



## Um energizante convite para o Troféu Binhá, sábado, 15

**A** bisavó Perpétua Eunice de Souza, que viu uma piscina pela primeira vez há dez anos e até então nunca tinha entrado em uma lagoa ou cachoeira, convida você a ver nadadores de diferentes idades e cidades em plena ação neste sábado, 15, no parque aquático do Athletic.



Foto: João Paulo

É a segunda vez que participará do Troféu Binhá, que chega ao 26º ano com 174 provas em quatro estilos, distribuídas por faixas etárias dos 6 aos 89 anos. Conheça um pouco da história de Perpétua, que concorrerá na categoria Master 70 (70 a 74 anos).

"Fui criada na roça, com pai retireiro (ordenhador de gado). Eu andava a cavalo –

era o 'carro' que a gente tinha – com vestido sobre a calça, exigência da época no meio rural. Terceira de 16 irmãos, ajudava a cuidar dos menores. Era adolescente quando minha família veio de Piedade do Rio Grande para São João del-Rei. Aqui era outra vida, pois na roça o trabalho era dobrado, mas prossegui ajudando minha mãe a

cuidar dos meus irmãos e da casa".

"Como eu bordava desde criança, trabalhei de costureira a mão – pois eu não tinha máquina de costura – e doméstica. Casei-me, ajudei a construir a casa, tive seis filhos naturais e adotivos. Aí meu marido teve uma queda e perdeu progressivamente

movimentos e consciência. Cuido dele integralmente. Por esse tempo tive um enfarte e artrose (degeneração das articulações). O médico recomendou hidroginástica para eu não ficar parada. Protestei: "Como, depois de velha, vou entrar na água, se nova não entrei?".

(PROSSEGUE)





### Aos 62, perguntei ao professor de ginástica: “me ensina a nadar?”

“Uma filha me levou a uma academia com piscina. Entrei na água agarrada no braço dela, morrendo de medo. Aos poucos fui andando, me mexendo, me exercitando sozinha dentro d'água. Um dia perguntei ao professor: 'me ensina a nadar?'. Foi difícil, eu tremia de nervosa, colegas minhas desistiram. Aos nove meses de aula, comecei a gostar, fui soltando o flutuador. Hoje, a cada ida minha à academia, atravesso a piscina de 14 metros 18 vezes: seis vezes em nado livre (braçadas alternadas), seis de costas e seis de peito. Abandonei o mergulho do alto para não abusar da articulação dos joelhos, devido à artrose. Meu



Foto: João Paulo

professor me chama de patrimônio da casa. Tive muito o incentivo dos meus filhos, noras e seis netos”.

“Ano passado, minha sobrinha e afilhada Mônica Oliveira Zanetti, que nada no Athletic e

participa de provas com o marido e o casal de filhos, me chamou para participar do Troféu Binhá 2014. De início fiquei um pouco assustada com o tamanho da piscina do Athletic, que é quase o dobro (25 metros) dos 14 metros da piscina que frequento. Nadei com senhoras da minha idade – 70 a 74 anos – e ganhei medalha de 1º lugar na categoria nado livre 50 metros. Gostei, e fui novamente convidada para participar do Troféu Binhá 2015, integrando a equipe do Athletic. Treinei junto com a equipe nas duas últimas semanas. Nadarei à tarde, que é o horário dos acima de 15 anos. De manhã são os mais novos, dos 6 aos 14 anos. Apareça! Nadar para mim foi – e é – vida nova!

### CONFIRA O HORÁRIO DAS PROVAS – ENTRADA FRANCA

#### Pré-Mirim à Infantil:

9h – Aquecimento

9h30 – Início das provas

#### Juvenil à Master

13h30 – Aquecimento

14h – Início das provas

Provas: Livre, Costas, Peito e Borboleta, mais Medley.





## Decolagem do Sub-15 e Sub-17 à Primeira Divisão Mineira inicia lenta, mas devagar se vai ao longe!

**A**s equipes Sub-15 e Sub-17 de futebol de campo do Athletic jogam a terceira rodada do Campeonato Mineiro 2015 da Segunda Divisão na manhã deste sábado, 15, contra o CGP Atlético Clube, em Lavras. O Sub-15 empatou nas duas partidas iniciais por 1 a 1. Já a equipe Sub-17 está menos equilibrada. Não compareceu ao primeiro jogo por ter se equivocado quanto ao horário (alterado nas vésperas) e perdeu o segundo por 3 a 1.

