Caetano e José Amaral, na terceira colocação. Pela categoria prata, feminina, Flavia Fusco e Flavia Malta foram as campeãs, Karina Abud e Ariadne Nogueira terminaram como vice-campeãs, e Heloisa Cagno e Esther Galvão fecharam o pódio. A chave bronze, masculina, teve celebração de Ivan Valsi e Fabio Mendes. Paulo Brandão e David Mandil terminaram no segundo posto, com Otavio Sampaio e Matheus Gonzalez no terceiro. Entre as mulheres, vitória de Ana Bicudo e Marcela Dias, vice para Adriana Flora e Fernanda Bonini, terceiro lugar para Ludmila Stempniewski e Maianí Machado.

Material esportivo



Incentivo



Secretaria de Esportes SÃO PAULO GOVERNO DO ESTADO



Patrocínio

montebravo



Lei de Incentivo ao Esporte

MINISTÉRIO DO ESPORTE



Incentivo



MINISTÉRIO DO ESPORTE





[XADREZ]

DOIS TÍTULOS

Andreia Bucci teve um excelente início da temporada 2026 de xadrez. A associada venceu a disputa feminina do Regional Sudeste, em Pindamonhangaba, resultado que lhe garantiu o título de mestre nacional. Na primeira competição como mestre nacional, o Aberto de Poços de Caldas, Bucci voltou a conquistar o primeiro lugar entre as mulheres. Jefferson Pelikian, professor do CAP e mestre internacional, acabou com o vice-campeonato do Paulista Interclubes, pela equipe de Osasco.



© Na página 56, Caio Mathias em ação na Alemanha e premiação da chave ouro do beach tennis. Acima, Andreia Bucci, de roxo, campeã no xadrez, Gilberto Neto, vencedor no judô, e Marilda Brasil, Sérgio Belleza, sócio responsável pelo golfe, e Letícia Mont'Serrat, em cerimônia de posse da Diretoria da FPG



[JUDÔ]

PÓDIOS NO REGIONAL

Judocas do Paulistano conquistaram quatro medalhas no Brasileiro Regional, competição em que atuaram pela equipe paulista, em São Bernardo do Campo. Gilberto Neto, júnior até 100 kg, foi campeão, e três somaram vice-campeonatos: Kawany Pires, júnior até 57 kg, Isabelle Belmiro, júnior até 70 kg, e Thauana Silva, sênior acima de 78 kg.

Patrocínio OSTEN GROUP Apoio GENCO®

Material esportivo

Incentivo



Secretaria de Esportes SÃO PAULO GOVERNO DO ESTADO



Lei de Incentivos ao Esporte

MINISTÉRIO DO ESPORTE



[GOLFE]

DIRETORIA DA FPG

As associadas Marilda Brasil e Letícia Mont'Serrat passaram a integrar a diretoria do departamento feminino da Federação Paulista de Golfe, fato que reforça a relevância do Clube na entidade. Serão três anos de gestão, focados em representatividade, dedicação e propósito, com o objetivo de fortalecer e expandir o golfe feminino, aproximando cada vez mais mulheres e famílias ao golfe.



[ESRIMA]

PÓDIOS NACIONAIS

Esgrimistas do Paulistano conquistaram títulos no Torneio Cidade do Rio de Janeiro. Na categoria principal, destaque para o domínio do sabre, feminino, com ouro para Karina Trois e bronzes para Pietra Chierighini e Camila Vieira. Os sabristas Renato Saliba, prata, e Henrique Garrigós, bronze, subiram ao pódio, assim como Laura Correia, vice-campeã na espada.

A espadista Laura Correia voltou ao pódio, agora com título, na chave sub 20. Outros jovens acumularam medalhas em eventos sub 20 na capital fluminense:

Rafael Ribeiro, prata, espada, Carolina Szász, prata, sabre, Pedro Louzada e Mariana Melo, bronze, espada, e José Santos, bronze, sabre.

Luis Garcia brilhou entre os veteranos, com dois ouros na espada, V40 e V50. Patricia Di Cunto, também na espada, conquistou o título V60, mais dois bronzes, V50 e V40. No sabre, prata para Cynthia Santos, V50, e dois bronzes para Américo Santos, V40 e V50.

MUNDIAL JUVENIL E CADETE

O Paulistano teve 11 representantes no Campeonato Mundial juvenil, sub 17, e cadete, sub 20, organizado no Parque Olímpico, no Rio de Janeiro. Camila Vieira, Stella Santos e Carolina Szász, sabre, Álvaro Kalleby, Pedro Nogueira, Lívia Burberry, Luiz Foschini e Henrique Lucci, florete, e Pedro Louzada, Pedro Rocha e Laura Correia, espada, fizeram parte da delegação brasileira.

PARAESGRIMA

Jovane Guissone conquistou dois bronzes na etapa de Budapeste da Copa do Mundo de paraesgrima. Na capital húngara, o atleta do Paulistano, que disputa a categoria B, subiu ao pódio no florete e na espada. Já na Copa Brasil de Paraesgrima, no Rio de Janeiro, Lenilson de Oliveira, categoria A, somou prata no florete e bronzes na espada e no sabre.

Material
esportivo



Incentivo



Secretaria de
Esportes



Lei de
Incentivo ao
Esporte



[KARATÊ]

OURO E BRONZE NO PAULISTA

Carlos Prado foi campeão no kata, máster, e Marcelo Dabdab ficou com o bronze no kumite, cadete, até 63 quilos, no Campeonato Paulista 2026, organizado em Santana de Parnaíba. Catiane Leonhardt, kata, máster, e Fábio Procópio, kata e kumite, máster, também representaram o Clube.



[LEVANTAMENTO DE PESO]

TÍTULOS ESTADUAIS

A equipe do Clube abriu a temporada com dois títulos no Campeonato Paulista de Powerlifting, em São Vicente. Paula de Queiroz Barros foi campeã paulista pela sexta vez, na categoria máster 5, e segunda colocada na máster geral (coeficiente), essa disputada com todas as atletas máster a partir de 40 anos.

Belmiro Jr. teve resultado idêntico: sexto título, máster 5, vice na máster geral. Leonardo Danesi garantiu excelente terceiro lugar na categoria Open até 125 quilos. O associado Eduardo Lima Ferreira impressionou em sua estreia no powerlifting, alcançando a quarta posição na categoria Open até 110 kg. Junto com a equipe Crocodilo, a delegação do CAP ficou com o vice-campeonato por equipes.

INTERNO PARA ESTREANTES

O Paulistano realizará, em 30 de maio, o Campeonato Interno de Supino e Power Bíceps. Será um evento com disputas femininas e masculinas, exclusivas para associados a partir de 13 anos e que nunca competiram.

O campeonato será organizado pela principal confederação da modalidade, Global Powerlifting Committee, com categorias divididas por faixa etária e peso corporal. O interessado em ter contato com o esporte ou tirar dúvidas sobre a competição pode marcar uma consultoria com atletas do Clube, disponíveis nas manhãs de sábado. Mais informações e inscrições, até 28 de maio, na recepção da academia.



[PICKLEBALL]

INTERNO DEFINE CAMPEÕES

Associados participaram de torneio interno de pickleball, que definiu os melhores jogadores do Clube. Na principal categoria do evento, Veronica Rabioglio e Fernanda Camargo ficaram com o título entre as mulheres, enquanto Gustavo Taliberti e Cássio Sampaio venceram a chave masculina. Os vice-campeões foram Mônica Monteiro e Ana Pardini, além de Alberto Bove e Flávio Clemente.

Na disputa entre duplas intermediárias, Maristela Caldas e Celina Aquino superaram Patricia Di Cunto Bracco e Patrícia Xavier na decisão feminina. Entre os homens, vitória de Luciano Coimbra e Alberto Melo, com vice para Marcelo e Beto Pontes. Ana Paula Malta e Madu Marques conquistaram o título entre as iniciantes, com segundo lugar para Roberta Amaral e Regiane Costa. Nos jogos masculinos, triunfo de Alexandre Horst e Luiz Henrique Feitosa de Souza, com Sérgio Cunha e Augustinho Neto como vices.

