



# Doreense

*em Revista*

Revista mensal do Clube Recreativo Dores - Fevereiro de 2018 - Ed. 140 - Santa Maria - RS

## IOGA OU PILATES?

CONHEÇA AS  
MODALIDADES E  
VENHA PRATICAR

## GALÁXIA DORES

VENHA PARA  
O VERDADEIRO  
CARNAVAL



Promoção  
**Juntos na Rússia**  
com seu cartão Sicredi Visa

**VISA**



worldwide partner

morya



**Concorra a viagens  
com acompanhante para curtir  
a Copa do Mundo da FIFA.**

**Uma cortesia Visa.**

**Use seu cartão:**

**R\$ 120  
semanais = 1 número  
da sorte**



**Cadastre-se no site da promoção:**  
[www.promoocaosicredivisa.com.br](http://www.promoocaosicredivisa.com.br)





**PATRONO DO CLUBE** - Celestino Da Cás

**DIRETORIA EXECUTIVA 2016/2018:**

**PRESIDENTE** - Ademir Antônio Pozzobon

**VICE - PRESIDENTE** - Camilo Cervo

Vice-presidentes/Departamentos:

**Bocha** - Gilmar Cruz Arruda

**Bolão** - Carlos Eduardo Da Cas

**Cultura** - Alfran Luiz M. Caputi

**Finanças** - Francisco Barachini Hubner

**Jurídico** - Marcelo Carlos Zampieri

**Meio Ambiente** - Guido Zanatta

**Patr. e Construção** - Olavo Luiz M. Antoniazzi

**Recreação/Lazer** - Nilton Fabbrin

**Secretaria** - Giuliano José Forgiarini

**Social** - Cleber Ruviano

**Tênis** - Ricardo Luiz P. Dal Ponte

**Tradicionalismo** - Zeno José F. de Souza

Coordenadores:

**Futebol** - Victor Hugo Da Cas

**Musculação** - Fabian Luiz Alves Da Cas

**Tradicionalismo** - Marino Tex Vasconcellos

Assessores:

**Piscinas** - Raul Fabbrin **Social** - Oneide Serro, Ceiza Figuera, Adão José Figheira, Tiago G. de Lima, Clebiana Lima, Ovanir Negrini, Gisele Negrini e Cristiane Dellaméa **Futebol** - Pedro Ferraz de Medeiros, José Adelar Tâmbara e Roberto Bisogno **Bocha** - Arioli Toniolo Righi **Bolão** - Alacir Terezinha dos Reis Lopes **Sauna** - Clênio Comin Londero **Sinuca** - José Hamilton Guedes **Vôlei** - Simone Pozzobon da Silva **Canastra** - Alberto Cezar Barin

**Patrão de Honra Tradicionalismo** - Domingos Da Cás

**Conselho Fiscal 2016/2018:**

**Presidente** - Carlos Sérgio Silva Lima

**Vice-presidente** - Cezar Domingos Trevisan

**Secretário** - Claudemir da Costa Silveira

**Efetivos** - João David Felin, João Mariano Rossato, Edevar da Silva e Nilton Rocha Martins

**Conselho Deliberativo 2017/2019:**

**Presidente:** Valnei Vieira

**Vice-presidente:** Julio Cezar Copetti

1º Secretário: Gerson Taschetto

2º Secretário: Michel Balconi Bevilaqua

Assessor Jurídico: Régis Pozzobon

**Membros Natos:** Ademir Antonio Pozzobon - Celestino Da Cas - Pedro Mezzomo

**Conselheiros eleitos:** Adão Jose Figheira; Adir Jesus dos Santos Ribeiro; Adir Parzianello; Alberi Vargas; Alfran Luiz Mendonça Caputi; Amauri José Londero; Antonio Roberto Bisogno; Arcangelo Luiz Da Cas; Ari Carlos Da Cas; Ary Forgiarini; Auri Machado de Oliveira; Camilo Cervo; Carlos Alberto C. Londero; Carlos Alberto Rigo; Carlos Eduardo Da Cas; Carlos Sergio Silva Lima; Cezar Augusto Copetti; Cezar Domingos Trevisan; Claudemir da Costa Silveira; Cláudio Emanuelli; Cleber Ruviano; Clenio Comin Londero; Daniel Streher Pedroso; Edevar da Silva; Eduardo Rosa Biacchi; Elcio Antonio Maffini; Elio Jorge Pozzobon; Ênio Angelo Dotto; Erlon Cervo; Erni Jose Milani; Fabian Luiz Alves Da Cas; Fabricio Batistin Zanatta; Felipe Richter Londero; Fernando Frizzo; Fernando Zamberlan da Silva; Francisco Barracchini Hubner; Francisco Luiz Bianchin; Gerson Taschetto; Gilberto Luiz P. Dal Ponte; Gilberto Vasconcellos Silva; Gildo Refosco; Gilmar Cruz Arruda; Gilson Alberto Da Cas; Gimeiro Roberto Da Cas; Juliano José Forgiarini; Gregório Tadeu R. Gavião; Guido Zanatta; Homero Lima Menezes Junior; Ildomar Miguel Pasa; Ildio Antônio Biacchi; Irio De Paula Figueiredo; Ivo Felin Londero; Jaci Jerônimo Da Cas; Jaime Thomas; João Alberto Sangoi; João David Felin; João Mariano Rossato; Jonas Roberto de L. Meneghini; Jorge Adão da Costa; Jorge Caffarate Ardaís; Jose Celestino M. Antoniazzi; José Dinarte Buzzatte; José Ery Camargo; José Francisco Silva Dias; Jose Hamilton Guedes; Jose Luis Stein; José Mariano Ravanello; Julio Cezar Copetti; Luciano Da Cas Sima; Luciano Vlademir De A Rocha; Luis Gustavo M. Antoniazzi; Luiz Carlos Da Cas; Luiz Fernando M. Camargo; Marcelo Carlos Zampieri; Marco Antonio Ravanello; Mario Augusto B. Antoniazzi; Mario Augusto S. Ravanello; Máximo José Trevisan; Michel Balconi Bevilaqua; Milton José Brondani; Mulford Moreira dos Santos; Natalicio Luiz Antonello; Nelci Vicente Da Cas; Nelson Ferreira Vitalis; Nilton Fabbrin; Nilton Rocha Martins; Olavo Luiz M. Antoniazzi; Ovanir Jose Negrini; Paulo Norberto Brandt; Paulo Roberto C. Bormicelli; Pedro Leonel F. Da Costa; Raul Fabbrin; Régis Pozzobon; Ricardo Luiz P. Dal Ponte; Rodrigo Maurer Da Silva; Rodrigo Olmedo Ribas; Ronaldo Pozzobon; Sandra Appel Forgiarini; Sergio Albino Beltrame; Sergio Antonio Da Cas; Sérgio Iran Pomnitz; Sergio R. Severo De Medeiros; Tiago Gay De Lima; Valcir José Forgiarini; Valnei Beltrame; Valnei Vieira; Vergilio M. Da Cas Neto; Victor Hugo Da Cas; Vilson Marcimino Serro; Wladimir Francisco B. Comassetto; Zeno José F. De Souza.



## PALAVRA DO PRESIDENTE

Amigos dorenses

Nem aparece, mas já estamos há dois meses em plena temporada de verão em nosso Clube. Tivemos os festejos de Natal, Réveillon e agora o Carnaval. Esperamos que nosso carnaval seja brilhante e que tudo transcorra na maior tranquilidade.

Visando justamente isso é que nossa equipe organizadora do Carnaval Galáxia Dores não mediu esforços no sentido de proporcionar mais uma alegria e sadia diversão às famílias que frequentam nossa associação. Para aqueles que gostam de participar do carnaval, desejamos que aproveitem ao máximo tudo o que o nosso clube oferece.

Ainda durante essa temporada, tivemos toda a programação do Verão Dorense, das colônias de férias e o verão doritos. Nosso Praia Park continua maravilhando a todos, nossas piscinas acusam um grande número de frequentadores, nossa academia continua bombando e por aí se vai o dia a dia dos dorenses.

Essa é a maior satisfação que a nossa Diretoria pode ter. Proporcionar um clima relaxante, de alegria e descontração ao quadro associativo, que é a razão da existência desse maravilhoso clube.

É claro que todos ficarão melhor informados ao lerem mais essa edição de nossa revista. Um abraço a todos e que nossa padroeira, Nossa Senhora das Dores, proteja a todos nós.

**Ademir Antônio Pozzobon**  
Presidente do Clube Recreativo Dores



Capa: Guilherme Benaduce

Foto: Shutterstock

Ao enviar sua foto, o associado está autorizando o Clube a usá-la em suas publicações.

Você não está recebendo sua revista com regularidade? Mudou de endereço? Entre em contato com o a secretaria pelo e-mail [secretaria@clubedores.com.br](mailto:secretaria@clubedores.com.br) ou pelo fone (55) 2103 2800 para saber o motivo do atraso ou renovar seu cadastro

#### Contatos:

[www.clubedores.com.br](http://www.clubedores.com.br)

**Sede Social:** Rua Bento Gonçalves, 400  
Bairro Nª Sra das Dores-CEP: 97050-090  
Santa Maria/RS  
Fone: (55) 2103.2828  
Fax: (55) 2103.2801

#### Sede Campestre

Rua César Trevisan, 1400

#### Administradores

Gerente: Carlos A.C. Londero  
Secretaria: Ildomar Miguel Pasa

#### Supervisores

Sede Campestre: Marcos Maciel  
Sede Central: Gelson Della Méa

[revista@clubedores.com.br](mailto:revista@clubedores.com.br)  
[visual@clubedores.com.br](mailto:visual@clubedores.com.br)  
2103-2818

[biblioteca@clubedores.com.br](mailto:biblioteca@clubedores.com.br)  
2103-2810

[compras@clubedores.com.br](mailto:compras@clubedores.com.br)  
2103-2812

[doritos@clubedores.com.br](mailto:doritos@clubedores.com.br)  
2103-2825

[esportes@clubedores.com.br](mailto:esportes@clubedores.com.br)  
2103-2830

[eventos@clubedores.com.br](mailto:eventos@clubedores.com.br)  
2103-2835

[secretaria@clubedores.com.br](mailto:secretaria@clubedores.com.br)  
2103-2800

[dp@clubedores.com.br](mailto:dp@clubedores.com.br)  
2103-2840

#### Gerentes da Sede Central

Eventos: Maristela Da Cás  
Recursos Humanos: Elisandra Carvalho  
Financeiro: Michele Gendelsky  
Compras: Júlio César de Oliveira  
Esportes: Adriana Corrêa  
Academia: Paulo Bisogno  
Diretora Esc. Educ. Infantil: Marilene Moraes  
Limpeza/Central: Andrea Stoever  
Piscinas/Central: Luis André Rodrigues

#### Gerentes da Sede Campestre

Parque Aquático/Campestre: Alfredo de Souza Ribeiro  
Central Serviço/Campestre: Irio Figueiredo  
Portaria/Campestre: Paula Tatiane Diaz  
Obras: Querivelto Francisco dos Reis  
Manutenção: Elton Penna

#### Expediente:

Edição 140. Ano 14 - Fevereiro 2018  
Dorenses em Revista  
Órgão Informativo Clube Recreativo Dores

#### Comissão Editorial

Jornalista responsável: Guilherme Benaduce Mtb 18310  
[revista@clubedores.com.br](mailto:revista@clubedores.com.br)  
Jornalista e gestor de mídias eletrônicas: Bruno Mello Mtb 17741  
[digital@clubedores.com.br](mailto:digital@clubedores.com.br)  
Progr. Visual e Projeto Gráfico: Magali Etges Rodrigues  
[visual@clubedores.com.br](mailto:visual@clubedores.com.br)

Coordenação: Carlos Alberto C. Londero  
Colaboração: Ildomar Pasa  
Revisão Final: Alfran Caputi  
Fotógrafo: Fernando Camargo Mtb 1204  
Tiragem: 17.500 mil exemplares  
Impressão: Gráfica e Editora Pallotti

# EDIÇÃO 140

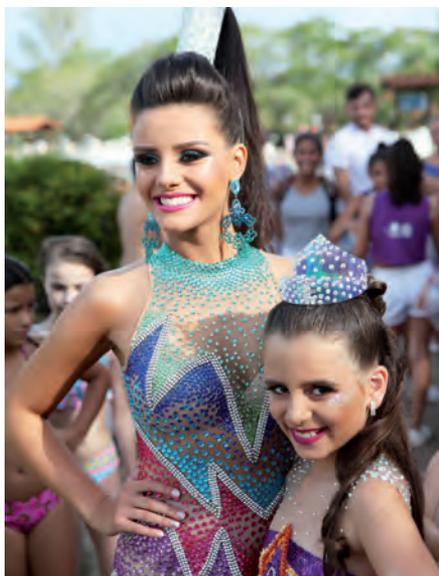
- 08 JANTAR PAIS E FILHOS:  
O RÉVEILLON DORENSE EM FAMÍLIA
- 30 DEPARTAMENTO TRADICIONALISTA:  
DORENSES PARTICIPAM DE CONGRESSO
- 44 FÁBRICA DE PRÉ-MOLDADOS: O DORES  
EM TODAS AS FASES DAS OBRAS
- 52 EXAME DE FAIXAS DO KARATE:  
ATLETAS DORENSES EM AVALIAÇÃO
- 60 O ASSOCIADO QUER SABER:  
CRIANÇAS NAS NOITES DE CARNAVAL

## 50 PILATES OU IOGA?

Conheça os conceitos e benefícios de cada uma das modalidades oferecidas pelo Clube Recreativo Dores.



## 10 RAINHAS DO CARNAVAL



Veja como foi a apresentação das rainhas do Carnaval Galáxia Dorenses e conheça quem são as duas soberanas dorenses.

## 36 OBRAS



Em que as equipes de obras, manutenção e pintura estão trabalhando atualmente? Saiba quais novidades estão sendo preparadas.

## 54 ESCOLINHAS ESPORTIVAS



As escolinhas de iniciação ao esporte estão retornando às atividades. Confira quais são as modalidades e como participar!



# AGENDE-SE

CONFIRA NOSSAS DICAS PARA VOCÊ APROVEITAR O CLUBE

## FEVEREIRO

04 - DOMINGO

O que: Grito de Carnaval  
Onde: Sede Campestre

10 A 13 - SÁBADO A TERÇA

O que: Carnaval Galáxia Dores  
Onde: Salão Nobre

16 - SEXTA

O que: Colação Administração, Jornalismo e Propaganda e Publicidade (Unifra)  
Onde: Salão Nobre

17 - SÁBADO

O que: Colação A.T. Enfermagem e Nutrição UNIFRA  
Onde: Salão Nobre

23 - SEXTA

O que: Colação A.T. Medicina Veterinária  
Onde: Salão Nobre

24 - SÁBADO

O que: Baile A.T. Medicina Veterinária  
Onde: Salão Nobre

## MARÇO

24 - SÁBADO

O que: Jantar Infantil "Baixinhos em Ação" - Posso da rainha de Festas Infantil  
Onde: Salão Nobre

## ABRIL

14 - SÁBADO

O que: Jantar dos Casais  
Onde: Salão Nobre

28 - SÁBADO

O que: Os Embalos de sábados a noite  
Onde: Salão Nobre

## REVISTAS DEMAIS?

Se você recebe em sua casa mais de um exemplar da Dorensê em Revista (é o caso de mais de um titular no mesmo endereço) e não acha necessário, solicite a interrupção para a Secretaria: [secretaria@clubedores.com.br](mailto:secretaria@clubedores.com.br)

## ATENÇÃO:

**NOS DIAS 12 E 13 DE FEVEREIRO NÃO SERÃO REALIZADOS EXAMES DERMATOLÓGICOS DEVIDO AO CARNAVAL (12) E FERIADO (13).**

**NOS DIAS 13 E 25 DE FEVEREIRO A ACADEMIA DORES FITNESS NÃO ABRIRÁ DEVIDO AO CARNAVAL (13) E MANUTENÇÃO (25).**

**MENORES DE 14 ANOS NÃO ENTRAM, EM HIPÓTESE ALGUMA, NOS BAILES NOTURNOS DE CARNAVAL. MAIS INFORMAÇÕES NA PÁGINA 60 DESTA EDIÇÃO DA DORENSE EM REVISTA.**



# REABERTURA DAS ESCOLINHAS



Após breve pausa, as Escolinhas do Dores estão voltando à ativa! Confira as que já retornaram e as datas das atividades que logo iniciarão!

As matrículas devem ser feitas, obrigatoriamente, na Secretaria do Clube, tanto para **alunos novos**, como também para **alunos que participaram das escolinhas em 2017**.