Este campeonato elevará ao Campeonato da Primeira Divisão 2016 os três clubes com melhor pontuação dos treze inscritos, nas respectivas categorias. A chave do Athletic tem o CGP Atlético Clube (Lavras),

Santarritense Futebol Clube (Santa Rita do Sapucaí) e Democrata (Sete Lagoas). Cada clube faz um jogo na sua cidade sede, e outro na cidade da equipe oponente. Os dois clubes de cada chave que somarem maior número de pontos passam à segunda fase, com seis clubes, também no sistema de jogos 'ida e volta'.

Sub-15 – Os dois gols alvinegros foram marcados nos três minutos iniciais do segundo tempo de cada partida, por Marco Túlio Lima Carvalho e Patrick Cruz de Moura Daniel. Na primeira rodada, contra o Democrata de Sete Lagoas, o Athletic poderia ter vencido, quando o goleiro adversário, após perder uma dividida de bola, travou com as mãos as pernas do

atacante alvinegro. O goleiro foi expulso.

Sub-17 – O gol de honra contra o Santarritense foi marcado por João Pedro Modesto Rocha, aos 7 minutos do segundo tempo.

A quarta rodada, sábado, 22, terá os jogos do Athletic em casa, no Estádio Joaquim Portugal, contra o CGP Atlético Clube. O Sub-15 joga às 8h30, e o Sub-17 às 10h30. A entrada é franca. Desfrute, na arquibancada, de bons momentos de encontro social e de bate-papo numa bela manhã ensolarada de inverno, ouvindo o apito do trem, sua espiral de fumaça se aproximando e pipas no céu. E conheça jovens locais e "estrangeiros" crescentemente hábeis no trato da bola!







## *Athletic/Conecta/Unimed campeão 2015 da Liga de Desenvolvimento do Basquete Amador de MG*



Foto: Congonha

A agilidade, interação e técnica da equipe de basquete masculino adulto Athletic/Conecta/Unimed transformaram a quadra do Segredo em quadra de batalha na tarde e manhã do primeiro final de semana de agosto. Os cem presentes celebraram ao final da terceira partida do sistema eliminatório 'melhor de três' o Athletic campeão 2015 da Liga de Desenvolvimento do Basquete Amador – LDBA – de Minas. O título sobre seis das melhores equipes mineiras de basquete da Grande BH confirma o Athletic não só como um clube poliesportivo de referência na microrregião das Vertentes, mas em toda Minas no tocante ao basquete – fruto de décadas de trabalho de antigos e atuais instrutores.

O Athletic/Conecta/Unimed chegou à final com sete vitórias e uma derrota

na sua chave, com jogos em Contagem, Pedro Leopoldo, BH e São João del-Rei. Por ter a melhor campanha no torneio, jogou a primeira da 'melhor de três' partidas contra o finalista da outra chave – UUUUUII Thug Life – na casa do adversário, em BH, e as duas seguintes no Athletic. Perdeu a primeira partida na prorrogação, já que o tempo normal acabou empatado. Tinha que vencer a segunda – a vitória foi por 75 a 71 – para desempatar na terceira. A final, domingo 2 pela manhã, teve batucada de crianças, adultos aplaudindo a cada marcação de pontos e gritos dos reservas animando seus respectivos jogadores.

Faltando 8 minutos e 51 segundos para terminar a partida, sempre com o Athletic na frente, o UUUUUII Thug Life

igualou o placar: 67 x 67. "Vai começar o jogo!", berrou o técnico da equipe até então sempre atrás no placar. Aos 4m30s do apito final, o adversário tomou a frente: 77 x 76. O suspense alvinegro durou pouco. Vencemos por 91 a 83.