© Na página 58, pódio do sabre no Rio de Janeiro e Carlos Prado, medalhista de ouro no karatê. Acima, equipe de levantamento de peso e finalistas da categoria de avançados do pickleball



[CORRIDA]

VOLTA À ILHA

Corredores do Paulistano participaram da tradicional e desafiadora Volta à Ilha de Florianópolis, uma das provas de revezamento mais emblemáticas do País. Ao longo de sua história, diversas equipes do Clube já marcaram presença no evento. Nas últimas seis edições, o CAP contou com uma equipe feminina, que, nos três anos mais recentes, passou a ser formada exclusivamente por associadas.

Além disso, nas duas últimas edições, uma segunda equipe se inscreveu na prova, além de associados que integraram diferentes equipes, como Luiz Velloso e Michelle Arruda.

Com um percurso de 140 km ao redor da ilha, a prova acontece ao longo de um dia inteiro, com largada no centro e passagem por 18 pontos de troca. O trajeto combina asfalto, trechos de praia com paisagens deslumbrantes, areia fofa, subidas e descidas em trilhas e morros, em verdadeiro teste de resistência e espírito de equipe.

Mais do que uma competição, a Volta à Ilha é uma experiência única de integração. É comum ouvir que quem participa uma vez, sempre volta. Com categorias para equipes profissionais e recreativas, a prova acolhe atletas de diferentes níveis, unidos pelo desafio e pela paixão pela corrida.

Em 2026, a equipe feminina do Paulistano teve Fernanda Castro, Julia Seabra Manoel, Manuela Robalo, Maria Fernanda de Almeida Prado e Silva, Maria Paula Bicalho, Milene Abla Scala, Sophia Braun e Tatiana Ganme, que contaram com o apoio de Beto Ganme e Maurizio Scala. A segunda equipe foi composta por Augusto Lange Vieira, Claudia Aidar Fleury, Giuliana Marcondes, Guilherme Marcondes, Joyce Moutinho Monteiro, Juliana Battaglia, Marco Antonio Paim, Victor Martins, Vitor Tabuso de Oliveira e Viviana Castilho Barbosa.

56 KM NA ÁFRICA DO SUL

Os associados Josiane Bordignon, Nato Amaral e Eugênio Taliberti Junior representaram o Paulistano na Two Oceans Marathon, na Cidade do Cabo, África do Sul, prova que carrega o slogan “A mais bela maratona do mundo”. Apesar do nome, trata-se de uma tradicional ultramaratona, na distância de 56 km, em percurso que proporciona aos 12 mil inscritos o privilégio de correr margeando o Oceano Índico e, quilômetros adiante, o Oceano Atlântico. Com muitas subidas e descidas, é uma prova técnica e desafiadora. “Comecei um pouco conservadora, fui ganhando confiança e coloquei em prática o tanto que eu havia treinado”, disse a associada. “Foi a minha estreia em ultramaratonas e consegui



um tempo melhor do que eu imaginava”, completou, eufórica com o resultado. Seguindo a tradição de outra grande prova sul-africana, a Two Oceans também reconhece e homenageia o atleta que completa a corrida por dez vezes, condecorando-o com o Blue Number, eternizando o seu número de peito, que passa a ter a cor azul. “Essa foi a minha sétima medalha na prova que é, sem dúvida, uma das minhas corridas favoritas e, disparado, a mais bela de todas”, declarou Amaral, que segue em busca de completar o trajeto pela décima vez. Josiane concluiu os 56 km em 5h50min e Nato, seu marido, cruzou a linha de chegada em 6h47min. Taliberti também completou a corrida, mas passou pelo pódio poucos minutos acima do tempo máximo permitido, prejudicado por queda sofrida durante a disputa. Ainda assim, mostrou satisfação por ter enfrentado e superado as adversidades, já pensando no próximo desafio.



[SINUCA]

PAULISTANO RECEBE TORNEIO ACESC

O Paulistano será sede da próxima edição do Torneio ACESC de sinuca, programado para os dias 5, 12 e 19 de maio. “É a oportunidade da gente receber os clubes congêneres da cidade de São Paulo”, afirma José Procópio, um dos destaques da equipe do Paulistano, campeã do evento em 2024. Na temporada 2025, o Clube somou dois vice-campeonatos, no Torneio ACESC e no Interclubes, série bronze. Antonio Grassi Filho, Carlos Tibiriçá, Clalberto Maia, Darren Enthoven, Henrique Archilla, José Procópio, Otávio Sampaio, Ricardo Cardim e Theo Losso são os associados que formaram a equipe na última temporada. Além da participação em outras competições, como o Open de São Paulo, a equipe branca e vermelha realizou amistosos contra Pinheiros e Círculo Militar, em intercâmbio que objetiva o aprimoramento de estilo e técnica, além de testar situações diferentes de jogo.

© Na página 60, associados que correram em Florianópolis. Acima, Nato Amaral e Josiane Bordignon na África do Sul, mais equipe competitiva de sinuca

EXPEDIENTE

MAIO DE 2026

MESA DIRETORA DO CONSELHO DELIBERATIVO

Presidente: Alexandre Santos de Carvalho
Vice-Presidente: Carlos Henrique Braga
1ª Secretária: Claudia Fabiana Giacomazi
2ª Secretária: Frederico de Oliveira Ribeiro Medeiros

CONSELHO FISCAL

Titulares:

Luiz Fonseca de Souza Meirelles Filho (**Presidente**)
José Alberto Soler Bezerra
Paulo Roberto Chiaparin
Suplentes:
Cristiano Fiori Chiocca
Egisto José Ragazzo Dantas
Francisco Henrique Alves Neto

DIRETORIA

Presidente: Gil Ferrari Bacos
Vice-Presidente: Caio Frizzo Salem
Vice-Presidente: Celso Bueno Doria
Vice-Presidente: Milton Barbosa Junior
Vice-Presidente: Sýlas Kok Ribeiro
Diretor Secretário: Alexandre Calafiori de Natal
Diretora Secretária: Maria Carolina Negrini Fagundes
Diretor Secretário: Patrick Montemor Ferreira
Diretor Jurídico: Marcio Kayatt
Diretor Financeiro: Carlos Guilherme Pereira da Costa
Diretor Financeiro: Marcos Amendola Zaidan
Diretor de Esportes: Edgard de Oliveira Santos Cardoso
Diretor de Esportes: Maurício Martinez de Macedo
Diretor de Esportes: Walter José de Brito Marini
Diretora Social: Cristiana Taylor de Faria
Diretor Social: Horácio Tanze Filho
Diretor Cultural: André Luiz Pompeia Sturm
Diretora Cultural: Heloisa Silveira Bello de Barros
Diretora Infantojuvenil: Maria Claudia de Cenço Nascimento
Diretor do Patrimônio: Álvaro do Couto Rosa Neto
Diretor do Patrimônio: Marcos Taunay Berrettini
Diretor de Engenharia e Meio Ambiente: Newton Montini Junior
Diretor Administrativo: Joel Pereira de Moura Junior
Diretora Administrativa: Marina de Toledo Cesar Tiezzi Bulgueroni
Diretora de Bares e Restaurantes: Paula de Faro Passos
Diretora de Bares e Restaurantes: Silvana Monteiro Kalkmann
Diretor de Marketing e Comunicação: Lucas Tolosa Jorge
Diretor de Tecnologia da Informação: Lísias Lauretti
Diretor de Suprimentos: Miguel Feres Junior
Diretora de Desenvolvimento Social: Cristiana De Angelis Fiuza Lima

ÓRGÃOS DE CONTROLE

Diretor de Governança: Cláudio Monteiro da Costa
Diretora de Ouvidoria: Myriam Beatrice Fernandes

ASSOCIADOS BENE MéRIOS

Antonio Carlos Vasconcellos Salem, Cesar Ciampolini Neto, José Eduardo Dias Soares, José Luiz de Paula Eduardo, Paulo Cesar Mario Movizzo e Ricardo Cavalcanti de Albuquerque

COMISSÃO DE SINDICÂNCIA

Alvaro Augusto Fonseca de Arruda (presidente), Fernando Alberto Fiochetti (secretário), Eduardo Roberto Alcântara Del Campo, José de Arruda Silveira Filho, Kalil Rocha Abdalla, Marcos Roberto Fuchs, Nelson Alessandrí, Richard Zatz e Roberta Sampaio Moreira de Castro