## RETOMADAS

- ✓ Jump
- ✓ Pilates
- ✓ Zumba
- ✓ Judô



## VOLTAM EM MARÇO

- ✓ Bike
- ✓ Dança
- ✓ Dança de Salão
- ✓ Natação
- ✓ Vôlei
- ✓ Hidro
- ✓ Tênis
- ✓ Patinação
- ✓ Futsal (sub 5)



## DATA ESPECIAL: FUTSAL

- ✓ Turmas: sub 7, sub 9, sub 11 e sub 13/15
- Matrículas: 1º/02 | Início das aulas: 19/02



**Viva aqui  
a sua melhor  
escolha em:**

- **ADMINISTRAÇÃO**
- **ENFERMAGEM**
- **GESTÃO COMERCIAL**
- **PSICOLOGIA**

*É também em nossos cursos técnicos:*

- **ENFERMAGEM**
- **INFORMÁTICA**
- **RADIOLOGIA**



O MERCADO DE TRABALHO MAIS PRÓXIMO DE VOCÊ.

[f @fisma.faculdade](https://www.facebook.com/fisma.faculdade) [www.fisma.edu.br](http://www.fisma.edu.br)

**Sede:** Rua José do Patrocínio, 26 | (55) 3025-9725

**Unidade I:** 5º andar da Policlínica Provedor Wilson Aita - Avenida Presidente Vargas, 2355 | (55) 3025-9750

# GAROTA DO SOL 2018

**NOVA DATA**

**INSCRIÇÕES ABERTAS NO SETOR DE EVENTOS**

**18  
FEV**

**17h**

**PALCO DA SEDE  
CAMPESTRE**

# LIQUIDA

EM ATÉ 1+4 **5X** SEM JUROS

## PREÇOS PRA ZERAR O ESTOQUE



MASSA CORRIDA  
SUVINIL 28Kg  
DE R\$ **84,00** POR R\$ **69,00**



ACRÍLICO SEMIBRILHO  
CORAL 18L  
DE R\$ **289,00** POR R\$ **229,00**



ESMANTE BRILHANTE  
PREMIUM CORALIT 3,6L  
DE R\$ **74,00** POR R\$ **59,00**



ACRÍLICO SEMIBRILHO  
PREMIUM HYDRONORTH 18L  
DE R\$ **289,00** POR R\$ **239,00**



TINTA PISO PREMIUM  
HYDRONORTH NOVOPISO 18L  
DE R\$ **189,00** POR R\$ **149,00**



SELADOR ACRÍLICO  
HYDRONORTH 18L  
DE R\$ **78,00** POR R\$ **59,00**

# SUL CORES

AGORA EM 3 ENDEREÇOS:

AV. N.º 5ª MEDIANEIRA, 720  
**3026-6005**

CAMOBI - FAIXA NOVA  
BR 287, KM 235, 6410  
**3219-4600**

AV. HÉLVIO BASSO, 390  
**3213-3030**

Indicada por quem entende de pintura.

[www.sulcores.com.br](http://www.sulcores.com.br) | sulcores

\*Condição anunciada em 5X, entrada à vista em dinheiro ou cheque + 4X sem juros, parcela mínima R\$ 30,00. Válido até 18/02/2018.

Lojas em: SANTA ROSA | SANTO ÂNGELO | JUI | PASSO FUNDO | ERECHIM | LAJEADO | SANTA CRUZ DO SUL | SANTA MARIA | CACHOEIRA DO SUL | CANOAS



## Um ano que inicia vibrante



Logo acima, as rainhas de festas infantil, Bianca, e adulta, Bruna. No topo, a decoração, o jantar, o show de fogos e momentos do brinde de ano novo e do baile. Na página ao lado, algumas das famílias dorenses que prestigiaram o evento.

O Réveillon carrega uma série de significações para as cores das roupas usadas na virada do ano. O laranja é a cor do afetivo, da energia e da prosperidade. Ele estimula o otimismo, a generosidade e representa a noção de que tudo é possível. Já o amarelo, desperta leveza, descontração e a jovialidade. Para a festa, demonstra a disposição de brilhar e esbanjar felicidade e vibração. Para a decoração do Jantar Pais & Filhos, a aposta foi em ambas as cores.

Desde o início da noite do dia 31 de dezembro, os convidados foram recebidos com leveza e alegria. As rainhas de festas adulta, **Bruna Flores Campos**, e infantil, **Bianca Ávila Colvero**, adicionaram a beleza à receita da festa, recepcionando e acolhendo a todos que chegavam.

### UMA FESTA PREPARADA COM ESMERO

Cada detalhe do Jantar Pais & Filhos foi pensado com antecedência, para que os convidados dorenses desfrutassem de momentos de pura alegria e confraternização. O conceito

das cores, escolhidas pelo Setor de Eventos, foi tornado realidade através da decoração do Salão Querência, realizada por **Babette by Denise**. Além da decoração, o rico jantar, servido na última hora do ano, foi servido pela equipe Babette.

Durante a confraternização inicial e ao longo da refeição, o som ficou por conta de **Patrick Cortez**. O músico garantiu a diversidade de temas musicais, indo de clássicos de festas de final de ano até "Amei te ver", do cantor Tiago Iorc. Na parte final da noite, após a virada, **Druzian Sonorizações** assumiu a animação, com músicas vibrantes e escolhidas a dedo para a ocasião. Diversão garantida para os presentes.

ADEUS, ANO VELHO! FELIZ ANO NOVO!

Poucos minutos antes da virada do ano, os convidados do Jantar Pais & Filhos fizeram um grande brinde. Nele, votos de felicidade, sucesso, prosperidade e amor preencheram a festa. Quando faltavam apenas segundos para 2017 acabar, todos foram chamados ao lado de fora do salão.

A noite, por si só, estava bela e estrelada, em um céu limpo de quaisquer nuvens. Então, quando a contagem regressiva zerou, fogos de artifício garantiram um pequeno show a parte. Se o intuito dos presentes era um Réveillon marcante, o Clube Recreativo Dores garantiu um.

#### UMA NOITE PARA SE PASSAR EM FAMÍLIA

O Jantar Pais & Filhos não se chama assim à toa. Mesmo que o Clube ofereça uma noite memorável — decoração impecável, jantar delicioso, música envolvente e um show de fogos deslumbrante — o mais importante foi a celebração entre os convidados dorenses.

Tanto nas mesas, quanto na pista de dança, risos, cumplicidade e fraternidade marcaram a virada de ano dos associados e convidados. Mais do que qualquer voto que se fizesse durante o brinde, o maior presente cada um já havia recebido: comemorar a chegada de 2018 entre os seus, em família, entre pais & filhos.



SE TEM **VIGILLARE**,  
TEM **TRANQUILIDADE**.

Temos sempre muitas preocupações,  
mas quando se tem Vigillare,  
a segurança do lar não é uma delas.

**Conheça nossos planos!**



[www.vigillare.com.br](http://www.vigillare.com.br)

(55) 3221 0101

[f /vigillare-monitoramento](https://www.facebook.com/vigillare-monitoramento)

# AS ESTRELAS DA GALÁXIA DORES

TAL QUAL GIGANTES BRANCAS<sup>1</sup>, AS ESTRELAS MAIS LUMINOSAS DA ASTRONOMIA, O BRILHO DAS RAINHAS DO CARNAVAL 2018 DO CLUBE RECREATIVO DORES IGNOROU A CHUVA E MOSTROU QUE NENHUMA LUZ É MAIOR QUE A DA VERDADEIRA MAJESTADE.

O domingo reservado para a apresentação das rainhas do Carnaval Galáxia Dores, 14 de janeiro, amanheceu com um céu duvidosamente nebuloso. Mesmo o mau tempo não chegaria a ser um impedimento real para o evento, mas inviabilizaria sua realização no palco da Sede Campestre.

Chegado o final da tarde, não havia grande melhora até próximo das 18h, meia hora antes do marcado. Com o pouco de sol fulgurando como um raio de esperança, a equipe técnica envolvida iniciou a montagem do som. Os associados, ansiosos por conhecerem as novas soberanas, já lotavam o gramado.

Em um susto breve, a chuva voltou numa última pancada e se foi de vez. O som foi devidamente preparado e funcionários dorenses secaram o piso onde as rainhas seriam apresentadas. A luz da Galáxia Dores brilharia no palco!

## A REALEZA NUNCA PERDE A MAJESTADE

A apresentação do evento ficou por conta de **Vilceu Godoy**, que, logo na abertura, anunciou a **Minibateria Sambadores**, responsável pela animação musical. Com os sambas enredo no ar, todos já cantavam e pulavam em ritmo de folia, quando as corte infantil foi chamada.

As primeiras estrelinhas do final de tarde foram as crianças do **Bloco Xameguinho**. Em uma rápida passagem pelo palco, mostraram que nas tardes de Carnaval, alegria e empolgação não faltarão.

Com os aplausos do público, as primeiras rainhas a mostrarem o samba no pé foram as representantes do "Alô, Alô, Realeza", a edição 2017 do Carnaval dorense. Primeiro **Isabela Machado**, a rainha infantil, e depois **Paola Moro**, rainha adulta, mostraram que, no que depender delas, o samba jamais irá morrer.



<sup>1</sup>Gigante Branca<sup>1</sup>: na realidade, tomamos uma licença poética na afirmação. As estrelas gigantes (cujo brilho é de 10 a 1.000 vezes maior que o do Sol que conhecemos) são pequenas, caso comparadas às estrelas supergigantes (até 600 mil vezes mais brilhantes) ou às hipergigantes (literalmente, um milhão de vezes mais brilhantes).

## AS ESTRELAS SÃO AS RAINHAS

Vestida nos temas galáticos, preparados pelo estilista **Alisson Fernandez**, a nova rainha infantil deu a largada no Carnaval Clube Dores 2018. **Amanda de Almeida** encantou a todos com sua graça infantil e, após a apresentação, recebeu a faixa das mãos de sua antecessora.

A soberana que comandará as noites de folia foi a última a ser revelada. Rainha infantil do Carnaval 2009, **Giovana Negrini** mostrou que o samba no pé é algo que faz parte de sua identidade e retornou como rainha adulta.

Após Giovana receber sua faixa das mãos de Paola, as quatro rainhas ganharam o palco e, imediatamente, a devoção do público. Mesmo sua coreógrafa, **Fabiana Ávila**, não conteve as lágrimas, tal a emoção proporcionada pelas rainhas dorenses. Quem presenciou o espetáculo atestará: o Carnaval Galáxia Dores, com o perdão do trocadilho, será de outro mundo!

## UMA GOSTOSA E DIVERTIDA PARCERIA

Durante todo o evento, uma equipe da empresa **Delivery Much**, patrocinadora do Bloco Xameguinho, ajudou na animação do público. Além de um mascote e uma moldura simulando o aplicativo *Instagram*, para *selfies*, eles distribuíram 300 bolas de plástico, para a diversão das crianças presentes.



- › CORTINAS
- › PAPEIS DE PAREDE
- › PERSIANAS
- › TAPETES
- › TECIDOS
- › PISOS
- › LAMINADOS

# Renove sua casa

Tudo em  
**10x**

Inovar o ambiente para renovar inspirações.

**MICHELLE**  
DECORAÇÕES CAMA MESA BANHO



# UMA VIDA, NO CLUBE, PELA FRENTE

NASCIDA DORENSE, A NOVA RAINHA INFANTIL DO CARNAVAL DANÇA DESDE QUE TEM IDADE PARA FREQUENTAR A DANCE ONE DORES E É INTEGRANTE DO XAMEGUINHO HÁ METADE DE SUA VIDA. ELA ALCANÇOU UM SONHO, MAS MIRA AINDA MAIS ALTO.

Na galeria de fotos no topo da página: Amanda curte um dia de bricadeiras na Sede Campestre com sua amiga Bianca Ávila Colvero; nos bastidores do Santa Maria em Dança com os pais, Sandra e Rosan; se apresentando no festival de final de ano da Dance One Dorens em 2016; novamente no palco do espetáculo de final de ano da Dance One Dorens, desta vez em 2018.

**Amanda Massirer de Almeida** frequenta o Clube Dorens desde o início de seus dez anos. Com a idade mínima, dois anos, ingressou na turma de baby class da Dance One Dorens. Com cinco anos passou a fazer parte da corte infantil do Carnaval dorens, o Xameguinho. Além das atividades formalmente organizadas, passou um sem número de horas de lazer entre as Sedes Central e Campestre junto aos pais, **Sandra e Rosan de Almeida**, e o irmão, **Lucas**.

Com as mãos segurando o queixo, uma expressão de extrema surpresa e um "Ohhhhhh", a pequena Amanda simulou a própria reação ao receber o convite para ser rainha do Carnaval. A dorens conta que sonhava ser escolhida, mas não pensava que isso aconteceria de fato. Foi com esta mesma leveza que levou a maratona de preparação e ensaios, pesada mesmo para uma adulta.

Perguntada sobre a preocupação e o nervosismo de ter que ser a pessoa mais animada do baile, Amanda simplesmente respondeu: *"Eu não tinha pensado nisso"* e deu de ombros com um sorriso tranquilo. Segundo a mãe, Sandra, Amanda sempre escolheu o que gostaria de fazer e com o título de rainha do Carnaval não foi diferente. Uma vez que a pequena aceitou, a família apoiou e se organizou para dar todo o suporte necessário.

O pai, Rosan, contou que, por terem profissões que envolvem plantões, estão acostumados a compromissos em horários que para outras famílias seriam estranhos. Mesmo a viagem que pretendiam fazer em janeiro, adiaram para um futuro próximo — *"Sem problemas. Quando der, faremos... Fevereiro, março"*.





Ao lado, dois momentos de lazer da infância de Amanda: brincando na pracinha (com apenas dois anos, em 2009) e fazendo um piquenique com o irmão, Lucas Massirer de Almeida, e uma amiguinha.

#### DE SONHOS E LEVEZA

Desde o início de dezembro, a rainha Amanda encarou ensaios de samba diariamente. Orientada pela professora Fabiana Ávila, a pequena teve uma evolução incrível, garantiram os pais. No final das contas, o público dorense deu o veredito na apresentação das rainhas, no dia 14 de janeiro, com sonoros aplausos e muita emoção.

Mesmo com o Carnaval próximo e os dois dias de compromisso intenso pela frente, Amanda confessou ter outro sonho. *“Quando tiver dezoito anos, quero ser rainha de festas adulta”*, segredou. Imagine, leitor, a felicidade da pequena rainha do Carnaval, quando contamos que, para ser rainha de festas, ela precisava esperar apenas mais cinco anos, e não oito. Logo, pode esperar, daqui alguns anos, a Amanda debutante e, quem sabe, rainha novamente.

Imagem: Illustration. Podemos usar sua foto.



Sócios tem vantagens na  
**RODOAUTO PNEUS**

Balanceamento e alinhamento para carros de passeio:

De R\$ 100,00  
Por **R\$ 65,00**

**EAGLE SPORT**  
205/55R16  
**R\$ 269,90** À VISTA  
OU 12X DE R\$ 26,99



Apresente sua carteirinha de sócio do Clube Dorenses válida e aproveite os descontos.

Siga-nos [f](#) /rodoautopneusgoodyear [i](#) /rodoautopneus

**GOODYEAR**

**RODOAUTO PNEUS**

# DE VOLTA À PASSARELA DO SAMBA

NA EDIÇÃO 32 DA DORENSE EM REVISTA, FORAM APRESENTADAS AS RAINHAS DO CARNAVAL 2009 DO CLUBE DORES. QUASE NOVE ANOS DEPOIS, UMA DELAS VOLTOU PARA MOSTRAR QUE O SAMBA FAZ PARTE DE SI.

Rainha infantil do Carnaval, Garota do Sol, rainha de festas adulta e, agora, rainha adulta do Carnaval. O currículo social de **Giovana Farias Negrini** é longo e expressivo. Entretanto, a jovem de 18 anos é uma pessoa simples, de sorriso fácil e extremamente amável, caso não se deixe intimidar pelos títulos.

Mesmo que se fale em retorno ao Carnaval, devido ao fato de Giovana voltar a ser rainha, ela nunca se distanciou de fato. A cada ano, a associada acompanhou a programação preparada pelo Clube Dores como simples foliã.

Apesar de não ter se afastado das festividades, Giovana recebeu com alegria o retorno a função de rainha. Ela garante que tem uma percepção toda especial pelo que já viveu. Durante os dois meses de preparação, viu na pequena Amanda muito da Giovana do passado. Da mesma forma, lembrou da rainha adulta de sua época, **Bárbara Caroline da Silva**, e tentou ajudar sua companheira tanto quanto foi ajudada em 2009.

Ao lado, Giovana esbanja pompas no Baile de Debutantes de 2015, quando representava o Clube como rainha de festas adulta. Abaixo, à esquerda, mostra muito samba no pé na folia de 2009, na qual foi rainha do Carnaval infantil. Logo ao lado, Giovana acompanha a apresentação das rainhas do Carnaval 2016, posando ao lado da rainha infantil, Gabriela Ruviano de Lima.



### UMA LONGA PREPARAÇÃO

Diferentemente de sua companheira, Giovana Negrini recebeu o convite para ser rainha do Carnaval logo após a folia de 2017. Feliz pela oportunidade, a dorense se preparou da melhor forma possível durante todo o ano passado.