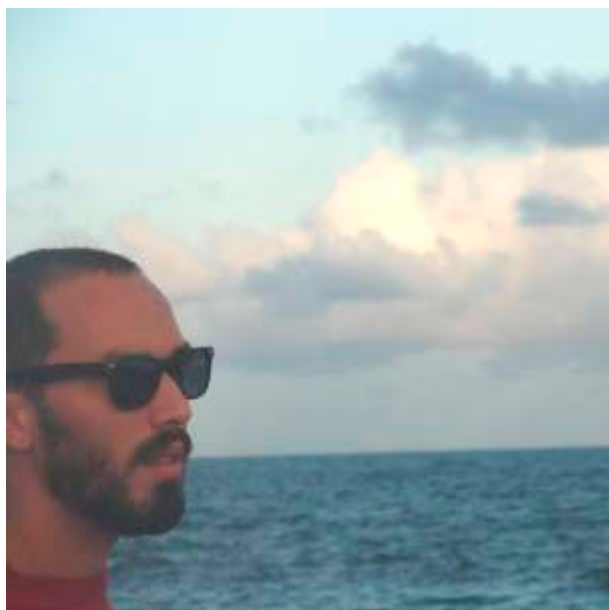
A vitória sobre o UUUUUII Thug Life – título americano amineirado da 'academia de rua' de basquete do bairro belorizontino Barreiro, inspirado em canção do falecido cantor de rap e hip-hop Tupac Amaru Shakur – e o título de campeão da LDBA-MG mostram que o Athletic joga criativamente: popularizar o basquete na cidade e região, para uma vida menos acomodada, conformista, pelo menos no plano físico.

Leia, a seguir, entrevistas com dois jogadores.





## Basquete no Segredo superou resistência de Luan a se enfurnar no interior



ela venceu minha resistência ao descobrir que o Athletic tinha equipe de basquete. Este ano comemoro, com o título da LDBA que faz do Athletic uma referência no basquete adulto masculino mineiro, 10 anos como sócio-atleta alvinegro”.

Em 2006, aos 17 anos, Luan foi indicado pelo técnico Diogo (futsal) para treinar o time de basquete da Escola

Estadual Cônego Osvaldo Lustosa, no bairro Guarda-Mor. O Sub-15 tornou-se vice-campeão dos Jogos Escolares de Minas – JEMG.

“Implementei lá o que aprendi no Athletic”.

Ao ingressar no curso de História na UFSJ, Luan interessou-se pela realidade nacional e mundial e por transformá-la. Militou no Diretório Central dos Estudantes e atuou no Conselho Universitário. Concluída a graduação e o mestrado, pensa em doutorar-se. A politização fortaleceu a visão social que trouxe do basquete nos EUA, quando jogava

“direto” com mexicanos e negros na quadra do parque ao lado de casa. “Lá o basquete de rua é comunitário, jogado na rua, priorizando a habilidade individual. O improviso, criatividade e plasticidade nos dribles desconcertantes e jogadas malabaristas fazem do streetball uma espécie de circo. Mas eles não esquecem o lado técnico coletivo. O basquete é visto como uma metáfora da guerra, ou combate pela vida. Mas agora, para mim, o basquete tem um significado mais espiritual. Vejo as quadras como um certo santuário espiritual de meditação. Isso pode beneficiar as pessoas com uma visão mais tranquila sobre como lidar com a competitividade”.

Luan, que traz no antebraço esquerdo interno uma tatuagem “comemorativa dos 200 anos de libertação da Venezuela”, e que gosta do livro “Onze Anéis – A alma do sucesso”, de Phil Jackson, e do filme “Coach Carter – Treino para a Vida” (Youtube), ambos sobre basquete, pensa em seguir carreira acadêmica e ser assistente técnico e treinador de basquete, se as atividades não conflitarem.