COMISSÃO JURÍDICA

Francisco Focaccia Neto (presidente), Antonio Garbelini Júnior (vice-presidente), Samir Choaib (secretário), Adélène Virginia Lasalvia, Ademir de Carvalho Benedito, Manoel Luiz Ribeiro, Marco Antonio Marques da Silva, Rogério Murillo Pereira Cirmino, Rui Cesar Publico Borges Correa, Renato José Cury, Rodrigo de Mesquita Pereira

ASSESSORES ESPECIAIS DA PRESIDÊNCIA

Antonio Carlos Micelli, Fábio Eduardo Pimentel Pileggi, Eduardo Vianna Saboya Salles, Galba de Farias Couto, Marcelo Domingues de Oliveira Belleza e Marcelo Zani Gizio

COMISSÃO DE NORMATIZAÇÃO

Beatriz Maria de Castro Oliveira (presidente), Gabriela Tomaselli B. G. Beatriz Dal Pozzo, Geraldo Santamaría Filho, Maria Carolina Negrini Fagundes e Maria José Nascimento Corrêa

COMISSÃO DE SEGURANÇA

Marina de Toledo Cesar Tiezzi Bulgueroni (presidente), Bernardo Zamith Netto, Eduardo Brotero Pereira de Castro, Guilherme José Killingsworth, José de Godoy Pereira Neto e Rodrigo Costa Gonçalves Fonseca

COMISSÃO DE INCLUSÃO

Fernando França Correia Barbosa (Coordenador), Cecília Carmen Jacintho Andrade, Marcelo Chiavone Pontes e Regina Ribeiro da Silva Mariani

COMISSÃO ESPECIAL DE ATLETAS

Paulo Seviuc (presidente), Carlos Eduardo Ferro, Galba de Farias Couto, Lucas Nastro Antunes e Marina Lorenzi Monteiro de Araujo

COMISSÃO DISCIPLINAR DA DIRETORIA

Cicero Coelho da Silva Coppola (presidente), Carla Zucchi Weissheimer Bonamico, Marcelo de Freitas Guimarães, Rosana Porto Rebane e Rodrigo Lacerda Oliveira Rodrigues Meyer. Suplentes: Fernanda Cristina Fujisawa Raposo, Fernando Vilas Boas e Silva e Paulo Eduardo Longo Fiuza Lima

COMITÊ DE ÉTICA E INTEGRIDADE

Edgard de Oliveira Santos Cardoso (presidente), Rodrigo Mesquita Pereira (vice-presidente), Marcos Romeu da Silva (secretário), Antonio Fernandes Ruiz Filho, Daniel Paixão Lian, Guilherme Ferreira Coelho Lippi, Henrique Di Yorio Benedito, Lucia Helena Guedes Paschoal e Myriam Beatrice Fernandes

DIRETORES PLANTONISTAS

Claudia Regina Gonçalves Vicente, Ciro Vinicius Sanghikian Tuttoimondo, Fábio Eduardo Pimentel Pileggi, Francisco Montano Filho e Roberta de Camargo Vianna Godoy

ASSESSORES DA DIRETORIA

Administrativa: Fábio Brisighello Munhoz (Sauna Masculina), Francisco Roberto Balestrin Andrade (Área Médica), Lucia Helena Guedes Paschoal (Salão de Beleza) e Marcia Ferraz do Amaral (Sauna Feminina); **Bares e Restaurantes:** Clóvis Petroni Junior, Roberto Eid Phillip e Selma Maria Cortez Cardoso; **Cultural:** Adriana de Magalhães Gouvêa (Assessora Especial), Adélène Virginia Lasalvia (Grupo Experimental de Teatro e The Voice), Ana Carolina Christianini Nacchace (Dança), Carlos Eduardo de S. Comacchione (Clube de Leitura), Danielle Martins Cardoso (Oficina Literária), Helen Mara Rodrigues Fadul (Texto Última Página), Lucia de Azevedo M. Fidelis Lucchese (Kadrez), Luciano Martins Costa (Rádio Paulistano), Maria Angélica Rojo (Encontros da Academia Paulista de Letras e Contação de Histórias), Patrícia Maria Egidio Piza Fontes (Exposição Arquitetura), Pedro Augusto de Pádua Fleury (Oficina Literária), Raphael de Arruda Botelho Linguasso e Sabrina Zajakoff Naso (Teatro Musical), Raquel Nepomuceno Alessandrí (Conexão Cultural) e Rita de Cássia de Medeiros Garcia (Coral); **Desenvolvimento Social:** Ana Maria Rocha Conte Paiva, Fernanda Cristina Fujisawa Raposo e Paula Regina Fujisawa Raposo Valente; **Infantojuvenil:** Rafaela Ferreira Fernandes Henriques (Racanto Infantil e Brinquedoteca) e Stella Monteiro (Sala Jovem e Sala Teen); **Marketing e Comunicação:** Fábio de Castro Vasconcellos; **Patrimônio:** José Roberto Guimarães Erhardt e Tatiana Borges de Godoy (Projetos); **Social:** Adriana Dalcin Braulto Lopes (Sunset); Ana Carolina Guo Calafiori de Natal, Juliana Cristina Chiaparin Carvalho e Letícia Mont'errat B. de A. Colombo (Eventos); Clóvis Xavier de Toledo Piza (Talento/Karaoke); Paula Esteves Sant'Anna (Bar Social). **Comissão de Suprimentos à Diretoria Social:** Cristiane Sapag Pileggi, Fábio Luiz Pestana Pardo, Felício Borzani Neto e Frederico José da Costa Minhoto

SÓCIOS RESPONSÁVEIS POR MODALIDADE ESPORTIVA

Aerobike – Silvana Tieppo Magli; **Aquandística** – Maria Júlia Kovacs; **Badminton** – Daniel Matias Araujo; **Basquete** – Helios Dominguez Alvarez Filho; **Beach tennis** – Maria Luiza Britto de Toledo e Fede Mueller Prado Sampaio; **Boxe** – Ricardo Cassini e Jose Roberto Vieira Romano Dantas; **Ciclismo** – Ricardo Carlos Koch Filho; **Corrida** – Milena Sabbag Abla Scala; **Egrima/Equipe competitiva** – Luis Guilherme Gomes dos Reis S. Garcia; **Egrima** – Renzo Pasquale Zeglio Agresta; **Funcional** – Cristiana de Brito Marini; **Futebol adulto** – Alexandre Laroca Issa e Paulo Menzanno; **Futebol menores** – Arthur Moccia de Oliveira Cruz, Luiz Felipe Monteiro Praça e Marcelo Costa Mascaro Nascimento; **Futevôlei** – Mario Polimeno Reis; **Gamão** – Francisco Montano Filho; **Ginástica/Fitness** – Ana Helena Coelho Silva de Aguiar; **Ginástica artística e de trampolim** – Marina Lorenzi Monteiro de Araujo e Sabrina Zajakoff Naso; **Ginástica integrativa** – Maria Lisete Bari; **Ginástica reeducativa** – Anna Maria Lucchesi Savelli; **Golfe** – Sergio Domingues de O. Belleza Filho; **Jiu-jitsu** – Danilo Diniz Lage; **Judô** – Jean François L. Marie Hue; **Karatê** – Carlos Alberto de Albuquerque Prado; **Levantamentos básicos** – Paula de Queiroz Barros; **Minitenis masculino** – Stefano Magli; **Muay Thai** – Julia Sampaio Truffi; **Musculação** – Belmiro Luiz Ferreira Junior, Paulo Ferreira Alves Junior e Ricardo Bonilha Brentani; **Natação** – Eduardo Akira Cruz Shikasho e Paulo Alexandre Guimarães Torres; **Natação máster** – Carlos Benedito Monteiro; **Pelota basca** – Guilherme Jose Killingsworth; **Pickleball** – Monica Monteiro Ribeiro de Lima; **Projeto Mulher** – Maria Raquel Ribeiro da Luz; **Polo aquático** – Guilherme Ferreira Coelho Lippi e Marcelo Franchi Winter; **Polo aquático feminino** – Cristiana Fiusa Carneiro; **Remo ergômetro** – Gustavo Lian Branco Martins; **Remo Raia USP** – Maria Cecilia Gonçalves Terra e Sergio Augusto Martino Meniconi; **Ritmos** – Viviany Sollitto; **Squash** – Alcyr P. Leme Neto; **Snooker/Bilhar** – Cláudio Silva Maia; **Tênis de mesa** – Ricardo Florença dos Santos e Osmar Vieira de Castro Junior; **Tênis feminino** – Rosana Elizabeth Renzi; **Tênis infantojuvenil** – Guilherme Martins do Eirado; **Tênis jovem masculino** – Thiago Louzada Ribeiro Barbosa; **Tiro esportivo** – Guilherme San Juan Rozzino; **Trekking** – Petrina Helena Alves Dias; **Vôlei** – Monika Suzanne Calviere; **Vôlei máster feminino** – Rita Maria Borges Britto de Toledo; **Vôlei máster masculino** – Renato Rocha Peres de Oliveira; **Xadrez** – Giovanni Portillo Vescovi