Entre academia e aulas de dança — atividade que pratica no Clube Dores desde criança — Giovana manteve uma rotina intensa, para que chegasse ao verão em seu auge físico. Em janeiro, brincou, dizendo que sua rotina basicamente se resumia a ensaiar e tomar banhos de sol.

Com toda a experiência da associada, bem como o tempo para se acostumar com a ideia de comandar a animação das noites de Carnaval, Giovana explicou que o nervosismo não chegou a pegá-la. Segundo a rainha, sambar é uma coisa que faz parte dela e que é algo do qual tem orgulho.

Na reta final pré-folia, o foco de Giovana Negrini não é no temor de não ser o suficiente, mas a vontade de dar o seu melhor. Tendo consciência de que deve ser a foliã



mais vistosa e animada, ela não se contentará em ser nada menos do que o seu máximo.

Com a certeza de que o Galáxia Dores será um Carnaval inesquecível, a rainha reforçou o convite para que todos compareçam à folia. No Clube Dores se fazem os verdadeiros Carnavais e este ano vai estar imperdível, convidou.

Acima, Giovana posa ao lado de sua professora de dança e coreógrafa, Fabiana Ávila, nos bastidores da apresentação das rainhas do Carnaval 2018.

# BIBLIOTECA

Horário de funcionamento:  
segunda a sexta, das 14h às 20h  
sábado, das 8h às 14h  
Informações 2103.2810



## O Menino de Alepo - Sumia Sukkar

Esse romance, que se passa em meio à guerra da Síria, conta a história de um menino que sofre de Síndrome de Asperger e vive uma vida tranquila com a família em Alepo até estourar o conflito. Seus irmãos são convocados para o exército, seus pais desaparecem, a cidade encontra-se sitiada e ele e a irmã mais velha, sua melhor amiga e guardiã, tentam cruzar o país para tentar encontrar com os irmãos em Damasco. Quando a irmã acaba sequestrada por soldados do Estado Islâmico, o protagonista é obrigado a tentar se comunicar com o mundo através de cores, tintas e pinturas para chegar até seu destino, contando com a solidariedade das pessoas que encontra pelo caminho e encarando os horrores da guerra de forma muito peculiar e emocionante.



## Muito Além Do Inverno - Isabel Allende

Em meio a uma nevasca no Brooklyn, aos 60 anos, Richard Bowmaster, um professor universitário, bate na traseira do carro de Evelyn Ortega, uma jovem migrante ilegal da Guatemala. O que a princípio parecia apenas um pequeno incidente toma um rumo imprevisível e muito mais sério quando Evelyn aparece na casa do professor em busca de ajuda. Confuso com a situação e sem entender o espanhol falado pela jovem, ele pede ajuda a sua inquilina, Lucía Maraz, uma chilena de 62 anos, que está passando uma temporada nos Estados Unidos como palestrante na mesma universidade em que Richard dá aula. Juntas, essas pessoas tão diferentes embarcam em uma dramática e incrível aventura, que vai do Brooklyn do presente à Guatemala de um passado recente, do Chile dos anos 1970 ao Brasil dos anos 1980, e na qual descobrem sua força interior. Para Lucía e Richard, além de tudo, significa uma nova chance para o amor.



## O Gigante Enterrado - Kazuo Ishiguro

Uma terra marcada por guerras recentes e amaldiçoada por uma misteriosa névoa do esquecimento. Uma população desorientada diante de ameaças múltiplas. Um casal que parte numa jornada em busca do filho e no caminho terá seu amor posto à prova — será nosso sentimento forte o bastante quando já não há reminiscências da história que nos une? Épico arturiano, o primeiro romance de Kazuo Ishiguro em uma década envereda pela fantasia e se aproxima do universo de George R.R. Martin e Tolkien, comprovando a capacidade do autor de se reinventar a cada obra. Entre a aventura fantástica e o lirismo, O gigante enterrado fala de alguns dos temas mais caros à humanidade: o amor, a guerra e a memória.

### Lista de livros novos

Magnus Chase e os Deuses de Asgard vol.3 - Rick Riordan  
O Homem Mais Feliz Da História - Augusto Cury  
No Seu Pescocoço - Chimamanda Ngozi Adichie  
Os Bórgias - Mario Puzo  
Uma Mulher Livre - Danielle Steel  
Asas de Fogo, A Profecia Dos Dragões - Tui T.Sutherland

### Doadores

Simone B.Petry  
Fabiane B.Pozzatti  
Silvia Regina Bortoluzzi  
Nubia D. Noda





# Viva aqui a sua melhor escolha em:

- **ADMINISTRAÇÃO**
- **ENFERMAGEM**
- **GESTÃO COMERCIAL**
- **PSICOLOGIA**

*E também em nossos cursos técnicos:*

- **ENFERMAGEM**
- **INFORMÁTICA**
- **RADIOLOGIA**



[f @fisma.faculdade](https://www.facebook.com/fisma.faculdade) [www.fisma.edu.br](http://www.fisma.edu.br)

**Sede:** Rua José do Patrocínio, 26 | (55) 3025-9725

**Unidade I:** 5º andar da Policlínica Provedor Wilson Aita - Avenida Presidente Vargas, 2355 | (55) 3025-9750



**Ludfor**  
consultoria em energia

INTELIGÊNCIA EM GESTÃO DE ENERGIA PARA O  
**MERCADO LIVRE**

☎ ▶ (54) 3451-1413    ✉ ▶ ludfor@ludfor.com.br    f ▶ fb.com/ludforenergia

RUA 13 DE MAIO, 383/SL 04 | CENTRO | BENTO GONÇALVES/RS



## CONTOS E CRÔNICAS

Alfran Caputi, vice-presidente de Cultura do Clube Dores, cronista e articulista, já publicou em vários jornais da cidade e região mais de mil crônicas e artigos. Participou do livro *Ao Pé da Letra*, escreveu o livro sobre os Trinta Anos do Clube Recreativo Dores e, publicou os livros *Abrindo Arquivos e Reminiscências* – uma coletânea de crônicas e artigos de sua autoria.

# O CÉU E O INFERNO ESTÃO AQUI?

Quem para um pouco para pensar pode, facilmente, chegar à conclusão de que o céu e o inferno estão aqui mesmo em nosso mundinho. Até mesmo os estágios intermediários podem ser encontrados.

Quando vimos o estado em que vivem as crianças africanas, as populações carcerárias de países pobres, as meninas campesinas chinesas, os dependentes químicos e outras feridas abertas da sociedade humana, temos certeza de que vivem praticamente no inferno.

No purgatório, estão aqueles em estado de recuperação dos revezes sofridos. Muitas vezes, é uma doença. Outras vezes, é a perda de um ente querido. Podem ser também dificuldades e percalços que, aparentemente, não merecem. Tudo faz parte da expiação. Conforme a pessoa aceitar e resolver seus problemas, poderá descer ou subir.

Temos também o paraíso. Local onde estão aqueles que aparentam ter de tudo e parecem felizes. Não têm necessidades materiais e gozam de boa saúde. Têm sobras que permitem até um certo exagero. No entanto, não estão totalmente satisfeitos. Lembram-se de Adão e Eva?

E o céu? Existe neste mundo? Claro que existe. Mas, como sabemos, para o céu muitos serão os chamados, poucos os escolhidos. Nele vivem pessoas que conseguiram satisfazer as necessidades materiais e espirituais. Conseguiram entender que felicidade não é apenas ter, mas também ser e fazer. Que amor não é apenas para ser recebido, mas também para ser doado. Entenderam que existe grande diferença entre aquilo que achamos necessário para se feliz e o que realmente necessitamos para alcançar a felicidade.

É certo que são muito poucos os representantes desta categoria em nossos dias. Às nossas mentes logo acorrem nomes de personagens superconhecidas no mundo. Mas não podemos esquecer que, muitas vezes, estão no anonimato as melhores almas contemporâneas.

WPB

Para **abrir caminhos**, é preciso ir fundo. O serviço de escavações abre os caminhos da **Brita Pinhal**.

**BRITA PINHAL**

COMÉRCIO DE BRITAS • USINA DE ASFALTO  
SANEAMENTO • MUROS DE CONTENÇÃO • PONTES  
PAVIMENTAÇÃO • ESCAVAÇÃO • TERRAPLANAGEM

**PALLOTTI**

# MEMÓRIA

O Dorens é um clube com mais de 30 anos repletos de histórias. Para relembrar e homenagear as personagens deste percurso, a Dorens em Revista faz um resgate nos registros fotográficos destas mais de três décadas. Aqui, você conhecerá fatos importantes e interessantes da trajetória dorens.

## O PRIMEIRO CARNAVAL A SER NOTÍCIA NO "O DORENSE"

A temporada de verão de 1983 do Clube Recreativo Dorens trouxe uma novidade para o associado. Nela foi lançado o jornal "O Dorens", veículo oficial da agremiação. Com função de noticiar ao associado aquilo que aconteceu e informar sobre aquilo que ainda viria acontecer, o veículo chegava para servir de intermédio entre as instâncias administrativas e o associado dorens.

Já em sua segunda edição (janeiro, fevereiro e março de 1983), O Dorens trazia em suas páginas a notícia da escolha das rainhas do Carnaval daquele ano. No dia 28 de novembro de 1982, foi escolhida a rainha adulta. Em um concurso no qual desfilaram sete candidatas, brilhou a estrela de **Elizabeth Schmitter**. Logo após a virada do ano, em 2 de janeiro, foi vez do concurso para rainha do Carnaval infantil. Entre as 13 participantes, se sobressaiu a pequena **Juliana Lima Moreira**.

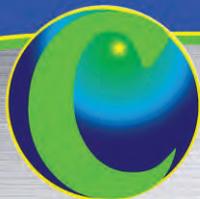
Juntamente com a escolha das rainhas, o número dois do jornal O Dorens noticiou o tema da folia daquele ano. "Fantasia 83" foi o mote norte dos decoradores **Omar Bonilla**



e **José Rubem Mallea** ao criar os ambientes dos bailes.

Em fevereiro de 2018, exatos 35 anos depois da publicação do número dois d'O Dorens, esta edição da Dorens em Revista (número 140) mostra quem são as rainhas responsáveis pela animação do Carnaval "Galáxia Dorens", que você conheceu nas páginas de 10 a 15.

Na edição de janeiro a março de 1983 do jornal "O Dorens", foram apresentadas as vencedoras dos concursos internos para rainha do Carnaval: a rainha adulta, Elizabeth Schmitter (à esquerda), e a rainha infantil, Juliana Lima Moreira, (abaixo).



**Orgatec**  
Contabilidade

*Amauri J. Londero*  
CRC-RS: 38.968/O

*Michel B. Bevilacqua*  
CRC-RS: 73.248/O

*Gustavo D. M. Londero*  
CRC-RS: 94.015/O

- ☎ Contabilidade
- ☎ Imposto de Renda
- ☎ Consultoria Contábil e Tributária
- ☎ Organização e Assessoria Empresarial

Fones: |55| 3222.2733  
3225.3203 - 3226.2683

Rua Bento Gonçalves, 98 - Sala 02  
Nsrª Dorens, Santa Maria - RS  
CEP: 97050-090

# MEMÓRIA

O Dorenses é um clube com mais de 30 anos repletos de histórias. Para relembrar e homenagear as personagens deste percurso, a Dorenses em Revista faz um resgate nos registros fotográficos destas mais de três décadas. Aqui, você conhecerá fatos importantes e interessantes da trajetória dorenses.

## O PRIMEIRO CARNAVAL A SER NOTÍCIA NO "O DORENSES"

A temporada de verão de 1983 do Clube Recreativo Dorenses trouxe uma novidade para o associado. Nela foi lançado o jornal "O Dorenses", veículo oficial da agremiação. Com função de noticiar ao associado aquilo que aconteceu e informar sobre aquilo que ainda viria acontecer, o veículo chegava para servir de intermédio entre as instâncias administrativas e o associado dorenses.

Já em sua segunda edição (janeiro, fevereiro e março de 1983), O Dorenses trazia em suas páginas a notícia da escolha das rainhas do Carnaval daquele ano. No dia 28 de novembro de 1982, foi escolhida a rainha adulta. Em um concurso no qual desfilaram sete candidatas, brilhou a estrela de **Elizabeth Schmitter**. Logo após a virada do ano, em 2 de janeiro, foi vez do concurso para rainha do Carnaval infantil. Entre as 13 participantes, se sobressaiu a pequena **Juliana Lima Moreira**.

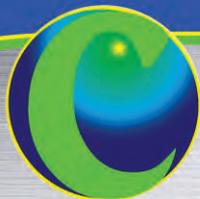
Juntamente com a escolha das rainhas, o número dois do jornal O Dorenses noticiou o tema da folia daquele ano. "Fantasia 83" foi o mote norte dos decoradores **Omar Bonilla**



e **José Rubem Mallea** ao criar os ambientes dos bailes.

Em fevereiro de 2018, exatos 35 anos depois da publicação do número dois d'O Dorenses, esta edição da Dorenses em Revista (número 140) mostra quem são as rainhas responsáveis pela animação do Carnaval "Galáxia Dorenses". Continue a leitura e conheça quem são as novas soberanas dorenses!

Na edição de janeiro a março de 1983 do jornal "O Dorenses", foram apresentadas as vencedoras dos concursos internos para rainha do Carnaval: a rainha adulta, Elizabeth Schmitter (à esquerda), e a rainha infantil, Juliana Lima Moreira, (abaixo).



**Orgatec**  
Contabilidade

*Amauri J. Londero*  
CRC-RS: 38.968/O

*Michel B. Bevilacqua*  
CRC-RS: 73.248/O

*Gustavo D. M. Londero*  
CRC-RS: 94.015/O

- ☎ Contabilidade
- ☎ Imposto de Renda
- ☎ Consultoria Contábil e Tributária
- ☎ Organização e Assessoria Empresarial

Fones: |55| 3222.2733  
3225.3203 - 3226.2683

Rua Bento Gonçalves, 98 - Sala 02  
Nsrª Dorenses, Santa Maria - RS  
CEP: 97050-090

# POUCA VOGAL

Personalidades ilustres que estiveram no Clube Recreativo Dores e assinaram nosso livro de autógrafos.

## GESSINGER+LEINDECKER

O Pouca Vogal foi um projeto de Humberto Gessinger e Duca Leindecker que, entre 2008 e 2012, percorreu o país apresentando um show com canções novas e sucessos das bandas Engenheiros do Hawaii e Cidadão Quem. Atualmente, os artistas dedicam-se às gravações de seus discos solo.

Ainda durante o primeiro ano de turnê, a dupla, que se autointitulava “a menor banda do rock gaúcho”, realizou uma apresentação no Clube Recreativo Dores. Pouco antes de subir ao palco, no dia 6 de novembro, ambos assinaram o livro de personalidades ilustres.



Eurico Salis | Divulgação

# LIQUIDA EM ATÉ 5X SEM JUROS

## PREÇOS PRA ZERAR O ESTOQUE



MASSA CORRIDA  
SUVINIL 28Kg  
DE R\$ ~~84,00~~ POR R\$ **69,00**



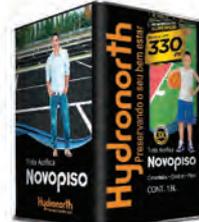
ACRÍLICO SEMIBRILHO  
CORAL 18L  
DE R\$ ~~289,00~~ POR R\$ **229,00**



ESMANTE BRILHANTE  
PREMIUM CORALIT 3,6L  
DE R\$ ~~74,00~~ POR R\$ **59,00**



ACRÍLICO SEMIBRILHO  
PREMIUM HYDRONORTH 18L  
DE R\$ ~~289,00~~ POR R\$ **239,00**



TINTA PISO PREMIUM  
HYDRONORTH NOVOPISO 18L  
DE R\$ ~~189,00~~ POR R\$ **149,00**



SELADOR ACRÍLICO  
HYDRONORTH 18L  
DE R\$ ~~78,00~~ POR R\$ **59,00**

# SUL CORES

Indicada por quem entende de pintura.

AGORA EM 3 ENDEREÇOS:

AV. N° Sª MEDIANEIRA, 720  
3026-6005

CAMOBI - FAIXA NOVA  
BR 287, KM 235, 6410

3219-4600

AV. HÉLVIO BASSO, 390  
3213-3030

www.sulcores.com.br | sulcores

\*Condição anunciada em 5X, entrada à vista em dinheiro ou cheque + 4X sem juros, parcela mínima R\$ 30,00. Válido até 10/02/2016.