CONSELHEIROS VITALÍCIOS

Afonso Carlos Amaral Aranha, Alexandre Husni, Aloisio Lacerda Medeiros, Álvaro do Couto Rosa Neto, Antonio Carlos Vasconcellos Salem, Antonio De Franco Netto, Antonio Francisco Paula Sousa, Carlos Alberto Salvatore Filho, Carlos Augusto Neves, Carlos Eduardo Ferro, Carlos Gilberto Campaglia, Cesar Ciampolini Neto, César José Maria Ribeiro, Cezar Giuliano Netto, Clad Flecker Sartzetini Filho, Clovis de Gouvêa Franco, Clovis Xavier de Toledo Piza, Domingos Perez Huertas, Eder do Lago Mendes Ferreira, Edgard de Oliveira Santos Cardoso, Eduardo Machado Pereira Lima, Eduardo Magalhães Khouri, Eduardo Simone Pereira, Eduardo Telles Pereira, Eduardo Velloso Corbett, Eugenio Silberberg, Farid Zabliht Filho, Flávio Pacheco e Silva, Francisco Alberto Labronici Farina, Galba de Farias Couto, Gualberto E. Nogueira Filho, João Bozza Junior, João Carlos da Silva Martins, João Feliciano Neves Frizzo, João Francisco de Barros Prisco Paraso, João Roberto Behm de Aguiar Júnior, José Américo Perez Huertas, José Domingos Ruiz Filho, José Eduardo Dias Soares, José Luiz de Paula Eduardo, José Manuel Castro Santos, Leonardo José F. Belfiore, Lívio Amato, Luiz Augusto Casseb Nahuz, Luiz Augusto Garaldi de Almeida, Luiz Fonseca de Souza Meirelles Filho, Luiz Henrique Tibirici Ramos, Marcelo Amendola Zaidan, Nelson Silveira de Godoy, Paulo Cesar Mario Movizzo, Paulo Iakovski Cirillo, Paulo Romanini Restom, Paulo Seviuc, Renato Vasconcellos de Azevedo, Ricardo Cavalcanti de Albuquerque, Ricardo de Almeida Gomes Cardim, Rogério Luis Lenzi de Miranda, Selma Maria Cortez Cardoso, Sérgio de Mendonça Jeannetti, Sérgio Samara, Sýlas Ribeiro, Sylvio Francisco Antunes Filho, Theodomiro Mario Losso, Vera Lúcia Spitzer Di Serio Costa e Walter Gobatto

CONSELHEIROS

Adélène Virginia Lasalvia, Adriana de Magalhães Gouvêa, Adriana Silberberg, Aláide Helena Taddeu Conde, Alberto Antonio Gomes Filho, Alcides Neves Frizzo, Alessandro Danesi, Alexandre Calafiori de Natal, Alexandre Manzano Correa, Alexandre Santos de Carvalho, Aloisio Ribeiro de Lima, Ana Maria Leão Wey, Ana Paula de Sousa Lima, André Carvalho Simone Pereira, André Corsi Rodrigues, André Luiz Pompeia Sturm, Antonio Carlos Lima Pompeio, Antonio Carlos Micelli, Antonio La Selva Filho, Armando Iaropoli Neto, Armando Lopes Leal Júnior, Beatriz Maria de Castro Oliveira, Bettina Duarte Monteiro, Caio Frizzo Salem, Camila Pedrosa Freire, Carlos Augusto Tiezzi Ramos Filho, Carlos Benediti Monteiro, Carlos Francisco Angulo Tucú, Carlos Guilherme Pereira da Costa, Carlos Henrique Braga, Celso Bueno Doria, Cesar Augusto Wanderley Ciavolih, Ciro Vinicius Sanghikian Tuttoimondo, Claudia Fabiana Giacomazi, Claudia Regina Pereira Farina, Claudio Monteiro da Costa, Claudio Vieira de Campos Helu, Cristiana Taylor de Faria, Cristiano Fiori Chiocca, Daniel Paixão Lian, Dirceu Oranges Junior, Eduardo Antonio Baracat, Eduardo de Carvalho Pereira, Eduardo Marson Ferreira, Eduardo Quartim Chede, Eduardo Vianna Saboya Salles, Egisto José Ragazzo Dantas, Emerson Andreis, Enrico Patriani Movizzo, Fábio de Castro Vasconcellos, Fábio Eduardo Pimentel Pileggi, Fábio Martins Dantas, Felício Borzani Neto, Fernanda Cristina Fujisawa Raposo, Fernando Alberto Fiochetti, Fernando Fiori Chiocca, Fernando Hauptmann, Francisco Focaccia Neto, Francisco Henrique Alves Neto, Frederico José Costa Minhoto, Frederico Oliveira Ribeiro Medeiros, Gabor Tomas Fonai, Gil Ferrari Bacos, Guilherme de Oliveira Santos Zaidan, Guilherme José Killingsworth, Guilherme Martins do Eirado, Gustavo Gentil de Campos Vergueiro, Gustavo Lian Branco Martins, Gustavo Paschoal Silva Monteiro, Henrique Lanhoso de Siqueira, Horácio Tanze Filho, João Brasil Vita Junior, Joel Pereira de Moura Junior, Jorge Miguel Baubá, José Rogério Cruz e Tucci, José Rubens de Lima Figueiredo Junior, Lílian Dora Gattaz Correira, Lucas Nastro Antunes, Lucas Tolosa Jorge, Lucia Helena Guedes Paschoal, Luis Fernando Arrobas Martins, Luis Leonardo Loconte Ferrari, Luiz Carlos Antunes Corrêa, Luiz Otávio Nolasco de Almeida, Luiz Philippe de Assis Moura, Marcela Aranha Husni, Marcello Borghi Raymundo, Marcello do Nascimento, Marcelo Costa Mascaro Nascimento, Marcelo de Cillo Pereira, Marcelo Domingues de Oliveira Belleza, Marcio Kayatt, Marcos Amendola Zaidan, Marcos Magno Vieira Gomes, Marcos Roberto Fuchs, Maria Aparecida D'Auria Parra, Maria Bella Kok de Assis, Maria Carolina Negrini Fagundes, Maria Cristina Iglesias Pacheco e Silva, Maria Fernanda Mascigrande, Maria José Nascimento Corrêa, Marina de Toledo Cesar Tiezzi Bulgueroni, Marina Lorenzi Monteiro de Araujo, Maria Francisco Teixeira da Silva, Mário Luis Fernandes Albanese, Mário Sérgio de Albuquerque Maranhão, Maurício Martinez de Macedo, Milton Barbosa Junior, Myriam Beatrice Fernandes, Nelson Alessandrí, Nelson Cattini Maluf Nicolau, Newton Montini Junior, Oswaldo Negrini Coutinho, Otávio Augusto de Almeida Toledo, Patricia Maria Egidio Piza Fontes, Paula de Faro Passos, Paulo Augusto de Azevedo Antunes Junior, Paulo Eduardo Valoura Vaz, Paulo Franco da Cunha, Paulo Martins Ferreira Samara, Paulo Roberto Chiaparin, Paulo Roberto Guazzelli de Freitas Pinto, Paulo Simões Junior, Rafael Brandão Martins, Renata Julianeili Anilio, Reynaldo Smith de Vasconcellos Neto, Ricardo Cassini, Ricardo de Aquino Salles, Ricardo Medina Losso, Ricardo Moraes Mendes Macedo, Richard de Nicola Minders, Richard Zatz, Rita Maria Borges Britto de Toledo, Roberta Sampaio Moreira de Castro Santos, Roberto Barretto Ferreira da Silva, Roberto Campos Vergueiro de Almeida, Rodolfo Americo Chagas Martinez, Rodrigo de Mesquita Pereira, Rogério Borges de Castro, Rogério Teixeira Leite Matarazzo, Rosana Porto Rebane, Rubens Alves, Rui Ribeiro de Oliveira Junior, Silas Grassi, Silvia Cristina Macedo Gonçalves Lasalvia, Stefano Magli, Stella Monteiro, Sýlas Kok Ribeiro, Tatiana Borges de Godoy, Ulisses Taylor Martins, Virgilio de Natal Rosi, Vitor Benez Pegler, Viviany Sollitto e Walter José de Brito Marini