Lojas em: SANTA ROSA | SANTO ÂNGELO | JUÍ | PASSO FUNDO | ERECHIM | LAJEADO | SANTA CRUZ DO SUL | SANTA MARIA | CACHOEIRA DO SUL | CANOAS



**Ludfor**  
consultoria em energia

INTELIGÊNCIA EM GESTÃO DE ENERGIA PARA O  
**MERCADO LIVRE**

☎ ▶ (54) 3451-1413    ✉ ▶ ludfor@ludfor.com.br    f ▶ fb.com/ludforenergia

RUA 13 DE MAIO, 383/SL 04 | CENTRO | BENTO GONÇALVES/RS

# CLICK DORENSE

A Dorense em Revista possui um espaço para divulgação de fotos dos associados com alguma personalidade famosa. Vale também fotografia tirada em alguma viagem, em algum ponto turístico famoso. Aproveite e dê uma dica preciosa sobre o lugar que você conheceu! Não perca tempo e participe de sua Revista! Ao enviar sua foto, o associado está autorizando o Clube a usá-la em suas publicações. E-mail: revista@clubedores.com.br



## GRAMADO...

No finalzinho de 2017, uma galerinha muito especial aproveitou os passeios de Gramado e Canela, na Serra Gaúcha. Na foto, **Heloisa Schorn, Isadora Machado, Eduarda Wagner, Valentina Wagner, Teodoro Martins e Maria Boemo** posam no bondinho da Cascata do Caracol.



## A CAPITAL DOS ULTRALEVES

Os associados **Ana Paula e Deroni Campos** aproveitaram as férias de verão para passear pelas praias de Itapema, em Santa Catarina. Chamada informalmente de "Capital dos Ultraleves", a cidade é sede de um grande encontro de pilotos e aficionados pelo tema.



## ...E CANELA

Na virada do ano, foi a vez do casal dorense **Fabiana Veiga e Guilherme Hambrecht** ver as belezas da Serra Gaúcha. Começando no Natal Luz e recarregando as baterias na Cascata do Caracol, os associados iniciaram 2018 com uma energia de dar inveja.

## A CAPITAL DO TURISMO

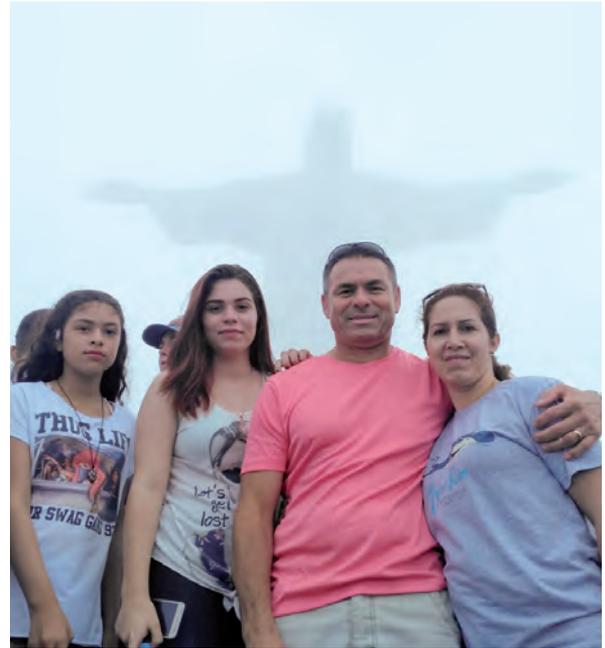
Conhecida como o mais importante destino turístico de Santa Catarina, a cidade de Balneário Camboriú foi o destino da família **Marianof**. **Daiana** e as filhas, **Mariana e Nathalie** desfrutaram das melhores *vibes* praieiras.





### OSÓRIO VISTA DE CIMA

As férias de janeiro da associada **Daiana Rodrigues** e sua filha, **Maria Eduarda**, foram na cidade de Osório, na Região Metropolitana de Porto Alegre. Na foto, as duas curtem a linda vista do Morro Burússia.



### O QUE TE ENCHE OS OLHOS?

Para os associados **Edison Luis dos Santos Rosa**, **Solange Gonçalves Rosa** e suas filhas, **Louize** e **Luana**, foram as belezas cariocas. No Rio de Janeiro, maravilharam-se com os locais visitados.



Qualidade e confiança

[www.megacartuchos.com.br](http://www.megacartuchos.com.br)

☎ 55 30251648

📞 55 981441648

Compre pelo  
Website

Pagamentos em até **12x**

### Multifuncional Laser SAMSUNG M4070fr



R\$  
**1999,00**  
à vista

*Com velocidade de impressão  
e grande ciclo mensal*

### Toner Compátivel HP CB 435/436/285



R\$  
**44,90**  
à vista

*Melhor custo benefício*

# OLHAR DORENSE

Sabe aquela foto sensacional do Clube que você tirou e quer mostrar para todo mundo? Aquele ângulo do toboágua que ninguém viu antes? Mande para nós! As fotos devem ser em boa resolução e sem marcas d'água e serão submetidas à apreciação da comissão editorial.

Com a temporada de verão a todo o vapor e o Dores Praia Park em pleno funcionamento, é natural que os olhares dos associados acabem se voltando para temas relativos às belezas do parque temático. Foi exatamente o que aconteceu nesta edição do "Olhar Dorense": duas associadas, posicionadas praticamente no mesmo ponto, clicaram o bosque do Praia Park, cada uma à sua maneira.



DEISE  
OLIVEIRA

ALINE FONTANA  
DE ÁVILA



## ALUGUEL DE MÁQUINAS DE TODOS OS TIPOS.



MARCENARIA • CONSTRUÇÃO • ANDAIMES • GERADORES • CAMPO E JARDIM

Av. Medianeira, 398  
55 3222 7565  
www.lokarmak.com.br



# SUPER LIQUIDA

**CONSTINTA**<sup>®</sup>

R\$ 44,90



R\$ 54,90



As maiores marcas com os melhores preços você encontra aqui!

R\$ 209,00



R\$ 289,00



RAINHA

Coral

Sparlack

ATLAS  
PINÇES E FERRAMENTAS

3M

SHERWIN  
WILLIAMS

Metalatex

LAZZARINI

AXALTA

f /CONSTINTA

WWW.CONSTINTA.COM.BR

SANTA MARIA | SANTA CRUZ DO SUL  
SANTO CRISTO | NOVO HAMBURGO

# CONSTINTA

A loja mais completa da cidade

Av. Medianeira, 1133 | (55) 3223 3030

Av. Dores, 2357 | (55) 3286 1100

Santa Maria - RS

VISA

MasterCard

BRNRI  
COMPLUS

Hipercard

SICREBI

Verde Card



“...E TUDO QUE EU CONQUISTEI / FOI COM O SUOR DO MEU TRABALHO [...] NÃO ME ENTREGUEI / EU VIM LUTAR / NÃO VOU DEIXAR QUE ALGUÉM / CONQUISTE O IMPOSSÍVEL POR MIM / NÃO VOU DEIXAR”

Os versos mostrados no título e acima são parte da canção “Um cara de sorte”, da banda **Detonautas**. Se há alguém que pode repeti-las com convicção é o associado **Alberto Barreto Goerch**. Graças ao trabalho duro, foi escolhido, no final de 2017, para palestrar sobre Direitos Humanos, representando a faculdade na qual leciona no IX *Encuentro Hispano-Brasileño de Filosofía del Derecho y Derechos Humanos de la Universidad de Sevilla*. A sorte foi poder realizar o sonho antigo de conhecer a Europa, antes e depois do congresso.

Por ter uma prima que reside em Lisboa, a capital portuguesa foi a primeira parada da viagem de Alberto, em 8 de dezembro. A estada durou dois dias e rendeu a grata surpresa de Lisboa ser “uma cidade encantadora”, em suas palavras. Além dos pontos turísticos, provou a culinária típica: bacalhau, sardinha fresca, pastéis de Belém, e ginja (espécie de licor).

De 10 a 12 de dezembro, a parada foi Sevilha, na Espanha, para realizar as palestras. Nas horas livres, passeou pela cidade e garantiu que o ditado “quem não vê Sevilha não vê maravilha” é verdadeiro. A arquitetura, segundo ele, é deslumbrante e singular.

A capital da Espanha, Madri, foi o destino do dia 13. De todos os locais decorados para o Natal, a noite madrilena foi a mais bela. Na lista de adjetivos, Alberto definiu a cidade como moderna, cosmopolita e linda.

O principal destino turístico do associado era Paris, a capital da França. Para visitar a cidade-luz, Alberto reservou cinco dias. “*Precisaria de um livro para descrever a emoção de estar lá, chorei todas as vezes que vi a Torre Eiffel, ela realmente é demais*”, descreveu. Segundo ele, respirar ares parisienses é respirar história. Realizado o sonho de infância, ele garante: Paris é seu lugar preferido no mundo e voltará quando puder. “*Não é um lugar para se conhecer em apenas uma ou duas viagens*”, finalizou.





Na manhã de 18 de dezembro, Alberto embarcou num trem com destino à cidade de Bruxelas, capital da Bélgica. Uma cidade belíssima, atestou, contrasta o antigo e o moderno. A beleza arquitetônica clássica é “rasgada” por construções modernas, descreveu.

Ainda no dia 18, o dorense partiu para Bruges, também na Bélgica. Uma cidadela medieval, segundo Alberto é como aqueles quadros de “casa de vó” — casa de pedra, um riacho, cisnes e uma passarela — “Um sonho!”.

O destino final da viagem foi Amsterdã, capital holandesa, na qual Alberto permaneceu três dias. Lá, o associado fez passeios de barco pelos canais e, nas ruas, contou nunca ter visto tantas bicicletas em um só lugar. A estada em Amsterdã também o presenteou com neve e a chance de conhecer a casa de Anne Frank. Além da arquitetura intrigante garantir um visual especial, até o cheiro da cidade é peculiar, garantiu.

De volta a Santa Maria, Alberto chegou com a mala cheia de memórias e o coração repleto de satisfação. Com o sonho do retorno a Paris, voltamos à metáfora da música: “Eu vim dizer / Que eu voltei / Pro meu lugar / Não vou deixar que alguém / Conquiste o impossível por mim / Eu não vou deixar”.

## VIVA NOVAS EXPERIÊNCIAS

Consulte nossos agentes de viagem.

**PROGrame suas próximas férias com a TRAVEL MIX!**

**Período: 16 a 23/05/2018 - 08 dias**

Passagem aérea POA/ Porto Seguro/ POA; Transfer aeroporto/ hotel / aeroporto; City Tour; 07 noites de hospedagem com refeições conforme Resort escolhido.

A partir de:

**10x R\$ 189,00**

**RESORTS EM PORTO SEGURO**

Por pessoa em apto duplo sujeito a alteração. Taxa de embarque: R\$355,00

**GRUPO TRAVEL MIX**

**Período: 19 a 30/05/2018 - 07 noites**

Passagem aérea ida e volta desde Porto Alegre; Traslado hotel/ aeroporto/ hotel; Berlim: 2 noites de hotel; Praga: 3 noites de hotel; Viena: 2 noites de hotel; Budapeste: 3 noites de hotel; Categorias dos hotéis superiores com café da manhã; 7 passeios incluído conforme roteiro; Visita Castelo de Praga; Acompanhante Travel Mix para um mínimo de 35 pessoas pagantes.

**BERLIM A BUDAPESTE**

**Consulte valores**

**GRUPO TRAVEL MIX**

**Período: 01/06 a 10/06/2018 - 08 noites**

Passagem aérea, ida e volta desde POA; 8 noites em hotéis com café da manhã buffet; Ônibus de luxo durante o tour; Traslados; Guia acompanhante profissional durante todo o percurso em ônibus; Visitas panorâmicas com guia local em Florença, Roma e muitas visitas com nosso guia correio; Cruzeiro no Lago Garda; Barco em Veneza com cruzeiro pelas ilhas da lagoa; Passeio pelo bairro de Trastevere em Roma.

**O MELHOR DA ITÁLIA**

**Consulte valores**

**Saídas: 17/07 e 24/07 - 07 noites**

Passagens aéreas desde Porto Alegre voando Copa Airlines; 07 noites de hospedagem com all inclusive; traslados de chegada e saída; Seguro viagem internacional.

A partir de:

**USD 379,00 + 9X USD 129,00**

**PUNTA CANA**

Valores por pessoa em acomodação dupla. IVA e portuária USD 10,00 e taxa de embarque USD 122,00 por PAX

**travelmix**  
Sua Referência em Turismo

**redetur**  
SOLUÇÕES EM VIAGENS

Santa Maria  
Av. Medianeira, 1845  
55 | 3222 3322

Porto Alegre  
Rua Mostardeiro 392/501  
51 | 3222 3377

www.travelmix.com.br  
Facebook:  
travelmixturismo

Condições: Os preços publicados são por pessoa em apto duplo válidos p/ saídas mencionadas (exceto feriados). Válidos até um dia após esta publicação, sujeitos a reajustes s/ aviso prévio. Oferta de lugares limitados e reservas sujeitas a confirmação. Valores não incluem taxas de embarque. Dólares e Euros serão convertidos ao câmbio do dia da compra.

# PEIXE E LEGUMES PARA O VERÃO



## ISCAS DE PESCADA COM MOLHO TÁRTARO

Começa pela escolha do peixe: a pescada, bem acessível. E termina no molho que acompanha o petisco. Que tal o tártaro, feito com mostarda dijon, pickles e alcaparras?

### PARA O MOLHO

#### INGREDIENTES

2 gemas  
1 colher (chá) de vinagre de vinho branco  
1 colher (chá) de mostarda de Dijon  
½ xícara (chá) de óleo  
1 colher (sopa) de azeite  
2 pickles picados fino  
2 colheres (sopa) de alcaparra picada  
1 talo de cebolinha picada  
sal e pimenta-do-reino moída na hora a gosto

#### MODO DE PREPARO

1. Coloque as gemas, o vinagre e a mostarda numa tigela funda. Sob ela, coloque um pano úmido para que a tigela não fique sambando enquanto você bate a mistura.
2. Com um batedor de arame, bata vigorosamente a mistura, até que ela fique pálida.
3. Sem parar de bater, vá acrescentando o óleo em fio, até que vire um creme espesso. Fica ainda mais fácil se outra pessoa for regando o azeite lentamente enquanto você bate a mistura vigorosamente.
4. Quando a maionese estiver bem firme, pare de bater e verifique o sabor. Algumas mostardas são tão salgadas que dispensam o uso do sal. Se quiser, tempere com uma pitada de sal.
5. Junte o pickles picado, as alcaparras e a cebolinha e misture delicadamente. Reserve na geladeira até a hora de servir.

### PARA O PEIXE

#### INGREDIENTES

4 pescadas cortadas em filé  
caldo de ½ limão  
sal e pimenta-do-reino moída na hora a gosto  
½ xícara (chá) de farinha de trigo  
½ litro de óleo para fritar  
gomos de limão

#### MODO DE PREPARO

1. Sobre a tábua, corte os filés de pescada em tiras de 2 cm de espessura. Transfira para uma tigela e tempere com o caldo de limão, sal e pimenta-do-reino moída na hora. Cubra com filme e leve à geladeira por 15 minutos.
2. Num prato fundo, coloque a farinha de trigo e tempere com sal e pimenta-do-reino. Passe as tirinhas de peixe pela farinha, empanando bem dos dois lados.
3. Leve uma panela ao fogo médio com cerca de 1 dedo de óleo para aquecer. Forre um prato raso com papel-toalha e reserve.
4. Quando o óleo estiver quente, coloque as iscas de peixe em etapas, sem amontoar. Frite por cerca de 4 minutos de cada lado ou até ficar com a casquinha dourada. Com uma escumadeira, retire do óleo e transfira para o prato forrado com papel-toalha. Repita o procedimento com o resto das iscas.
5. Transfira as iscas para uma tigela e sirva a seguir, com o molho tártaro e os gomos de limão.

## CRUDITÉS DE LEGUMES

Nem vem: é cru, e você vai ter que comer. Não porque a sua mãe mandou, mas porque é bom pra chuchu! (E olha que nem leva chuchu). No mais: olha que elegante!

### INGREDIENTES

- 1 cenoura
- 1 pepino japonês
- 1 pimentão amarelo
- 1 bulbo de erva-doce (funcho)
- 4 rabanetes pequenos

### MODO DE PREPARO

1. Lave e seque a cenoura, o pepino, o pimentão amarelo e os rabanetes. Corte a base do bulbo da erva-doce, separe os talos e lave em água corrente.
2. Descasque, descarte as pontas e corte a cenoura ao meio, no sentido da largura. Corte cada metade em fatias e as fatias em tiras. Descarte as pontas e corte o pepino ao meio, no sentido do comprimento. Com uma colher de chá, raspe e descarte as sementes do pepino. Corte cada metade ao meio, no sentido da largura e fatie em tiras grossas.
3. Corte o pimentão ao meio, no sentido do comprimento. Corte e descarte as pontas, sementes e a parte branca do pimentão.



fonte: panelinha.com.br

Fatie cada metade em tiras de cerca de 1 cm de espessura. Corte os talos maiores de erva-doce em 4 tiras e os menores em 3, no sentido do comprimento. Mantenha a casca e parte da rama dos rabanetes. Corte cada um em quartos.