Nenhum ocupante dos cargos estatutários relacionados acima recebe remunerações, auxílios, ajuda de custo, diárias, além de quaisquer outras vantagens pecuniárias, inclusive indenizatórias oriundas de verbas públicas. ◀

ARTE COMPRO E AVALIO

Pintura brasileira, vidro europeu, escultura, prata, marfim etc.

Rui Prado

pradoart@uol.com.br

WhatsApp 11 95571 3665



COMPRO ANTIGUIDADES

Quadros, pratarias e joias. 40 anos de tradição no mercado.

Pagamento à vista e vistoria presencial a domicílio, com marcação prévia.

Judith Altit

11 99994 2448 / 11 3031 1654



COMPRO OBJETOS ANTIGOS

Toalhas da Ilha da Madeira, louças, pratarias, cristais, faqueiros, relógios, gramofones, curiosidades.

Pagamento à vista.

Lillian Borges / 11 97105 6056



AVALIAÇÃO DE ESPÓLIO & VENDA

Residencial, organização completa de evento, tipo "Família Vende Tudo". Gestão profissional e discreta para liquidação de acervo.

11 98743 0001

www.sandrabighetti.com.br



PROCURA OU VENDE IMÓVEL?

Especialistas nos Jardins.

Para sua família ou indicação.

Atendimento personalizado.

DH JARDINS IMÓVEIS

Domingos Huertas / Luciane Maciel

11 99963 4666 / 11 95530 0020



JD. AMÉRICA - SHOPS JARDINS

Arq. modernista premiada, vista, 184 m², 3 d. (1 st.), 1 vg.

R\$ 3.000.000 | AP0729

DH JARDINS IMÓVEIS

Domingos Huertas / Luciane Maciel

11 99963 4666 / 11 95530 0020



JD. AMÉRICA - STA. LUZIA / CAP

Varanda, vista, próx. Oscar, 190 m², 3 d. (1 st.), 2 vg.

R\$ 2.600.000 | AP0725

DH JARDINS IMÓVEIS

Domingos Huertas / Luciane Maciel

11 99963 4666 / 11 95530 0020



JD AMÉRICA - PRÓX. B. CAPANEMA

Reformado, varanda, sossegado, 248 m², 3 d. (2 st. + closet), 2 vg.

R\$ 4.625.000 | AP0452

DH JARDINS IMÓVEIS

Domingos Huertas / Luciane Maciel

11 99963 4666 / 11 95530 0020



JD AMÉRICA - ALTO C/ VISTA

Shops Jardins, Oscar Freire, 179 m², 3 d. (1 st.), 1 vg., reformado.

R\$ 3.800.000 | AP0734

DH JARDINS IMÓVEIS

Domingos Huertas / Luciane Maciel

11 99963 4666 / 11 95530 0020



MAIS ODONTOLOGIA ESTÉTICA FUNCIONAL

Clínica odontológica completa, todas as especialidades, tecnologia e cuidado humanizado.

Vila Nova Conceição.

Agende 11 91500 8066



PARA ANUNCIAR, LIGUE 11 3065 2065

TAMBÉM É POSSÍVEL
PREENCHER FORMULÁRIO
NO SITE > USE O LEITOR
DE QR CODE PARA ACESSAR



NOVOS CONTRATOS

NOME	CNPJ / CPF	DESCRIÇÃO	VALOR	VIGÊNCIA
15.107.315 ROSANA DE CÁSSIA PAULO GARCIA	15.107.315/0001-00	Nove apresentações de contação de histórias, com acompanhamento de músico sonoplasta, na brinquedoteca.	R\$ 24.750,00 (Global)	1º/3 a 31/12/26
16.618.192 DOUGLAS ALONSO	16.618.192/0001-34	Acompanhamento musical do conjunto Si Susterido para o espetáculo No Ar.	R\$ 7.800,00 (Global)	9/3 a 19/3/26
16.618.192 DOUGLAS ALONSO	16.618.192/0001-34	Apresentação de Liana Brondi e banda no Bar Social, em 11 de abril de 2026.	R\$ 2.100,00 (Global)	11/4 a 11/4/26
3 TONS PRODUTORA CULTURAL LTDA	29.741.744/0001-49	Apresentação do espetáculo Nos Bastidores da Lona em 21 de junho de 2026.	R\$ 5.500,00 (Global)	21/6 a 21/6/26
46.421.909 MARIZA STEFFENS JOSÉ	46.421.909/0001-14	Apresentação de Mariza Parizotto e Classic Band no Bar Social, em 9 de abril de 2026.	R\$ 2.000,00 (Global)	9/4 a 9/4/26
52.440.589 LUCAS GIOVANNINI MOREIRA	52.440.859/0001-15	Serviço de técnico de iluminação para ensaios e apresentações do espetáculo Família Brasil.	R\$ 1.600,00 (Global)	1º/4 a 8/4/26
53.137.917 ERALDO CONCEIÇÃO CARVALHO	53.137.917/0001-07	Serviço de acompanhamento técnico de som e luz na montagem, realização e desmontagem do espetáculo A Sétima Arte.	R\$ 450,00 (Global)	29/3 a 29/3/26
57.417.499 ISMAILLE M.ROCHA	57.417.499/0001-54	Apresentação musical no Sports Bar, em 25 de abril de 2026.	R\$ 1.400,00 (Global)	25/4 a 25/4/26
59.753.212 ALEXANDRE L.LOBATO	59.753.212/0001-92	Apresentação do DJ Lobato, mediante demanda.	Conforme Tabela	28/2/26 a 28/2/27
61.575.621 GUSTAVO VOIGT SILVA	61.575.621/0001-98	Fabricação e instalação de cobertura e porta em vidro temperado para o Bar do Tênis.	R\$ 37.650,00 (Global)	17/3 a 17/5/26
ADIRLEY RODRIGUES FERREIRA 01681544555	47.813.926/0001-60	Fechamento do reservatório da piscina social, com fornecimento de material.	R\$ 52.800,00 (Global)	26/3 a 26/5/26
AMAURI DA SILVA JUNIOR 44576512811	44.105.571/0001-66	Apresentação da banda Classique no Bar Social, em 10 de abril de 2026.	R\$ 2.000,00 (Global)	10/4 a 10/4/26
APSERV SP SERVIÇOS LTDA	10.857.941/0001-08	Instal. de ferro, sancas e cortineiros na área do gazebo, com fornecimento de material.	R\$ 143.588,13 (Global)	1º/6 a 1º/8/26
AVOAHA PRODUÇÃO ARTÍSTICAS LTDA	14.132.850/0001-58	Apresentação de Emmanuele Baldini e Ediná Strehler no programa Clássicos aos Sábados, em 4 de abril de 2026.	R\$ 7.000,00 (Global)	4/4 a 4/4/26
BORMAN ASSESSORIA LTDA	65.525.487/0001-71	Elaboração de documentação técnica de equipamentos de cozinha.	R\$ 45.000,00 (Global)	23/2 a 23/10/26
CAPITAL FUTSAL LTDA	31.916.031/0001-10	Instrução e treinamento de preparação física para associados praticantes de futsal.	70% do valor arrecadado	16/3/26 a 31/3/27
CARR ESTÉTICA AUTOMOTIVA LTDA	43.329.718/0001-39	Limpeza e higienização dos sofás do 2º andar do Prédio Social.	R\$ 1.215,00 (Global)	10/3 a 10/4/26
CASSIANO B B BARREIROS	20.811.903/0001-60	Locação e instalação de equipamentos profissionais de iluminação para o show da banda These Days, em 6 de março de 2026.	R\$ 29.900,00 (Global)	5/3 a 7/3/26
CASSIANO B B BARREIROS	20.811.903/0001-60	Locação e instalação de equipamentos de sonorização, iluminação e painel de LED para Sunset realizado em 26 de março de 2026.	R\$ 32.900,00 (Global)	26/3 a 27/3/26
CFX ORG. DE EVENTOS LTDA	34.744.848/0001-47	Apresentação musical de Amon Lima na Festa Junina, em 27 de junho de 2026.	R\$ 16.000,00 (Global)	12/3 a 28/6/26
CORA PRODUÇÕES ARTÍSTICAS LTDA	49.928.302/0001-13	Direção de ensaios e apresentações do Grupo Teatral do CAP, incluindo criação, adaptação e desenvolvimento de textos encenados.	R\$ 64.000,00 (Global)	24/2/ a 30/11/26
DEMOLIDORA SÃO BENTO LTDA	55.827.604/0001-06	Remoção de forro de gesso, com encaminhamento de material para caçambas estacionárias.	R\$ 13.500,00 (Global)	23/3 a 23/6/26
DJ MARCELO BOTELHO LTDA	23.702.059/0001-27	Apresentação do DJ Marcelo Botelho na Festa Junina, em 26 de junho de 2026.	R\$ 12.000,00 (Global)	4/3 a 26/6/26
ELZIO LUIZ ARSUFFI VASQUES	08.684.571/0001-02	Locação e instalação de equipamentos profissionais de sonorização, assim como suporte técnico, para o espetáculo Boogie – Nos Tempos do Funk e da Disco.	R\$ 9.200,00 (Global)	2/3 a 11/3/26
ELZIO LUIZ ARSUFFI VASQUES	08.684.571/0001-02	Locação e instalação de equipamentos profissionais de sonorização, assim como suporte técnico, para o espetáculo A Sétima Arte.	R\$ 7.800,00 (Global)	24/3 a 29/3/26
EM MARCENARIA LTDA	00.122.779/0001-18	Fornecimento de mat. e mão de obra para confecção de armários para a sala jovem.	R\$ 7.679,58 (Global)	2/3 a 2/4/26
ESCUDEIRO & ZIEBARTH CONSULTORIA URBANÍSTICA LTDA	39.539.302/0001-78	Consultoria para revisão de projeto legal e emissão do alvará de obra para imóvel localizado na Rua Estados Unidos.	R\$ 55.000,00 (Global)	16/3 a 30/4/26
FABIO JOSÉ BLUMER MACEDO 19036242827	44.946.027/0001-47	Instrução e treinamento de preparação física para associados praticantes de pickleball.	70% do valor arrecadado	16/3/26 a 31/3/27
FABIO LAGONEGRO MÁRMORES E GRANITOS	11.727.631/0001-23	Reforma das bancadas de mármore dos banheiros do camarim, com fornecimento de material.	R\$ 10.700,00 (Global)	2/3 a 2/4/26
GILSON LOPES NOVAIS	12.289.101/0001-03	Aplicação de massa corrida e pintura em obra do camarim, com fornecimento de material.	R\$ 20.000,00 (Global)	10/3 a 10/4/26
GR SHOWS PRODUÇÕES ARTÍSTICAS LTDA	23.276.383/0001-20	Apresentação de show do grupo Pixote na Festa Junina, em 26 de junho de 2026.	R\$ 177.000,00 (Global)	20/3 a 26/6/26
GS SERRALHERIA LTDA	29.826.317/0001-63	Fabricação e inst. de fechamento em esquadrias de alumínio e vidro para mezanino.	R\$ 45.000,00 (Global)	10/3 a 10/5/26