4. Numa travessa grande, disponha os legumes fatiados e sirva a seguir com queijo de iogurte temperado.

### DICA DE PLANEJAMENTO

Para preparar os cruditées com antecedência: corte todos os legumes e transfira cada para uma tigela grande com tampa. Adicione cubos de gelo, cubra com água, feche e leve para a geladeira. Na hora de servir, basta escorrer bem a água - os cruditées vão permanecer fresquinhos e crocantes.

QUANDO O CALOR DEVE SER  
*celebrado*

DISPONIBILIZAMOS TUDO PARA VOCÊ CURTIR  
AINDA MAIS ESSE MOMENTO.



BAR DO BOSQUE E  
BAR DA PRAIA

Encontre os amigos e  
renove suas energias.



# CONGRESSO TRADICIONALISTA GAÚCHO

Entre os dias 12 e 14 de janeiro, foi realizado o 66º Congresso Tradicionalista Gaúcho, na cidade de São Jerônimo. O homenageado da edição foi **Glaucus Saraiva**, um dos fundadores do Movimento Tradicionalista Gaúcho e natural da cidade. Representando o Departamento Tradicionalista Querência das Dores, participaram do evento o casal patrão, **Anaides** e **Zeno de Souza**, e o integrante da patronagem **Hasser Samara**.

Um dos temas mais discutidos durante os três dias de encontro foi a participação da juventude no movimento tradicionalista. Tal foi a importância atribuída ao assunto que o tema anual escolhido foi "Unindo gerações para construir o amanhã".

Como parte do evento, foi realizada a posse dos novos coordenadores das 40 Regiões Tradicionalistas. O comando da 13ª RT, na qual o Querência das Dores é afiliado, ficou com o tradicionalista **Rozimar da Silva Ferreira**.

Outro tema discutido foram os locais e datas das fases interregionais do ENART (Encontro de Artes e Tradição Gaúcha). As sedes escolhidas para as seletivas de 2018 foram Lajeado, Santo Ângelo e Campo Bom.

O Congresso foi promovido pelo MTG e Fundação Cultural Gaúcha (FCG), com o apoio da 2ª Região Tradicionalista e do Município, e reuniu tradicionalistas de todo o Rio Grande do Sul.



Acima, os novos coordenadores empossados no comando das 40 Regiões Tradicionalistas. Ao lado, o casal patrão do Querência das Dores, que representou o Clube no 66º Congresso Tradicionalista, Anaides, Zeno de Souza e o associado Hasser Samara

*Confiança no que faz*

## QUÍMICA PAMPA LTDA

Produtos químicos e industriais

Credibilidade, preço acessível e assistência técnica

RS 509 / Km 7 / Camobi / Santa Maria / RS

(55) 3226.1377 / 3225. 2704





*Uma pitada de carinho e duas de saúde  
para você sempre saborear a vida.*

**DIETAS ESPECIAIS CONGELADAS**  
**Kits para 7 dias.**

**LOW  
CARB**

BAIXO TEOR DE  
CARBOIDRATOS

**LOW  
CALORIES**

BAIXO TEOR  
CALÓRICO

**GLÚTEN  
FREE**

ZERO  
GLÚTEN

**LOW  
SODIUM**

BAIXO TEOR  
DE SÓDIO

*Dieta Fit*  
NÃO CONGELADA.

- Ricas em fibras;
- Completas e saudáveis;
- Práticas para o seu dia a dia.

Faça sua solicitação antecipadamente.



Também servimos Refeições Coletivas.

[@schmitzrefeicoes](https://www.facebook.com/schmitzrefeicoes) [www.schmitzrefeicoes.com.br](http://www.schmitzrefeicoes.com.br)



# Temporada de **verão** 2017/2018 CLUBE RECREATIVO DORES

TUDO O QUE VOCÊ PRECISA SABER PARA APROVEITAR  
O MELHOR DO CLUBE RECREATIVO DORES



## HORÁRIOS DE FUNCIONAMENTO

### Segunda a sexta

14h às 20h - Praia Park  
14h às 20h - Toboáguas (alternados)  
14h às 20h - Lancheria  
9h às 12h / 14h às 21h  
Guarda-volume

### Sábado, domingos e feriados

9h às 20h30 - Praia park  
14h às 20h - Toboáguas (alternados)  
10h às 20h - Lancheria  
9h às 21h  
Guarda-volume

## ESTEJA IDENTIFICADO!

Associado, lembre-se de ter sempre em mãos sua **carteira social**. Ela é sua **identidade** dentro do Clube Dores e pode ser solicitada eventualmente, pelos funcionários para verificações de rotina.



Ao chegar nas portarias, **agilize o atendimento**, sua carteira é seu acesso ao Clube.

## ESTACIONE NO LUGAR CORRETO!

Lembre-se de **não utilizar as ruas com faixa amarela como estacionamento.**

O Clube Dores ampliou os espaços de estacionamento e demarcou com amarelo alguns trechos exclusivos para circulação de pessoas e para as brincadeiras da criançada.

Essa medida visa a segurança dos associados.

**Atenção! Caminhões e ônibus deverão estacionar somente próximos às portarias da Sede Campestre.**



## Horários ônibus 2017/2018

### Dias úteis

CENTRO	CLUBE
07:15 Mn	07:45 Mn
08:25 MnVI	08:55 MnVI
12:30 Mn Vt	13:00 Pt
13: 15 Mn	13:45 Mn
14: 27 Mn	14: 57 Mn
15:50 Mn Vt @	16:30 MnVT
16:45 Mn@	17:35 Mn
18:28 Mn@	19:05 Mn
19:33 Mn S Ur@	20:10 Mn
20:05 Mn S Ur @	20:45 Mn
20:50 Mn Sur@	21:35 Mn
21:40 Mn Sur @	22:30 Mn

### Sábados

CENTRO	CLUBE
07:15 PT	07:40 Pt FS
09:05 Mn VI	09:35 Mn
10:05 Mn VI	10:30 Mn Vt
12:30 Mn	12:55 Mn
13:30 Mn	13:55 Mn
14:33 Pt	14:55 Pt
15:00 Mn	15:25 Mn
16:00 Mn Vt	16:35 Mn
16:20 Pt Fs@	17:35 Mn
18:40 Mn VI@	19:15 Mn Vt
19:30 Mn Sur@	20:05 Mn
20:15 Mn Vt @	20:45 Pt Mn
20:55 Mn Sur @	21:35 Mn
22:10 Pt Mn@	22:50

### Domingos e feriados

CENTRO	CLUBE
07:15 PT	07:40 Pt FS
09:25 Mn VI	09:50 Mn
10:00 Mn VI	10:25 Mn Vt
12:30 Mn	12:55 Mn
13:10 Mn	13:35 Mn
14:30 Pt	14:55 Pt
15:20 Mn	15:50 Mn
15:55 Mn Vt	16:35 Mn
17:15 Pt Fs@	17:50 Mn
18:25 Mn VI@	19:05 Mn Vt
19:30 Mn Sur@	20:05 Mn
20:10 Mn Vt @	20:50 Pt Mn
21:05 Mn Sur @	21:40 Mn

Legenda: Pt – Passo das Tropas / VI – Vila Lorenzi  
Vt – Vila Thomaz / Mn – Minuano / Pp – Pau-a-Pique  
@- Entra na Volta / D – Dores/ S Ur - Santos Urlândia

## REVISTA EM PORTA-MALAS



Atenção! Pensando que o Clube Dores é um patrimônio do associado e visando o **bem-estar geral**, a Diretoria dorense, através dos funcionários das portarias da Sede Campestre, **coloca-se no direito de pedir aos dorenses para vistoriar os porta-malas, em dias e horários a serem estabelecidos pelos dirigentes do Clube.**

Essa medida se faz necessária porque houve casos em que alguns não-associados tentaram entrar na Sede Campestre escondidos nessa parte dos veículos de amigos e/ou parentes dorenses.

Se você for solicitado a mostrar o porta-malas, entenda que é uma **medida em benefício dos associados**, que pagam mensalidade e contribuem para a manutenção e crescimento do Clube Dores. O espaço da Sede Campestre é para vocês e seus dependentes. Por isso, colabore com os funcionários e nos ajude a fazer um Clube Dores cada vez melhor



### PEDALINHOS

**SEG a SEG**  
das 14h às 20h



### TIROLESA

**QUA a DOM e feriados**  
das 14h às 20h



### RAPEL

**Novembro a Março:**  
**SEX a DOM**  
9h às 12h

## HORA DO LANCHE!



Quando bater aquela fome, os **bares das piscinas e o Restaurante do Lago** estão repletos de lanches leves e saudáveis para complementar o seu verão! Opte por refeições balanceadas e lembre-se de não entrar na água logo após se alimentar.

Outro lembrete para os dias quentes é beber bastante líquido.

**Abuse dos sucos e da água geladinha!**

## ALMOÇO!



Almoço aos domingos, até o final da temporada, no **Salão Querência**, servido das **12h às 14h30**, em ambiente climatizado.

Os almoços começam a ser servidos no dia 3 de dezembro e vão até o 25 de fevereiro.

## HAPPY HOUR!



Para quem gosta de ouvir **boa música, todos os domingos e feriados, à tardinha**, terá apresentação de músicos santa-marienses.

**Nesta temporada, além das apresentações no palco da Sede Campestre, também teremos shows na Sede Central!**

### 19h - Sede Campestre

03/12 Alessandro Martins  
08/12 Patrick Cortez  
10/12 Christian Guimarães  
01/01 Aline Freire  
07/01 Dirlei e Jonatan  
21/01 Junior Benaduce  
27/01 Relicário  
03/02 Patrick Cortez  
11/02 Luciano Ebeling

### 17h30min - Sede Campestre

18/02 Alessandro Martins  
25/02 Peppo Seeger

### 18h30min - Sede Central

18/01 Tonny Guimarães  
08/02 Luciano Ebeling



# REVITALIZAÇÕES

Para manter o Clube Dores sempre repleto de novidades, a equipe de obras está sempre trabalhando a todo vapor. Saiba um pouco mais sobre as novas obras dorenses

## SEDE CENTRAL



### NOVA FACHADA

Desde o início de dezembro, a obra da fachada da Sede Central avançou a olhos vistos. Depois de completa a estrutura metálica de sustentação, foi instalada a maior parte das placas de ACM (alumínio com um núcleo termoplástico de polietileno de baixa densidade). A sequência da obra se dará com a colocação das placas no restante da armação.



### QUADRA C

As duas goleiras da Quadra C receberam novas redes. Mais resistentes do que as antigas, as redes são feitas de uma corda cuja espessura é de 10mm. Foram encomendadas novas redes para as goleiras de todas as quadras da Sede Central. A espera pelo material acontece devido ao processo manual de fabricação das cordas.

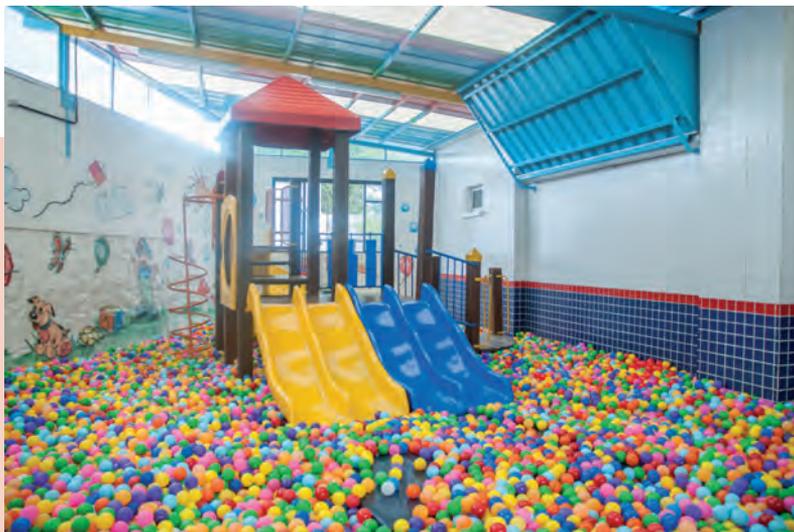
### PRÉDIO ADMINISTRATIVO

Ao longo dos últimos dois meses, foi realizado um trabalho de revitalização e tematização na parte frontal do edifício do Setor Administrativo do Clube. O trabalho consiste em uma fonte com pedras no mesmo estilo criado a partir da construção do Dores Praia Park.



## PRACINHA DE BOLINHAS

No início de janeiro, foi realizada uma limpeza em toda a pracinha de bolinhas, junto ao Centro Aquático. Todas as bolinhas foram retiradas e desinfectadas através da borrifação de produtos próprios para isso. Após o local também ser higienizado, as bolinhas foram recolocadas. Antes do espaço, que ganhou o coração da criançada frequentadora da Sede Central, ser reaberto, mais uma novidade: foram adicionadas cinco mil novas bolinhas.



## PRACINHA DA SEDE CENTRAL

Para manter a areia da pracinha sempre livre de qualquer tipo de contaminação, a equipe de manutenção da Sede Central realiza periodicamente um processo de regulação do pH (utilizando apenas água e cal). Durante o período em que isso é feito, a pracinha deve ser fechada, o que ocorreu durante alguns dias de janeiro. A previsão máxima de liberação do local era o dia 24.



## GALPÃO CRIOULO

No mês de janeiro foi feita uma aplicação de resina na parte pronta da tematização da fachada do Galpão Crioulo. Com esta parte concluída e com base nos elogios dos associados, o trabalho de tematização foi expandido mais um pouco. O tema, inspirado nas árvores e pedras do Praia Park, vai até o bebedouro, próximo à pracinha.





# REVITALIZAÇÕES

Para manter o Clube Dores sempre repleto de novidades, a equipe de obras está sempre trabalhando a todo vapor. Saiba um pouco mais sobre as novas obras dorenses

## SEDE CENTRAL



### CENTRO AQUÁTICO

Todo o piso ao redor das piscinas térmicas recebeu uma nova pintura. A tinta usada promove um efeito antiderrapante, promovendo maior segurança para os associados que utilizam o local.



### ADEQUAÇÕES AO PPCI

Continuam as obras entre os edifícios Administrativo e do Ginásio para adequação ao laudo do Corpo de Bombeiros.



### SALA DE CONVENÇÕES

Dois novos condicionadores de ar com capacidade de 30.000 BTUs foram instalados no final de janeiro. Antes dos novos aparelhos serem colocados, foi realizado um trabalho de retirada dos modelos antigos, cobertura dos buracos e pintura da parede.

### ESCOLA DORITOS

Aproveitando o período de recesso escolar, uma série de manutenções necessárias foram realizadas na Escola Doritos. Do trabalho feito, podem ser destacadas a pintura completa de todos os cômodos ocupados pela escola e a troca de mais de cem lâmpadas.





Com **QUALQUER TEMPO**  
a **QUALQUER HORA**  
em **QUALQUER LUGAR**

**ESTRUTURA DIFERENCIADA, MODERNA e COMPLETA**

para garantir **AGILIDADE** na prestação de serviços,

**FLEXIBILIDADE** de negociação e **QUALIDADE**

superior em **CONCRETO**.

Em todo o **SUL DO BRASIL**

**CONCRETO** DE  
**ALTA QUALIDADE**

Em **SANTA MARIA**, também

**MATERIAIS** DE  
**CONSTRUÇÃO**

**MINERAÇÃO**  
DE **AREIA**

A SUPERTEX está presente no  
desenvolvimento do Clube Dores.





# REVITALIZAÇÕES

Para manter o Clube Dores sempre repleto de novidades, a equipe de obras está sempre trabalhando a todo vapor. Saiba um pouco mais sobre as novas obras dorenses

## SEDE CAMPESTRE

### TERCEIRO ACESSO

Ainda em dezembro, os associados do Clube Dores passaram a dispor de mais um guichê na portaria principal da Sede Campestre. Aberta apenas conforme a necessidade, a obra, relativamente simples do ponto de vista técnico, garante maior conforto e agilidade nas horas de pico de acesso ao Clube.



### RECANTO DOS FUNCIONÁRIOS

O edifício pelo qual os funcionários dorenses ingressarão no Clube e passarão suas horas de intervalo está pronto. A próxima fase da obra consiste na pavimentação dos arredores e adequações menores. Em breve, com sua inauguração, voltaremos a tratá-la em detalhes.



### QUADRAS DE TÊNIS

Dando sequência ao trabalho de revitalização do parque tenístico da Sede Campestre, foi iniciada a preparação das quadras sintéticas para a nova pintura. Serão pintadas novamente a estrutura, grades e as próprias quadras. Como parte da revitalização, também serão substituídas as telas e postes, adequando-se ao novo padrão já visto nas quadras de saibro.



## GINÁSIOS COBERTOS

Após a aprovação dos ginásios cobertos de tênis e padel, noticiados em dezembro, iniciaram os trabalhos de marcação. O local onde serão feitas as obras fica ao lado das quadras sintéticas de tênis, próximo ao Recanto do Tênis. Para melhorar a infraestrutura de acesso, foi aberta uma rua próxima à portaria de acesso pelo bairro Tomazetti.