NOME	CNPJ / CPF	DESCRIÇÃO	VALOR	VIGÊNCIA
GUICHARTE EVENTOS LTDA	39.275.113/0001-35	Monitoria e recreação para celebração da Páscoa, em 4 e 5 de abril de 2026, na brinquedoteca.	R\$ 8.900,00 (Global)	4/4 a 5/4/26
HARMONIA EVENTOS MUSICAIS LTDA	61.866.059/0001-51	Apresentação com a pianista Beth Ripolli e o tenor Felipe Menegat em edição da Conexão Cultural, em 9 de março de 2026.	R\$ 8.333,33 (Global)	9/3 a 9/3/26
ISABELA MOTTA NORONHA EDITORAÇÃO	20.089.590/0001-88	Condução de dez aulas de oficina literária a associados, de 27 de abril a 29 de junho de 2026.	R\$ 4.200,00 (Global)	27/4 a 26/6/26
ITASOLAR INDÚSTRIA E COM. LTDA	05.002.342/0001-64	Montagem e instalação de dois reservatórios modulares na garagem.	R\$ 261.700,00 (Global)	2/3 a 2/5/26
J. V. ALANIS PRODUÇÕES LTDA	10.793.457/0001-54	Recital de piano de Estefan Iatcekiw em 7 de março de 2026, no auditório.	R\$ 11.000,00 (Global)	7/3 a 7/3/26
KAVOD HOME MÓVEIS BRASIL LTDA	47.936.495/0001-29	Confecção de itens de marcenaria para o Bar do Tênis, com fornecimento de material.	R\$ 26.566,75 (Global)	16/2 a 2/4/26
KAVOD HOME MÓVEIS BRASIL LTDA	47.936.495/0001-29	Fornecimento de material e mão de obra para substituição de fórmicas dos tampos das mesas do restaurante Solarium.	R\$ 13.090,00 (Global)	23/3 a 8/5/26
L.S. NOGUEIRA CAPTAÇÕES DE REC. DE INCENTIVOS FISCAIS LTDA	04.098.094/0001-34	Comercialização de espaços publicitários.	Conforme Tabela	1º/3/26 a 1º/3/27
LLA COMÉRCIO E SERVIÇOS DE ILUMINAÇÃO LTDA	30.312.742/0001-13	Iluminação do gazebo, com fornecimento de material.	R\$ 19.450,00 (Global)	1º/6 a 1º/10/26
LOCUSONE COMÉRCIO E SERVIÇOS EM TECNOLOGIA LTDA	24.754.617/0001-60	Prestação de serviços em tecnologia da informação para implementação de ecossistema de melhorias estruturais no sistema Oracle JD Edwards.	R\$ 250.000,00 (Global)	23/3 a 31/12/26
LYD SONORIZAÇÃO LTDA	18.061.719/0001-06	Locação e montagem de equipamentos de sonorização, iluminação e painel de LED para o show de Guilherme Arantes.	R\$ 62.252,32 (Global)	27/3 a 28/3/26
MARCNARIA CORPORATIVA ARTECONCEPT INDÚSTRIA E COMÉRCIO LTDA	30.974.553/0001-06	Confecção de itens de marcenaria para balcão da copa da sala de jogos.	R\$ 10.650,00 (Global)	26/3 a 26/4/26
MILLENIUM FINE ARTS SERVIÇOS E TRANSPORTES LTDA	04.526.924/0001-87	Substituição de caixas, reembalagem de objetos, elaboração de inventário e transporte de 249 caixas do acervo histórico ao imóvel da Rua Estados Unidos.	R\$ 20.286,96 (Global)	20/3 a 20/4/26
MITSUO KOZA 56963386820	14.289.476/0001-07	Fornecimento de karaokê para colaboradores do Clube, em 13 de março de 2026.	R\$ 900,00 (Global)	13/3 a 13/3/26
MPM - SERVIÇOS EM CONSTRUÇÃO CIVIL LTDA	15.613.593/0001-39	Mão de obra para instalação de pedra mineira e porcelanato na área do camarim do auditório.	R\$ 17.500,00 (Global)	9/3 a 9/4/26
NAM MANUTENÇÃO SERVICE LTDA	21.408.021/0001-10	Restauração do piso em tacos de madeira do salão de festas.	R\$ 41.000,00 (Global)	1º/3 a 1º/6/26
ÓPERA AZUL PRODUÇÕES ARTÍSTICAS LTDA	11.251.066.0001-70	Apresentação de Luciana Bueno e Fabio Bezuti no programa Clássicos aos Sábados, em 21 de março de 2026.	R\$ 6.500,00 (Global)	21/3 a 21/3/26
PAINEIRA EMPREENDIMENTOS PARTICIPAÇÕES E COMÉRCIO LTDA	01.467.407/0001-96	Estudo hidrogeológico e de gestão dos recursos hídricos, com foco na elaboração de projeto técnico construtivo de poço.	R\$ 19.750,00 (Global)	23/3 a 23/9/26
PHM PRODUÇÕES ARTÍSTICAS LTDA	34.385.867/0001-24	Apresentação de show com Benito di Paula e Rodrigo Vellozo em 23 de maio de 2026.	R\$ 90.000,00 (Global)	24/2 a 23/5/26
QUATORZE PRODUÇÕES LTDA	09.366.730/0001-85	Aulas do curso infantojuvenil de teatro.	70% do valor arrecadado	18/3/26 a 18/3/27
SH ZWOLFER AMERICANO LTDA	20.210.367/0001-47	Aulas de curso de atualização digital, entre 25 de março e 22 de abril 2026.	70% do valor arrecadado	25/3 a 22/4/26
SONOROSCOPIO ESTÚDIO DE GRAVAÇÃO E COMUNICAÇÃO VISUAL LTDA	07.080.697/0001-05	Duas impressões de banners para espetáculos teatrais.	R\$ 396,00 (Global)	10/3 a 31/3/26
STYLLO IE INSTALAÇÕES ELÉTRICAS E HIDRÁULICA LTDA	50.325.222/0001-52	Instalações elétricas do gazebo, com fornecimento de material.	R\$ 60.000,00 (Global)	16/3 a 16/6/26
T&T TENDAS E TOLDOS LTDA	10.811.531/0001-18	Reparo na cobertura dos bancos de reservas do campo de futebol, com fornecimento de material.	R\$ 7.500,00 (Global)	4/3 a 3/4/26
TAMU JUNTO PRODUÇÕES ARTÍSTICAS LTDA	07.161.803/0001-77	Apresentação de show de Alex Cohen em edição do Sunset, em 28 de maio de 2026.	R\$ 15.000,00 (Global)	23/3 a 28/5/26
TATAU PROD. ARTÍSTICAS LTDA	08.855.543/0001-00	Apresentação de show de Tatau, em 15 de maio de 2026.	R\$ 90.000,00 (Global)	4/3 a 16/5/26
TEXFIO ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS E SERVIÇOS DE GESTÃO LTDA	03.438.019/0001-02	Decoração para edição do Sunset, em 26 de março de 2026.	R\$ 15.700,00 (Global)	26/3 a 27/3/26
VALÉRIA SOARES DE ALMEIDA 39863174491	22.176.528/0001-59	Apresentação de Valéria Soares e trio no Bar Social, em 13 de março de 2026.	R\$ 2.100,00 (Global)	13/3 a 13/3/26

FINANÇAS

2026	JAN		FEV		TOTAL	
	ORÇADO	REALIZADO	ORÇADO	REALIZADO	ORÇADO	REALIZADO
RECEITAS OPERAC. (a)	21.612	21.858	21.700	20.641	43.312	42.499
Receitas p/ manut e invest	10.526	10.935	10.522	10.392	21.048	21.328
Receitas de venda de produtos	4.946	4.512	5.485	4.770	10.430	9.282
Receitas de atividades	3.754	3.798	3.853	3.826	7.607	7.624
Outras receitas	1.390	1.568	982	879	2.372	2.447
Receitas patrimoniais	996	1.045	859	775	1.854	1.819
DESPESAS OPERAC. (b)	-20.019	-18.254	-21.452	-18.973	-41.472	-37.228
Pessoal	-9.951	-9.358	-10.818	-10.029	-20.770	-19.387
Serviços de terceiros	-4.296	-3.604	-4.550	-4.175	-8.846	-7.778
Produtos de B&R	-2.501	-2.148	-3.242	-2.461	-5.743	-4.609
Materiais diversos	-1.290	-896	-1.188	-1.021	-2.478	-1.917
Serviços compartilhados	-917	-847	-963	-897	-1.880	-1.745
Serviços públicos	-937	-1.018	-952	-858	-1.889	-1.875
Manutenção	-376	-331	-409	-396	-785	-727
Locações	-230	-257	-264	-174	-493	-431
Outros	-1.038	-1.175	-785	-656	-1.822	-1.831
Recuperação de despesas	1.517	1.380	1.718	1.693	3.235	3.073
RESULTADO OPERAC. (c) = a+b	1.593	3.604	248	1.668	1.841	5.271
RESULTADO NÃO OPERAC. (d)	1.828	4.669	1.829	2.751	3.657	7.420
RESULTADO ANTES DEPREC. (C+D)	3.421	8.273	2.077	4.419	5.498	12.692
(-) Depreciação do período	-1.277	-1.166	-1.274	-1.113	-2.550	-2.279
RESULTADO APÓS DEPREC. (C+D)	2.145	7.107	803	3.306	2.948	10.413

2026	RECEITAS			DESPESAS			RESULTADO			
	ORÇADO	REALIZADO	VARIÇÃO	ORÇADO	REALIZADO	VARIÇÃO	ORÇADO	REALIZADO	VARIÇÃO	%
RESULTADO POR DIRETORIA FEVEREIRO										
INSTITUCIONAL	12.500	13.353	854	-974	-633	341	11.526	12.720	1.195	10%
DIRETORIA ADMINISTRATIVA	800	743	-56	-2.907	-2.597	310	-2.107	-1.854	254	-12%
DIRETORIA DE BARES E RESTAURANTES	5.505	4.789	-717	-6.502	-5.534	968	-996	-745	251	-25%
DIRETORIA CULTURAL	540	538	-2	-803	-620	183	-263	-81	181	-69%
DIRETORIA DA SECRETARIA	161	113	-47	-415	-371	44	-255	-258	-3	1%
DIRETORIA DE DESENVOLVIMENTO SOCIAL	0	0	0	-83	-72	11	-83	-72	11	-13%
DIRETORIA DE ESPORTES	2.706	2.606	-100	-4.707	-4.745	-38	-2.001	-2.139	-138	7%
DIRETORIA DE GOVERNANÇA	0	0	0	-172	-142	30	-172	-142	30	-17%
DIRETORIA DE MARKETING E COMUNICAÇÃO	100	13	-87	-316	-291	25	-216	-279	-63	29%
DIRETORIA DE SUPRIMENTOS	0	0	0	-378	-373	5	-378	-373	5	-1%
DIRETORIA DO PATRIMÔNIO	8	9	0	-986	-870	116	-978	-862	116	-12%
DIRETORIA FINANCEIRA	0	0	0	-797	-738	59	-797	-738	59	-7%
DIRETORIA JURÍDICA	0	0	0	-75	-50	25	-75	-50	25	-34%
DIRETORIA SOCIAL	164	189	24	-702	-595	107	-538	-407	131	-24%
DIRETORIA DE TECNOLOGIA DA INFORMAÇÃO	0	0	0	-503	-297	206	-503	-297	206	-41%
DIRETORIA INFANTOJUVENIL	1.047	1.043	-4	-1.134	-1.047	86	-86	-4	82	-95%
TOTAL	23.532	23.396	-136	-21.455	-18.977	2.478	2.077	4.419	2.342	113%
OPERACIONAL										
NÃO OPERACIONAL	21.700	20.641	-1.059	-21.452	-18.973	2.479	248	1.668	1.420	573%
DEPRECIÇÃO	1.831	2.755	924	-2	-4	-2	1.829	2.751	922	50%
RESULTADO APÓS DEPRECIÇÃO							-1.274	-1.113	161	-12,6%
							803	3.306	2.503	312%

2026	JAN		JAN		JAN A FEV	
	ORÇADO	REALIZADO	ORÇADO	REALIZADO	ORÇADO	REALIZADO
SALDO INICIAL CAIXA CLUBE	106.215	106.233	106.140	112.440	106.215	106.233
Entradas	23.444	29.933	23.532	24.855	46.975	54.787
Saídas	(23.519)	(23.725)	(24.951)	(20.248)	(48.470)	(43.973)
SALDO FINAL CAIXA CLUBE	106.140	112.440	104.720	117.047	104.720	117.047