A NOSSA CASA  
ESTÁ SEMPRE  
DE PORTAS ABERTAS  
PARA A SUA,



INCLUSIVE  
NAS FÉRIAS!



# REVITALIZAÇÕES

Para manter o Clube Dores sempre repleto de novidades, a equipe de obras está sempre trabalhando a todo vapor. Saiba um pouco mais sobre as novas obras dorenses

## SEDE CAMPESTRE



### PARADA COBERTA

Junto à portaria da Avenida Victorino Da Cás, as equipes da marcenaria e de obras construíram uma parada coberta. Até sua conclusão, o local receberá vidros na parte posterior, para abrigar não apenas do sol e da chuva, mas do vento. O local beneficiará tanto funcionários, que pegam ônibus em uma linha especial no local, quanto associados, que podem esperar a carona de volta para casa na parada.



### CALÇAMENTO

Ao longo dos dois últimos meses, diversos pontos da Sede Campestre tiveram consertados trechos do calçamento. Devido ao fluxo intenso de carros da temporada, entretanto, o trabalho continua. Na foto ao lado, o conserto do calçamento do estacionamento ao lado da portaria da Avenida Victorino Da Cás.

### QUIOSQUE/PERGOLADO

Simple e agradável são duas qualidades que rapidamente vêm à mente quando vemos o novo local criado pela equipe de obras, em frente às quadras sintéticas de futebol sete. Ainda sem um nome definido, o local já conta com bancos e a sombra das árvores. Em breve, as mudas de “três marias” crescerão e formarão uma ramada na estrutura, tornando-o ainda mais belo e agradável.





# RESIDENCIAL Vercelli

VISITE O APARTAMENTO DECORADO  
E CONFIRA O PADRÃO DIFERENCIADO DE QUALIDADE.

## SAIA DO ALUGUEL

FAÇA UMA SIMULAÇÃO  
COM A EQUIPE DE VENDAS



- Prestações similares ao valor de aluguel
- Subsídios de até R\$ 22 mil
- Baixo custo condominial
- Garantia de entrega
- Localização: Bairro Medianeira

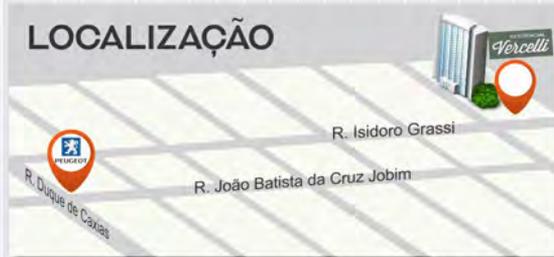
## CONDIÇÃO ESPECIAL DE PAGAMENTO

CAIXA ECONÔMICA FEDERAL, SBPE E FGTS

- Portas de sacada e janelas em alumínio com persiana nos dormitórios;
- Vista privilegiada. Espaços abertos e ventilados;
- Ótima distribuição interna dos apartamentos;
- Tampo de granito no banheiro;
- Elevador com espelho e cabine inox;
- Portaria 24 hrs com baixo custo condominial;
- Medição de água e gás individualizada;
- Condomínio fechado com piscina, playground e áreas verdes;
- Salão de festas com churrasqueira.



### LOCALIZAÇÃO



AO LADO DO PARQUE ITÁLIA  
(PISTAS DE CAMINHADA, QUADRA DE JOGOS)



INCORPORAÇÃO E CONSTRUÇÃO

PROJETO

FINANCIAMENTO



[www.jairbehr.com.br](http://www.jairbehr.com.br)

SIMULE SUA CONDIÇÃO DE  
FINANCIAMENTO COM A EQUIPE DE VENDAS



55-3301-9200

# CONHEÇA OS “PRÉ-MOLDADORES”

VOCÊ JÁ PAROU PARA PENSAR DE ONDE VÊM TODAS AS MESAS E BANCOS DE CONCRETO DE PRIMEIRA QUALIDADE DO CLUBE? TALVEZ TENHA PERCEBIDO QUE NÃO HÁ CARREGAMENTOS DESTES TIPO DE MATERIAL ENTRANDO NO CLUBE. O MOTIVO? OS “PRÉ-MOLDADORES”.



Há uma parte da Sede Campestre com a qual os associados não têm contato e, muitas vezes, sequer conhecem. Nela, ficam alguns dos setores mais importantes de construção e manutenção do Clube, como a marcenaria e o horto. Além deles, há um espaço sem nome definido, mas de importância crucial para a Sede Campestre: a fábrica de pré-moldados.

Em teoria, o trabalho é simples: criar estruturas de concreto a partir de moldes. Na utilização, podem funcionar como lajes, pilares, paredes e vigas. Além disso, agilizam a construção, pois são montados por encaixe. No caso do Clube Dorenses, o uso mais corriqueiro dos pré-moldados é para a produção de meios-fios e dos bancos e mesas para churrasco, distribuídos principalmente nas áreas cobertas de vegetação.

Um dos pontos fortes da técnica do pré-moldado, em especial comparando-a com a do pré-fabricado, é que dispensa a utilização de um laboratório. Podendo ser criado em instalações simples, o trabalho com estes é de baixo custo e demanda relativamente pouca mão de obra.

Na Sede Campestre do Clube Recreativo Dorenses, o trabalho de criação de pré-moldados tem uma função especial na administração da força de trabalho. Há dias em que as condições meteorológicas inviabilizam a continuidade de certas obras. Nestas ocasiões, funcionários destas frentes passam a trabalhar na preparação das peças de concreto que eventualmente serão necessárias em um local ou outro. Da mesma forma acontece quando há um hiato entre duas grandes obras.

Caso tenha se perguntado se os funcionários do setor de obras param nos dias em que não são vistos trabalhando nos locais costumeiros, já sabe, eles estão adiantando serviço com os pré-moldados em concreto.



# PROPA formas

Rua Dr. Mário Salvador, 33  
Fone: (55) 3307.9889  
Santa Maria - RS  
propaformas@gmail.com  
www.propa.com.br



# SERRALHERIA RIGHI



Estruturas metálicas,  
grades portões e  
coberturas

Rua Felipe de Oliveira, 234  
(55) 3027.2345 / 99622.2389

# VOCÊ NO FOCO

## O DORENSE EM SEU AMBIENTE

O associado que participa, usufrui, destaca-se e se integra no Clube Dorés tem seu espaço na Dorense em Revista! Não perca o foco! Envie foto e dados de seu grupo, de suas vivências e experiências dentro do Clube! Não deixe de ser parte integrante da família dorense! Contato: revista@clubedores.com.br

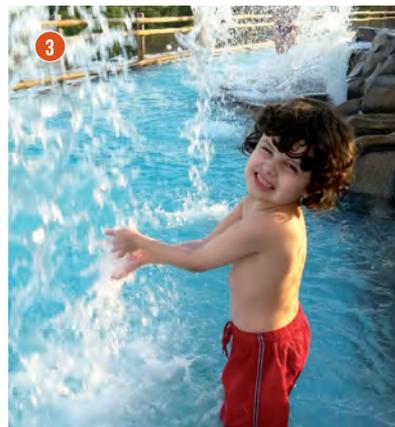


1



2

**1** Lavinia Toffoli Grahl passou momentos super divertidos neste verão, aproveitando tudo o que o Dorés Praia Park oferece.



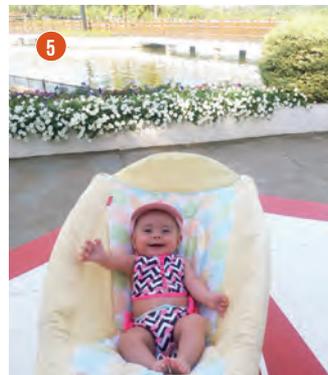
3

**2** As associadas Neidi Schultz e Deise Martins Oliveira aproveitaram o dia ensolarado para um chimarrão na Sede Campestre, enquanto colocavam a conversa em dia.

**3** Luis Felipe Ritzel dos Santos Schneider e seus pais, Alessandra e Rodrigo, moram em Canoas, mas, sempre que podem, gostam de retornar à Santa Maria e aproveitar as atrações do Clube Dorés.



4



5

**4** No dia 19 de dezembro, a turma da escolinha de Voleibol dorense organizou uma confraternização de encerramento do ano no Bar 7. Junto à professora, Caroline Garske Veiga, cada um levou um prato de doce ou salgado para uma noite divertidíssima.



6



7

**5** A nova dorense Isadora Minetto Baroni, filha de Magnos Baroni e Jalusa Minetto Baroni, está com cinco meses e já curte o melhor da Sede Campestre dorense.



8

**6-7** A família Copetti Silva está com o verão garantido no Clube Dorés. Os pais, Luiz Fernando e Rosani, acompanham a energia da filha Emmanuelli e da nova dorense, Isabelli, que veio ao mundo em setembro.

**8** O feriado de Natal da família Coelho foi no maior show de fogos de Santa Maria, o 6º Natal Show Clube Dorés. Reunidos, comemoraram a data festiva com muita diversão entre familiares.

As associadas **Miranda Claus** e **Luiza Oliveira** não desanimaram com o dia nublado e curtiram as piscinas da Sede Central.



O casal dorense **André** e **Julia Bellinasso** recebeu o sobrinho, **Heitor**, que mora em São João do Polêsine, para passar um dia em Santa Maria. Para aproveitar o melhor de um dia de verão, foram para a Sede Campestre do Clube Dore.



**Helena Da Cas Benevenga**, **Pietra Gauer Alves** e **Maria Fernanda Krauspenhar** desfilaram muito felizes no evento de apresentação das rainhas do Carnaval. As pequenas estão em seu segundo ano de Xameguinho.



Os alunos da turma de zumba da professora **Bárbara** estão no recesso, mas ansiosos pelo retorno das aulas no mês de fevereiro!



**SL** TRR  
**Santa Lúcia**

*Que a nova safra  
traga farta recompensa  
à nobre atividade  
do agricultor.*

CONSULTE NOSSOS PREÇOS  
E PRAZOS ESPECIAIS  
PARA ÓLEO DIESEL  
E LUBRIFICANTES.

# PROJETO VERÃO DORES 2018



**AULAS GRATUITAS**

## Sede Campestre: Hidroginástica

**Quando?** Aos sábados e domingos  
19h - durante a vigência de "horário de verão"  
18h - durante a vigência de "horário de inverno"

**Início?** 02/12/2017 a 25/02/2018

**Público:** Livre para todos os associados



## Aulas de Ritmo

**Quando?** Segundas e quartas-feiras, às 19h

**Início?** 05 a 28/02/2018

**Público:** Associados a partir de 10 nos de idade  
Inscrições antecipadas na Sec. de Esportes



## Aulas de Hiit

**Quando?** Terças e quintas-feiras, às 18h

**Início?** 02 a 22/02/2018

**Público:** Associados a partir de 15 nos de idade  
Inscrições antecipadas na Sec. de Esportes

## TORNEIOS

Inscrições antecipadas na Sec. de Esportes  
ou no dia dos torneios, no local

## Sede Campestre: Futset Adulto

**Categoria Livre: Acima dos 17 anos**  
(nascidos a partir de 2000)

**Quando?** 17 e 18/02/2018

**Início dos jogos?** 14h30min

## Futset Adulto

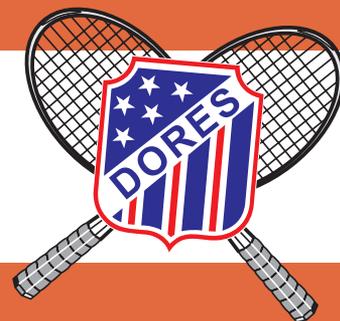
**Categoria Veteranos: Acima dos 30 anos**  
(nascidos a partir de 1988)

**Quando?** 17 e 18/02/2018

**Início dos jogos?** 14h30min

No dia 17/02/18 início dos jogos e no dia 18/02/18 continuação e finais.

# TORNEIO DE ABERTURA TEMPORADA DE TÊNIS 2018



20 A 24  
DE MARÇO

CATEGORIAS:

A, B, C E D  
SENIORS A, B E C



INSCRIÇÕES ATÉ **16 DE MARÇO**, NA SEC. DE ESPORTES E/OU COM A PROF. JULIANA

# PILATES OU IOGA, QUAL ESCOLHER?

Na maioria das vezes, ao procurar por uma atividade física que beneficie o corpo e a mente você irá encontrar indicações para dois métodos mais populares: pilates e ioga.

Não é incomum entre leigos, e mesmo entre praticantes ocasionais, pensar: "Ah, mas é a mesma coisa, não?". Apesar de terem diversos fatores em comum, pilates e ioga são muito mais diferentes do que se imagina. Mas então porque o assunto causa tanta essa confusão?

Podemos confundir devido ao fato de que as duas práticas trabalham elementos parecidos — como concentração, consciência corporal, autocontrole e respiração por meio de exercícios. Entretanto, as diferenças entre o pilates e a ioga são muitas.

## O QUE É PILATES?

O método pilates foi desenvolvido pelo alemão Joseph Pilates, por volta de 1920. Se baseia em um conjunto de exercícios que tem como objetivo o controle e conexão entre corpo e mente, tratando diversas dores no corpo, doenças e maus hábitos posturais.

Os exercícios podem ser realizados de diversas maneiras, seja no solo ou com equipamentos. Sua principal finalidade é aumentar a qualidade de vida de quem pratica. Além disso, é possível fortalecer seus músculos, ter mais mobilidade nas articulações, melhorar a postura, deixar seu corpo como um todo mais saudável e aumentar consciência corporal. Ou seja, adquirir consciência de seu próprio corpo,

reconhecendo seus movimentos corporais, internos e externos.

Sendo assim, o Método Pilates atua como um condicionamento físico e mental e por isso é utilizado como uma alternativa de atividade física para aqueles que não são fãs de academia.

## BENEFÍCIOS DO PILATES

O pilates trabalha aspectos corporais, como tonificação muscular, postura e condicionamento físico, além da parte mental para que o pratica. São exercícios de respiração, alongamento e relaxamento, que aliviam a ansiedade e o estresse.

O método trabalha com seis princípios básicos, que nos levam até os benefícios, são eles: concentração, respiração, centralização, precisão, controle, fluidez. Já os benefícios são inúmeros: aumento da resistência física e mental, da flexibilidade, corrige a postura, aumenta a concentração em atividades extra do dia a dia, melhora a coordenação motora, alivia dores musculares, melhora a respiração e também contribui para atenuar problemas respiratórios. Além de tudo, promove relaxamento, o bem-estar e eleva a autoestima do praticante.

## O QUE É IOGA?

O termo ioga significa união — a união do nosso corpo com os diferentes aspectos da nossa vida em equilíbrio com a nossa mente. Tem

## PILATES

TURMAS:

SEG | 8H

SEG E QUA | 17

SEG, QUA E SEX | 19H

QUA E SEX | 8H

QUA | 10H



o objetivo de trazer harmonia nos pensamentos palavras e ação. O ioga é tratado como um conceito, uma filosofia que trabalha o corpo e a mente. Trabalha também as emoções, e ajuda ao praticante agir de acordo com seus pensamentos e sentimentos, levando a um profundo relaxamento, tranquilidade mental o que consequentemente aumenta a concentração e a força e flexibilidade.

A prática do ioga procura priorizar o indivíduo, deixando com maior consciência em postura, alinhamento e padrões de movimento. Para ela, utiliza-se o próprio peso do corpo como resistência, focando o movimento no fluxo de energia entre um movimento e outro. A ioga busca principalmente o bem-estar e equilíbrio do praticante, a redução do estresse além de caminho para o autoconhecimento, desenvolvendo sempre ao máximo o potencial humano.

#### BENEFÍCIOS DO IOGA

Assim como o pilates, a ioga tem diversos benefícios para o corpo além do condicionamento físico e a estética. A ioga é uma filosofia que tem o objetivo de melhorar todas as áreas do seu corpo, benefícios de natureza emocional e espiritual.

Entre os benefícios diretos da ioga, podem ser citados: aumento da energia diária, fortalecimento do corpo como um todo, acalmar o sistema nervoso, aumento da flexibilidade e a sensação de felicidade. Ajuda também na manutenção de uma boa saúde no geral, melhora de dor nas costas, condicionamento físico, auxílio no tratamento de problemas físicos que originaram de causas psíquicas.

Como benefícios indiretos, traz a sensação de bem-estar, fortalece o sistema

imunológico, equilibra a produção hormonal, melhora a disposição e qualidade de vida, traz um autoconhecimento e consequentemente ajuda na melhora de relacionamentos, consigo mesmo e com os outros.

#### PRINCIPAIS DIFERENÇAS ENTRE PILATES E IOGA

A principal diferença das duas práticas é a essência de cada um. A ioga é mais próximo de uma filosofia de vida, que aparece em diversas áreas para mudar seu estilo de vida interior e exterior. Já o pilates, apesar de ser um método também pensado na mudança de estilo de vida, busca ajudar prioritariamente a sua saúde física, o fortalecimento e alongamento do corpo.

Apesar da busca para união do corpo e mente ser importante, não é uma prioridade como na ioga. Pode-se dizer que o método pilates é uma terapia para o corpo e a ioga uma terapia para mente e espírito. Outra diferença presente é a prática dos métodos. O pilates pode utilizar aparelhos ou ser praticado no solo. Já a ioga utiliza apenas o peso do próprio corpo como resistência.

A respiração é muito importante nos dois métodos, porém há particularidades em cada uma. Na ioga, a respiração deve ocorrer inteira ao nível do nariz, inspiração e expiração. Já no pilates você inspira pelo nariz e expira pela boca.

#### VOCÊ ENCONTRA AMBOS NO DORES

Antes de decidir, é importante conversar com os profissionais de Educação Física do DORES.

Independentemente de qual modalidade o associado deseje conhecer e adotar, a prática é oferecida pelo Clube. Namastê!

## IOGA

TURMAS:  
SEG E QUA | 18H  
QUA | 9H



Namastê: é um cumprimento ou saudação com origem no sânscrito

Adaptado livremente do artigo "Pilates X Yoga", acessível em: <http://revistapilates.com.br>

# KARATE ENCERRA 2017 COM GRADUAÇÃO

A troca de faixas, em todas as artes marciais, é o encerramento de um ciclo e o início de um novo. Nada mais coerente do que encerrar dezembro com um exame, permitindo que os alunos comecem o ano de faixa nova.

O encerramento do calendário 2017 da escolinha de karate dorense foi com um exame de faixas. Realizado no dia 15, às 19h, o evento contou com os avaliadores **André Maraschin**, faixa preta 4º dan, e **Jucieli Momolli**, faixa preta 1º dan. A coordenação do exame foi do professor dorense, **Andrei Rolim**, faixa marrom 1º kyu.

O exame foi dividido em duas partes. Na primeira, foram avaliados 11 alunos da turma kids. Na segunda, foram avaliados quatro alunos da turma adulta.



Ao final do exame de faixas, os aprovados posaram junto ao professor, Andrei Rolim, e aos avaliadores, André Maraschin e Jucieli Momolli.



**Álvaro Cezar Soares dos Santos**  
Turma Kids  
Faixa amarela



**Cassiano Dezotti Freitas**  
Turma Kids  
Faixa vermelha



**Arão Estevan Oliveira da Rocha**  
Turma Kids  
Faixa verde



**Bernardo Kulmann da Cunha**  
Turma Kids  
Faixa amarela



**Ângela Forgiarini Beltrame**  
Turma Kids  
Faixa vermelha



**Leonardo Oliveira de Moura**  
Turma Kids  
Faixa verde



**Lorenzo Boesinh Falcão**  
Turma Kids  
Faixa amarela



**Rafael Perrando da Silva**  
Turma Kids  
Faixa vermelha



**Murilo Vargas Martins**  
Turma Kids  
Faixa roxa



**Matheus Silveira Cassol**  
Turma Kids  
Faixa amarela



**Isabel Savian Lemos**  
Turma Kids  
Faixa laranja



**Gabriel Cegalla Rosa**  
Turma Kids  
Faixa roxa



**Potira Camargo Buemo**  
Turma Kids  
Faixa amarela



**Rosa Maria Blanca Cedillo**  
Turma Kids  
Faixa laranja



**Cicero Robson Coimbra Neves**  
Turma Kids  
Faixa roxa

# QUE TAL PATINAR NO CLUBE DORES?



Acima, uma das apresentações realizadas pelas alunas da escolinha de Patinação Artística do Clube Dores no festival de final de ano de 2016. Ao lado, um momento de confraternização entre a professora responsável, Oneide Serro, e suas alunas.



No dia 6 de março, as aulas da escolinha de Patinação Artística do Clube Recreativo Dores retornarão. Se a combinação de velocidade, graça, autoconfiança e bem-estar, conquistadas através de um esporte/arte parecem uma boa mistura para você, é hora de se informar sobre como ingressar na modalidade.

Novos alunos devem ir à Secretaria de Esportes, na Sede Central, a partir do dia 26 de fevereiro. Para alunos antigos, até o dia 15 de março as matrículas estarão reservadas. Após a data, as vagas serão disponibilizadas para os demais interessados.

As aulas da escolinha de Patinação Artística serão ministradas nas terças e quintas-feiras, conforme as modalidades:

**Turmas:** avançada e Equipe

**Horário:** das 17h às 18h

**Turmas:** iniciantes

**Horário:** das 18h às 19h

**Turmas:** intermediárias

**Horário:** das 19h às 20h

**Turmas:** mista e adulta

**Horário:** das 20h às 21h

## O QUE É A PATINAÇÃO ARTÍSTICA?

A Patinação Artística, surgida na Europa e utilizada, inicialmente, como meio de transporte para atravessar lagos congelados, é um esporte/arte. Consiste em movimentos complexos de muito equilíbrio e destreza sobre os patins. É um esporte que oportuniza o desenvolvimento das habilidades e capacidades motoras e físicas, além de desenvolver aspectos psicossociais e afetivos entre os atletas praticantes.

A arte sobre rodas envolve a dança/expressão e possibilita a elaboração de coreografias para apresentações em shows, como meio de valorizar e mostrar os esforços realizados pelos alunos durante as aulas. Os praticantes trabalham a criatividade e o espírito de equipe, otimizando valores individuais e em grupo, assim como ritmo, consciência e expressão corporal.

Por fim, a Patinação Artística, através da autoconfiança que os atletas constroem, busca a formação de seres humanos melhores, capazes de solucionar e enfrentar desafios da vida, dentro e fora do esporte.



# ATIVIDADES ESPORTIVAS

## VENHA PRATICAR NO DORES

CURSO	IDADE	DIAS	HORÁRIO	LOCAL	PROFESSOR(A)
Aero-axé	livre	2ª e 4ª	20h	Sala ginástica	Rafael
Alongamento	10 anos +	3ª e 5ª	10h	Fit All	Luiza
Alongamento	10 anos +	3ª e 5ª	18h	Fit All	Dalcimara
Fitness jump	12 anos +	2ª, 4ª e 6ª	17h	Sala de Ginástica	Bárbara
Fitness jump	12 anos +	2ª, 4ª e 6ª	19h	Sala de Ginástica	Dalcimara
Fitness jump	12 anos +	3ª e 5ª	19h	Sala de Ginástica	Bárbara
Ginástica localizada	12 anos +	2ª, 4ª e 6ª	8h	Sala de Ginástica	Rosirene
Ginástica 3ª Idade	40 anos	3ª e 5ª	8h	Sala de Ginástica	Luiza
Ginástica Multifuncional	14 anos	3ª e 5ª	9h	Multiespaço	Luiza
Ginástica localizada	livre	2ª, 4ª e 6ª	18h	Sala de Ginástica	Dalcimara
Ginástica multifuncional	14 anos +	3ª e 5ª	18h	Multiespaço	Luiza
Ginástica multifuncional	14 anos +	3ª e 5ª	19h	Multiespaço	Luiza
Ioga	15 anos	4ª	18h	Multiespaço	Tatiana
Ioga	15 anos	2ª	18h	Multiespaço	Tatiana
Ioga	15 anos	4ª	19h	Multiespaço	Tatiana
Ioga	15 anos	4ª	9h	Multiespaço	Tatiana
Zumba	12 anos +	3ª e 5ª	19h	Fit All	Dalcimara
Zumba	12 anos +	3ª e 5ª	17h	Fit All	Bárbara
Zumba	12 anos +	3ª e 5ª	20h	Sala de Ginástica	Dalcimara

GINÁSTICA  
FITNESS  
IYOGA  
ZUMBA



## BIKE INDOOR



CURSO	IDADE	DIAS	HORÁRIO	LOCAL	PROFESSOR
Bike indoor	15 anos +	4ª	7h	Sala Bike	Guilherme
Bike indoor	15 anos +	6ª	7h	Sala Bike	Guilherme
Bike indoor	15 anos +	2ª	17h	Sala Bike	Guilherme
Bike indoor	15 anos +	4ª	17h	Sala Bike	Guilherme
Bike indoor	15 anos +	6ª	17h	Sala Bike	Guilherme
Bike indoor	15 anos +	2ª	19h	Sala Bike	Guilherme
Bike indoor	15 anos +	4ª	19h	Sala Bike	Guilherme
Bike indoor	15 anos +	6ª	19h	Sala Bike	Guilherme
Bike indoor	15 anos +	3ª	18h	Sala Bike	Guilherme
Bike indoor	15 anos +	5ª	18h	Sala Bike	Guilherme
Bike indoor	15 anos +	2ª	20h	Sala Bike	Guilherme
Bike indoor	15 anos +	4ª	20h	Sala Bike	Guilherme
Bike indoor	15 anos +	3ª	19h	Sala Bike	Guilherme
Bike indoor	15 anos +	5ª	19h	Sala Bike	Guilherme

# DANÇA JAZZ BALLET STREET DANCE



CURSO	IDADE	DIAS	HORÁRIO	LOCAL	PROFESSOR(A)
Dança de Salão	12 anos +	3º e 5º	20h	Fit All	Barbara/Rafael
Dança de Salão	12 anos +	3º e 5º	18h	Sala de Ginástica	Barbara/Rafael
Dança Baby class 1	2 a 4 anos	6º	17h15min	Sala de dança 1	Fabiana/Luiza
Dança Baby class 2	2 a 4 anos	sáb	10h30min	Sala de Dança 1	Fabiana/Luiza
Dança Baby class	2 a 4 anos	5ª	17h15min	Sala de Dança 1	Fabiana
Dança Infantil I	5 a 6 anos	2º e 4º	17h15min	Sala de Dança 1	Fabiana/Luiza
Dança infantil II	7 e 8 anos	3º e 6º	18h	Sala de Dança 1	Fabiana
Dança Infantil III	9 e 10 anos	2º e 5º	18h	Sala de Dança 1	Fabiana
Dança Infantil IV	11 e 12 anos	3º e 5º	19h	Sala de Dança 1	Fabiana
Dança Infantil V	13 e 14 anos	3º e 5º	20h	Sala de Dança 1	Fabiana
Dança Infanto-juvenil	15 e 16 anos	4º e 6º	18h	Fit All	Luiza
Dança Juvenil	17 e 18 anos	3º e 5º	20h	Multiespaço	Luiza
Ballet clássico infanto-juvenil	13 a 16 anos	2º e sáb	20h e 9h30min	Sala de Dança 1	Fabiana
<i>A participação nas turmas abaixo será mediante avaliação do professor</i>					
Dança urbana adulto	18 anos +	2º, 4º e sáb	19h e 13h30min	Fit All	Luiza
Dança Jazz/moderno adulto	16 anos +	4º, 6º e sáb	20h / 16h	Sala de Dança 1	Fabiana
Dança Infantil IIIA	9 e 10 anos	4º e sáb	18h / 14h30	Sala de Dança 1	Fabiana
Dança Infantil IVA	11 e 12 anos	2º/4º/6º/sáb	19h/13h30	Sala de Dança 1	Fabiana

**ATENÇÃO ASSOCIADO:**

**A ACADEMIA  
NÃO ABRIRÁ  
NOS DIAS**

**13 E 25 DE  
FEVEREIRO**

**DORES**  
Fitness



# ATIVIDADES ESPORTIVAS

## VENHA PRATICAR NO DORES



# VÔLEI

CURSO	IDADE	DIAS	HORÁRIO	LOCAL	PROFESSOR(A)
Vôlei mirim misto	9 a 12 anos	3ª e 5ª	13h30min	Quadra A	Caroline
		6ª	14h		
Vôlei infantil misto	13 a 15 anos	3ª e 5ª	15h	Quadra A	Caroline
		6ª	15h30min		
Vôlei Juvenil misto	15 a 18 anos	3ª e 5ª	18h	Quadra A	Caroline

CURSO	NASCIDOS EM	DIAS	HORÁRIO	LOCAL	PROFESSOR(A)
Futsal Sub 5	2013	2ª e 4ª	17h15min	Quadra A	Matias / Wilson
Futsal Sub 7	2011/2012	2ª, 4ª e 6ª	19h	Quadra B	Wilson
Futsal Sub 9	2009/2010	2ª e 4ª	19h	Quadra A	Matias
Futsal Sub 11	2007/2008	2ª, 4ª e 6ª	19h	Quadra B	Wilson
Futsal Sub 13 e 15	2003/2006	2ª, 4ª e 6ª	19h	Quadra B	Matias

# FUTSAL



# TÊNIS



CURSO	IDADE	DIAS	HORÁRIO	LOCAL	PROFESSOR(A)
Mista	6 a 8 anos	Sáb.	10h	Quadra didática	Juliana
Mista	9 a 11 anos	Sáb.	9h	Quadra didática	Juliana
Mista	12 a 15 anos	Sáb.	11h	Quadra didática	Juliana
Feminino grupo (avançado)	18 anos +	3ª	19h	Quadra didática	Juliana
Feminino grupo (iniciante)	18 anos +	6ª	19h	Quadra didática	Juliana

\*Turmas individuais podem ser marcadas de 2ª à 6ª das 16h às 21h, mediante disponibilidade de horário.

# LUTAS KARATE



CURSO	IDADE	DIAS	HORÁRIO	LOCAL	PROFESSOR(A)
Judô	5 a 10 anos	3ª e 5ª	18h10min	Sala dojô	Francisco
Judô	6 a 12 anos	3ª e 5ª	19h	Sala dojô	Francisco
Judô	13+ anos	3ª e 5ª	20h	Sala dojô	Francisco
Karate	4 a 6 anos	2ª e 4ª	18h	Sala dojô	Andrei
Karate	7 a 14 anos	2ª e 4ª	19h	Sala dojô	Andrei
Karate	15 anos +	2ª e 4ª	20h	Sala dojô	Andrei



# NATAÇÃO

Consulte horários junto à Secretaria do Clube.

Tudo o que fazemos  
é para simplificar  
e trazer inovação  
ao dia a dia  
de sua empresa.



# ATIVIDADES ESPORTIVAS

## VENHA PRATICAR NO DORES

### PIlates



CURSO	IDADE	DIAS	HORÁRIO	LOCAL	PROFESSOR(A)
Pilates 1	15 anos	2ª	8h	Multiespaço	Tatiana
Pilates 2	15 anos	2ª	19h	Multiespaço	Tatiana
Pilates 3	15 anos	4ª	19h	Multiespaço	Tatiana
Pilates 4	15 anos	2ª	17h	Multiespaço	Tatiana
Pilates 5	15 anos	4ª	17h	Multiespaço	Tatiana
Pilates 6	15 anos	6ª	10h	Multiespaço	Tatiana
Pilates 7	15 anos	4ª	8h	Multiespaço	Tatiana
Pilates 8	15 anos	6ª	8h	Multiespaço	Tatiana
Pilates 9	15 anos	6ª	19h	Multiespaço	Tatiana

### PATINAÇÃO



CURSO	IDADE	DIAS	HORÁRIO	LOCAL	PROFESSOR(A)
Iniciante	6 a 12 anos	3ª e 5ª	18h	Quadra C	Oneide
Intermediário	8 a 16 anos	3ª e 5ª	19h	Quadra C	Oneide
Misto	mín. 8 anos	3ª e 5ª	20h	Quadra C	Oneide
Avançado/Equipe	6 anos +	3ª e 5ª	17h	Quadra C	Oneide



### MUSCULAÇÃO

CURSO	IDADE	DIAS	HORÁRIO	LOCAL
Musculação	14 anos +	2ª a 6ª	6h às 22h	Academia
Musculação	14 anos +	Sáb.	8h às 20h	Academia
Musculação	14 anos +	Dom.	14h às 20h	Academia

# DORENSE EM AÇÃO INDIVIDUAL DE BOCHA

DEVIDO A INCORREÇÕES NA MATÉRIA VEICULADA NA EDIÇÃO PASSADA DA DORENSE EM REVISTA, RESERVAMOS ESTE ESPAÇO PARA ABORDAR NOVAMENTE A ÚLTIMA COMPETIÇÃO DO CALENDÁRIO PREPARADO PELA DIRETORIA DE BOCHA DORENSE E SEUS ASSESSORES.

Nos dias 26 e 26 de novembro, o Departamento de Bocha do Clube Dores realizou a última competição de seu calendário anual. As disputas foram realizadas na modalidade individual, divididos nas séries prata e ouro.

A bocha é o único esporte no Clube que mantém o torneio "Dorense em Ação" e, em 2017, reuniu 48 competidores. No dia 26, 20 inscritos disputaram o título da série prata, que encerrou com vitória de **William**. Já a série ouro teve a participação de 28 atletas e o primeiro lugar foi conquistado por **Edson**.



Após competição, no dia 1ª de dezembro, o Departamento de Bocha realizou uma grande confraternização no Salão Antares. A parte gastronômica foi encargo de um time que acompanhava os bochófilos desde o Torneio de Verão, no início do ano — **Guga, Paulo, Jorginho** e cia. como assessores e "**Tia**" **Neida** no risoto.