SALDO INICIAL PROJ. INCENTIVADOS	10.890	10.890	10.931	10.688	10.890	10.890
Entradas	126	590	222	76	348	667
Saídas	(85)	(793)	(85)	(267)	(170)	(1.060)
SALDO FINAL PROJ. INCENTIVADOS	10.931	10.688	11.068	10.497	11.068	10.497

BALANÇO PATRIMONIAL (em R\$ mil)

ATIVO	28/02/26	31/12/25
CIRCULANTE		
Caixa e equivalentes de caixa	63.027	53.290
Aplicações vinculadas - LIE	10.497	10.890
Contas a receber	13.445	12.543
Estoques	4.045	3.961
Créditos diversos	1.213	1.950
Contratos de patrocínios	2.112	2.278
Outros ativos circulantes	2.895	2.727
	97.234	87.639
NÃO CIRCULANTE		
Aplicações financeiras	54.020	52.943
Depósitos judiciais	7.734	7.940
Outros ativos não circulantes	2.606	2.907
Contratos de patrocínios	859	860
	65.219	64.650
Imobilizado	286.187	285.269
Imobilizado vinculado	1.747	1.805
Intangível	2.992	2.588
	290.926	289.662
TOTAL DO ATIVO NÃO CIRCULANTE	356.145	354.312

TOTAL DO ATIVO 453.379 441.951

Vice-Presidente Financeiro
CELSO BUENO DORIA

Controller
ROBERTO SUZUKI

Diretor Financeiro
MARCOS AMENDOLA ZAIDAN

Contador
WILSON VOI CRC 1 SP 215885/0-7

PASSIVO E PATRIMÔNIO LÍQUIDO	28/02/26	31/12/25
CIRCULANTE		
Fornecedores	9.025	9.438
Obrigações trabalhistas e previdenciárias	11.435	11.311
Obrigações fiscais e tributárias	1.223	1.875
Débitos programas de incentivos	10.497	10.890
Adiantamentos de associados	3.054	954
Parcelamentos federais	414	409
Outras contas a pagar	396	383
Contratos de patrocínios	1.971	2.112
Outros passivos circulantes	789	1.044
	38.804	38.416
NÃO CIRCULANTE		
Parcelamentos federais	1.269	1.325
Outras contas a pagar	7.043	6.807
Projetos vinculados - Imobilizados	2.606	2.907
Provisão para contingências	1.747	1.805
Tributos contestados judicialmente	611	811
Contratos de patrocínios	8.171	8.259
Outros passivos não circulante	281	263
Precatórios em discussão judicial	54.020	52.943
	75.748	75.120
PATRIMÔNIO LÍQUIDO		
Patrimônio social	240.677	214.217
Superávit do exercício	10.413	26.174
Reservas de reavaliação	51.159	51.159
Ajuste de avaliação patrimonial	36.578	36.865
	338.827	328.415

TOTAL DO PASSIVO E PATRIMÔNIO LÍQUIDO 453.379 441.951

Diretor Financeiro
CARLOS GUILHERME PEREIRA DA COSTA

#tbt paulistano



Turn Back Time 1970's

Associados testam o deck tennis, em cerimônia de inauguração das quadras da modalidade, em 1979.
Foto: Centro Pró-Memória. Se possui fotografias antigas do Clube, procure o Centro Pró-Memória.





MENSALMENTE, SÃO DIVULGADOS
TEXTOS ESCRITOS POR ASSOCIADOS.
USE O LEITOR DE QR CODE PARA
ACESSAR OBRAS PUBLICADAS
EM OUTRAS EDIÇÕES

Namaskara

GIULIANA IAROPOLI

Férias! Roteiro: um curso intensivo de yoga numa praia paradisíaca. Lugar idílico. Um estúdio enorme, pé-direito alto trabalhado em madeira, janelões emoldurados por uma vegetação deslumbrante. Vez ou outra eu avistava um sagui, de energia frenética, mas não prendia a minha atenção. Parecia previsível o que aconteceria naqueles dias. Aprenderíamos muito sobre os hábitos. A propósito, os saguis são tão sensíveis, ou mais, do que as aves. Não devem comer produtos industrializados, um simples chocolatinho pode levá-los a óbito. Se eu fosse um deles já estaria vivendo a minha quinta encarnação.

O dia começava com o aquecimento de saudação ao Sol A. Até aí beleza pura. As posturas: cachorro para cima, cachorro para baixo, gato e vaca. Na sequência vinha a saudação ao Sol B. Novidade para mim. As posturas: cavaleiro marchando, urvamaca, flor de lótus e chaturanga. Detalhe importante, em cada postura quatro respirações. Aí meu bem, você já fica com vontade de matar alguém. Quando me matriculei no retiro o desespero de fugir do filho adolescente era tamanho que não saquei um pequeno e grande detalhe. O curso era de Ashtanga Yoga. Nessa modalidade não existe condução. O professor é predominantemente passivo, interage somente para corrigir os alunos. O aluno tem que fazer todas as sequências dos ásanas por conta própria.

Logo nos primeiros minutos o guru do quadro branco me chamou a atenção pois eu estava copiando a coleguinha ao lado. “Amanhã vou separar Lili de fifi”. Pena, pois ela fluía tão bem. Que belezinha de alongamento. Era impressionante como os alunos deslizavam pelo tapete. Cada um no seu ritmo. No dia seguinte aviso cumprido. Eu espichava o pescoço e visualizava a silhueta de fifi.

O homem parecia que tinha um terceiro olho. “Não tem essa perna.” Acreditem que eu estava me equilibrando direitinho numa perna só, coleí dela e firmei as minhas duas pernas no chão. Lembrei-me de quando eu colava na escola. Apagava a minha resposta que estava correta para colar de outrem. Seria meu carma? Voltar para aprender a confiar em mim mesma.

Muito puxado, só consegui uma trégua quando o senhor da prova surpresa disse: “Quem estiver no período menstrual não precisa fazer a sequência da garça”. Minha chance de ouro! Porque pelo menos na minha mente ele não era capaz de ler e descobrir que sou menopausada. Tinha também o intervalo para o almoço. A comida parecia um ebó. E por falar em ritual, todos os dias terminavam com a puja. Pelo amor de Brahma! Não tinha um putinho de um docinho, era só cantoria. O lado bom foi que eu não vacilei no canto dos mantras. A primeira da classe.

No último dia acordei no modo Krishna. Uma alegria imensa de viver. Durou pouco. O coach do equilíbrio lançou: “alguém com problema de pressão?”. Eu com os ensinamentos fresquinhos na cabeça. Não matar e não mentir. Então encarei a imersão no gelo. Para quem não sabe, é uma prática que consiste em mergulhar o corpo em uma banheira de gelo por um período variando de 2 a 15 minutos. Ele prometeu mundos e fundos; recuperação muscular, melhora do sistema imunológico, metabolismo acelerado, libido calibrada, entre outros benefícios. Eu me posicionei no fundo da fila. O povo ia saindo roxo. Tinha um rapaz filmando que tremia só de ver. Eu pensei: “vou arrasar nesse vídeo!”. Nada feito. Gritei tanto que parecia um parto humanizado. Saí com cara de Titanic. Mais um aprendizado! A vaidade afasta a pessoa do equilíbrio e da verdade interior. Gralilux meu guru, gratilux. ◀



A assessoria de investimentos
como você conhece está mudando.

Com o Monte Bravo Fee Based, você cuida do seu patrimônio com mais
tranquilidade, visão de longo prazo e benefícios adicionais.



Conheça os benefícios adicionais
e ofertas exclusivas do Fee Based.

montebravo

Novo BMW M135 xDrive



OSTEN

Um motor esportivo aliado a um design dinâmico e a recursos inovadores e tecnológicos no interior.



Descubra o BMW M135 xDrive e seus dados técnicos na Osten

BMW Perdizes

Avenida Sumaré, 810. Perdizes - São Paulo
(11) 3192-2958

Desacelere. Seu bem maior é a vida.



Esaneie e confira as condições especiais na **BMW Osten**