Conforme o vice-presidente de Bocha, **Gilmar Arruda**, para que o fechamento do ano fosse o sucesso que foi, o trabalho de uma série de colaboradores foi imprescindível. Dos patrocinadores, responsáveis pelos brindes distribuídos no encerramento, aos bochófilos que mantêm o esporte em movimento, todos merecem

agradecimentos especiais, garantiu. Além desses, foi destaque e motivo de gratidão a presença ilustre de diversos vice-presidentes e do administrador do Clube, **Carlos Londero**, na confraternização da Bocha.

Para o Departamento de Bocha, dentre tantos que somaram durante o ano,

dois nomes merecem agradecimentos específicos: o assessor de Bocha, **Arioli Righi**, e o funcionário **Leonardo Gasparini**, da Secretaria de Esportes. "*Em nome do Departamento de Bocha, agradecemos a todos os que colaboraram e participaram dos eventos do Departamento este ano*", finalizou o vice-presidente.



## TORNEIO DE VERÃO DE BOCHA SEDE CAMPESTRE

Não perca a chance de participar das duas últimas etapas classificatórias!

**5ª ETAPA: 17 DE FEVEREIRO**

**6ª ETAPA: 24 DE FEVEREIRO**

Encerramento do torneio: 18 de março, às 8h

# REABERTURA DAS ESCOLINHAS



Após breve pausa, as **Escolinhas do Dores** estão **voltando à ativa!** Confira abaixo as que já retornaram e as datas das atividades que logo iniciarão!

As matrículas devem ser feitas, obrigatoriamente, na Secretaria do Clube, tanto para **alunos novos**, como também para alunos que participaram das escolinhas em 2017.

## RETOMADAS

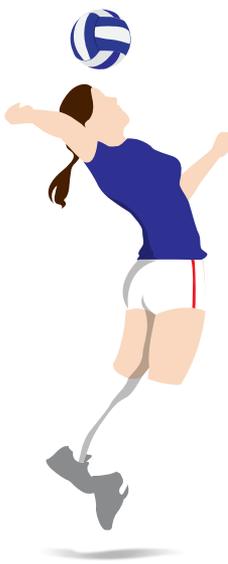
- ✓ Jump    ✓ Pilates
- ✓ Zumba    ✓ Judô

## VOLTAM EM MARÇO

- ✓ Bike
- ✓ Dança
- ✓ Dança de Salão
- ✓ Natação
- ✓ Vôlei
- ✓ Hidro
- ✓ Tênis
- ✓ Patinação
- ✓ Futsal (sub 5)

## DATA ESPECIAL: FUTSAL

- ✓ **Turmas:** sub 7, sub 9, sub 11 e sub 13/15
- Matrículas:** 1º/02 | **Início das aulas:** 19/02



# O ASSOCIADO QUER SABER

Não é raro que algumas questões perturbem o descanso do associado, que muitas vezes apenas não sabe onde encontrar as informações corretas. Pensando nisso, a Dorense em Revista criou este espaço de tira-dúvidas. Qual é a sua? Mande para nós!

## MENORES NO CARNAVAL NOTURNO | QUEM E COMO PODERÁ PARTICIPAR

Todo ano, com a chegada do Carnaval, surge a mesma dúvida: "Menores podem frequentar os bailes noturnos?". Existe um TAC (Termo de Ajustamento de Conduta) de 2010 formulado pelo Ministério Público de Santa Maria que regulamenta a questão. Entretanto, os responsáveis pela folia dorense entendem que o TAC não se ajusta à realidade do Clube e foi elaborada uma regulamentação interna mais rígida que a referida.

**Menores com 17 anos:** os responsáveis pelo folião devem preencher uma autorização por escrito, determinando que permitem que seu dependente frequente os bailes nas noites de 10 e 12 de fevereiro.

A autorização pode ser retirada na portaria do Clube e deve ser portada durante todo o baile pelo menor.

**Menores de 14 a 16 anos:** da mesma forma que os foliões de 17 anos, estes devem portar a autorização por escrito no evento. Além disso, os menores de 14 até 16 anos podem entrar apenas acompanhados de um maior de idade.

**Menores com 14 anos:** não será permitida a entrada de menores de 14 anos nos bailes nas noites de 10 e 12 de fevereiro.

Uma coisa é certa, o Dores resgata o espírito dos verdadeiros Carnavais e há folia para todos. Para menores de idade, são preparadas especialmente as tardes de 11 e 13 de janeiro. Com

tudo esclarecido, bora partir para a maravilhosa Galáxia Dores?

### NOITES DE CARNAVAL

**Menores de 14 anos:** não podem frequentar

**14 até 16 anos:** precisam de autorização por escrito e ingressar acompanhados de um maior de idade

**17 anos:** precisam de autorização por escrito



Comemore  
com a **Magia**  
dos **Espetáculos**  
da **Fogos Gaúcho!**

**Shows Pirotécnicos  
e Espetáculos Piromusicais!**

**Fone: 51 3431-1010**  
**Site: [www.fogosgaucho.com.br](http://www.fogosgaucho.com.br)**

Rodovia RS 118, Nº 8080 - Bairro Neópolis - Gravataí (RS)

# HIDRATAÇÃO: A HEROÍNA DO VERÃO

adaptado de: [belezaesauade.com](http://belezaesauade.com)

Durante o verão, é importante ter um cuidado maior com a hidratação do corpo. A desidratação, comum nesse período do ano, pode ser evitada com boa alimentação e ingestão de líquidos.

Normalmente, uma pessoa adulta perde em média 2 litros de água por dia, considerando as perdas pelo suor, urina e fezes. Portanto, é necessária a reposição diária de 2 litros de água, considerando-se toda a água ingerida pura ou na forma de alimentos, tanto líquidos quanto sólidos.

No suor, além da água perdem-se também sais minerais — principalmente sódio. Por isso, sucos de frutas com uma pitada de sal são excelentes hidratantes. As bebidas isotônicas também seguem esse princípio. A água de coco é um isotônico natural, com quantidades equilibradas de sais e água.

Quando o organismo perde mais água do que repõe, ele entra em processo

de desidratação. A água é essencial em todos os processos metabólicos vitais para o organismo. Para tirarmos energia dos alimentos que comemos e, conseqüentemente, nos mantermos vivos, é necessário haver água.

## PRINCIPAIS FORMAS DE HIDRATAÇÃO

**Água:** mantém o organismo hidratado e ajuda a digerir e absorver alimentos com mais facilidade. Também diminui a densidade do sangue, ajuda a desinchar o corpo, regula a temperatura, reduz infecções e desintoxica.

**Água de Coco:** rica em sais minerais e nutrientes. É considerada um isotônico natural, ideal durante a prática de atividades físicas.

**Melancia:** além de pouco calórica, a melancia é diurética, dá ânimo e previne problemas cardiovasculares. Composta por 90% de água, também refresca, hidrata o corpo e não engorda.



**Bebidas Isotônicas:** desenvolvidas para repor líquidos e sais minerais perdidos pelo suor durante a transpiração, têm o efeito de prevenir a desidratação e melhorar o desempenho esportivo.

**Sucos de Frutas:** a hidratação à base de sucos frescos de frutas e hortaliças oferece ao nosso corpo grande parte das vitaminas, sais minerais, aminoácidos e enzimas.



## CARDIODIAGNÓSTICO

ECOCARDIOGRAFIA E EXAMES VASCULARES

mais informações: (55) 3223 7300 - [www.cardiodiagnostico.com.br](http://www.cardiodiagnostico.com.br)

### Ecocardiograma Transesofágico

O ecocardiograma transesofágico é um exame que utiliza ultra-som para analisar detalhadamente certas estruturas cardíacas.

A tecnologia empregada permite obter imagens para diagnosticar com precisão diversos problemas cardíacos, como doenças da valva mitral, do septo interatrial, de próteses cardíacas, da aorta, e na pesquisa de causas de derrame cerebral.

O médico introduz uma sonda, específica para esta finalidade, pela cavidade oral do paciente, e através do esôfago. Para conforto, o paciente recebe um anestésico local em spray e um sedativo.

Na Cardiodiagnóstico, oferecemos o exame transesofágico do coração com equipamento de última geração, com opção tridimensional.

Hospital de Caridade - Av. Presidente Vargas, 2291 - 2º Andar (Acesso pela Rua Floriano Peixoto) | Prédio do Icardio - Rua Floriano Peixoto, 1775 - 4º Andar - Sala 401

# INFORMAÇÕES AOS ASSOCIADOS

- Todas as mensalidades/taxas são cobradas com valor atualizado.
- Dia de vencimento das mensalidades/atividades: 10 de cada mês
- Bancos conveniados para débito em conta: Banco do Brasil, Banrisul, Santander, Sicredi, Itaú, Bradesco, Caixa Federal.
- Autorização/cancelamento de débito em conta deve ser realizado até dia 3 de cada mês.
- Estacionamento: 6 horas, R\$ 2,00 para associado e R\$15,00 para não-associado; mensal, apenas para associado, R\$ 30,00;
- Exame médico dermatológico (necessário apenas para a piscina térmica) R\$12,00 - validade: 30 dias
- Dentro das dependências do Clube, portar sempre a carteira social em dia.
- Proibido entrar com animais nas sedes do Clube.
- Ao encerrar atividades como academia, natação e/ou qualquer escolinha, solicite, imediatamente, o cancelamento da matrícula na secretaria.
- Mantenha seus dados atualizados por meio do [www.clubedores.com.br](http://www.clubedores.com.br) (Área exclusiva para Associados). Caso não consiga acessar, envie para [secretaria@clubedores.com.br](mailto:secretaria@clubedores.com.br)
- Em caso de perda da carteira social, comunique, imediatamente, a secretaria;
- Sugestões, dúvidas, reclamações: [ouvidoria@clubedores.com.br](mailto:ouvidoria@clubedores.com.br)

## VALOR DA MENSALIDADE

Categorias	Idade	Valor
Efetivo A	< 21 anos	77,50
Efetivo B	> = 21, <24 anos	116,25
Efetivo C	> =24, <70 s/depend.	155,00
Efetivo D	> =70 anos	116,25
Efetivo E	> = 24, <70 anos c/dep.	232,50
Individual A	< 21 anos	77,50
Individual B	> = 21, <24 anos	116,25
Individual C	> =24, <70 anos	155,00
Individual D	> =70 anos	116,25
Patrimonial A	< 21 anos	77,50
Patrimonial B	> = 21, <24 anos	116,25
Patrimonial C	> =24, <70 anos	155,00
Patrimonial D	> =70 anos	77,50
Patrimonial A/N	dois títulos	77,50
Patrimonial Especial A	< 21 anos	77,50
Patrimonial Especial B	> = 21, <24 anos	116,25
Patrimonial Especial C	> =24, <70 anos	155,00
Patrimonial Especial D	> =70 anos	77,50
Taxa de dependente		19,00

## HORÁRIOS DE VERÃO, A PARTIR DO DIA 12 DE NOVEMBRO

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo	Feriado
Clube Centro	6h às 24h	6h às 24h	6h às 24h	6h às 24h	6h às 24h	7h às 24h	7h às 24h	7h às 24h
Secretaria	9h às 21h	9h às 21h	9h às 21h	9h às 21h	9h às 21h	8h às 14h	fechado	fechado
Biblioteca	14h às 20h	14h às 20h	14h às 20h	14h às 20h	14h às 20h	9h às 14h	fechado	fechado
Dores Games	15h às 21h	15h às 21h	15h às 21h	15h às 21h	15h às 21h	fechado	fechado	fechado
Dores Kids	15h às 21h	15h às 21h	15h às 21h	15h às 21h	15h às 21h	fechado	fechado	fechado
Sec. de Esportes	9h às 12h 14h às 21h	14h às 21h	9h às 12h 14h às 21h	14h às 21h	9h às 12h 14h às 21h	9h à 12h	fechado	fechado
Exame dermatológico	10h45 às 11h45 19h às 20h	19h às 20h	10h45 às 11h45 19h às 20h	19h às 20h	10h45 às 11h45 19h às 20h	Somente para quem for usar a piscina térmica		
Dores Fitness	6h às 17h45 18h às 22h	6h às 17h45 18h às 22h	6h às 17h45 18h às 22h	6h às 17h45 18h às 22h	6h às 17h45 18h às 22h	8h às 20h	14h às 20h	fechado
Sauna	fechado	15h às 22h	15h às 22h	15h às 22h	15h às 22h	15h às 22h	15h às 22h	15h às 22h
Vestiários	6h às 23h	6h às 23h	6h às 23h	6h às 23h	6h às 23h	8h às 23h	8h às 23h	8h às 23h
Bar Central	9h às 24h	9h às 24h	9h às 24h	9h às 24h	9h às 24h	9h às 24h	9h às 24h	9h às 24h
Piscina térmica	6h às 12h 14h às 23h	6h às 12h 14h às 23h	6h às 12h 14h às 23h	6h às 12h 14h às 23h	6h às 12h 14h às 23h	8h às 12h 14h às 23h	8h às 12h 14h às 23h	8h às 12h 14h às 23h
Piscina Centro	9h às 12h 14h às 20h30	9h às 12h 14h às 20h30	9h às 12h 14h às 20h30	9h às 12h 14h às 20h30	9h às 12h 14h às 20h30	9h às 20h30	9h às 20h30	9h às 20h30
Achados e perdidos	13h30 às 17h	13h30 às 17h	13h30 às 17h	13h30 às 17h	13h30 às 17h	fechado	fechado	fechado
Clube Campestre	7h às 23h	7h às 23h	7h às 23h	7h às 23h	7h às 23h	7h às 23h	7h às 23h	7h às 23h
Restaurante Lago	10h às 22h	10h às 22h	10h às 22h	10h às 22h	10h às 22h	9h às 22h	9h às 22h	9h às 22h
Bar das piscinas	14h às 21h	14h às 21h	14h às 21h	14h às 21h	14h às 21h	10h às 21h	10h às 21h	10h às 21h
Almoço Querência							12h às 14h30	
Vestiários	9h às 12h 14h às 20h30	9h às 12h 14h às 20h30	9h às 12h 14h às 20h30	9h às 12h 14h às 20h30	9h às 12h 14h às 20h30	9h às 21h	9h às 21h	9h às 21h
Praia Park	14h às 20h	14h às 20h	14h às 20h	14h às 20h	14h às 20h	14h às 20h	9h às 20h30	9h às 20h30
Piscina Lago	9h às 12h 14h às 20h30	9h às 12h 14h às 20h30	9h às 12h 14h às 20h30	9h às 12h 14h às 20h30	9h às 12h 14h às 20h30	9h às 20h30	9h às 20h30	9h às 20h30
Piscina Ondas, Parque Aquático Infantil, Biribol e Piscina Cascata	14h às 20h30	14h às 20h30	14h às 20h30	14h às 20h30	14h às 20h30	9h às 20h30	9h às 20h30	9h às 20h30

# LIQUIDA BRANDT SPORTS



**TÊNIS 361°  
STRATA**  
DE R\$699,00  
POR R\$419,00



**TÊNIS 361°  
VOLTATION**  
DE R\$299,00  
POR R\$209,00



**TÊNIS ASICS  
GEL-KAYANO 22**  
DE R\$699,00  
POR R\$399,00



**LEGGING  
BRASIL SUL**  
DE R\$185,00  
POR R\$55,00



**CAMISETA  
SPEEDO**  
DE R\$79,00  
POR R\$39,00



**CAMISETA  
SPEEDO**  
DE R\$84,00  
POR R\$42,00



**LEGGING  
PRAXIS**  
DE R\$149,00  
POR R\$74,00

DE 1º A 28  
DE FEVEREIRO

**Brandt®**



Minha escolha faz a diferença no trânsito.



# Comece 2018 de Carro do Ano. Novo Polo. Faça um Test Drive na Pampeiro.

## Novo Polo, eleito o Carro do Ano pela revista Autoesporte.



A partir de R\$

# 49.990,00

[vw.com.br/novopolo](http://vw.com.br/novopolo)

VOLKSWAGEN

O CARRO DO ANO

Santa Maria - Rua Serafim Valandro, 1133  
(55) 3220.6000

[www.pampeiro.com.br](http://www.pampeiro.com.br)

Pampeiro

VOLKSWAGEN FINANCIAL SERVICES  
FINANCIAMENTOS. CONSÓRCIO. SEGUROS. MOBILIDADE.

[volkswagen#vale](https://twitter.com/volkswagen#vale)

Minha escolha faz a diferença no trânsito.

www.vw.com.br. Oferta válida até 28/02/2018 ou enquanto durar o estoque, válida para veículos básicos com pintura sólida e custo de frete incluso. Os custos de registro de contrato serão aplicados de acordo com o DETRAN de cada Estado. É necessário, para a sua utilização, o cumprimento do plano de manutenção. SAC: 0800 770 1926. Acesso às pessoas com deficiência auditiva ou de fala: 0800 770 1935. Ouvidoria: 0800 701 2834.