O basqueteiro unigênito magro veloz canhoto politizado André Luan não teve todas essas características ao longo dos seus 26 anos. Aos 14, descobriu o basquete na californiana Santa Bárbara, ao acompanhar a mãe em doutoramento nos EUA. “Peguei gosto, virou loucura”. Aos 15, de volta a Belo Horizonte, jogou no Olímpico, uma das grandes equipes de basquete de Minas. Um ano depois, 2005, a mãe passou em concurso para professor na UFSJ. “Para mim foi um momento difícil sair da capital para o interior, mas



AGOSTINHO  
Conceito A em economia



## “Eu sempre quis melhorar para ganhar do meu irmão”

**R**odrigo Rabelo, 21 anos, basqueteiro aos 9 e desde os 16 jogando na equipe adulta do Athletic, deu entrevista vestindo uma camiseta negra com a inscrição “Devise”. Do que se trata, o que significa? “É uma banda de rock nascida em São João, mas belorizontina”, informa. Em casa, o repórter descobre que um dos significados de 'devise' é “imaginar, inventar, criar, conceber, idear, arquitetar”. E pensa que poderia ter começado a entrevista assim: “Você imaginava completar 10 anos de basquete comemorando o título de campeão da Liga Desportiva de Basquete Amador de Minas, pelo Athletic?”.

Pergunta não feita, pelo menos arquiteta o começo da redação. Rodrigo diz que ao sair de casa para o jogo final, ouviu o rock pesado agressivo rápido do Metallica. Pode ser que a velocidade do baterista mais a distorção nas guitarras



e vocais roucos da banda norte-americana estimularam Rodrigo a fazer muito mais cestas, uma de suas marcas. Já o armador Luan (página anterior) ouviu o grupo Tarancón (síntese entre os sons do folclore e do cancionero latino-americano com instrumentos originários dos Andes) antes de saracotear por toda a quadra estonteando adversários. Já a

equipe adversária UUUUU Thug Life deve ter ouvido o rap e hip-hop do seu inspirador Tupac Amaru Shakur. O resultado de tantos ritmos diferentes, pré-jogo final, deve ter contribuído para a intensa e forte disputa.

Mas o que fez Rodrigo interessar-se pelo basquete, ele que frequentou a escolinha de futsal dos 7 aos 15 anos e a de natação dos 7 aos 11, quando entrou na de basquete com o professor Vicentinho e não abandonou mais quicar a grande bola laranja? “Foi meu irmão Rafael, sete anos a mais que eu, que me trouxe para o basquete. Gostei. Eu sempre quis melhorar para ganhar do meu irmão. Quando fiz a primeira cesta, achei magnífico. Lembro direitinho. Foi na quadra de cima. Quando fiz a primeira cesta de 3 pontos, fiquei impressionado – e o professor também. Já do primeiro gol no futsal, não tenho a menor idéia”. (PROSSEGUE)







## Do físico ao coração e à leitura, o basquete sempre presente

“O basquete me ajudou em tudo. Eu era tímido, não falante, baixinho e gordinho. Dei uma espichada, emagreci, fiz amizades que creio para sempre, e conheci minha ex-namorada no basquete. Ela jogava no time treinado pelo técnico Leandro 'Jedi'”.



Rodrigo diz ter sempre gostado de atividade física. Exceção: “tentei a academia de ginástica quatro vezes, mas ir sozinho é um pesar; o dia que você não vai tem que compensar; achei um 'saco'”. Vestiu a camisa do Athletic em equipe competitiva aos 14 anos, ingressou na equipe adulta aos 16, é vice-campeão três vezes pela Universidade Federal de Lavras em torneios da Liga de Desporto Universitário e

Jogos Universitários Mineiros. O que o levou a estudar Ciência da Computação – quarto período –, área dinâmica em termos de trabalho mas que parece exigir muito tempo parado, sentado, digitando?

“Não vejo conflito”, responde simplesmente Rodrigo. “Quando me formar, terei dois caminhos a seguir: trabalhar ou

cursar mestrado. Mas é cedo para decidir. Aprender sempre é bom”.

Enquanto a UFLA está em greve, Rodrigo vê filmes “de todo tipo, de todos os diretores. Aprendi muito com o cinema, gosto de Woody Allen”. Ouve rock – entre eles Foo Fighters, formado por dois ex-Nirvana. Vê seriados de TV – “gostei de Guerra dos Tronos e do Breaking Bad”. Lê livros – “acabei 'A Última Temporada' e inicio 'Onze Anéis – A alma do sucesso', ambos de Phil Jackson, sobre basquete”. Toca violão. E prepara-se para a segunda fase dos Jogos de Minas, prevista para 3 a 7 de setembro em Caratinga. O Athletic encerrou a primeira fase na segunda posição dentre as cinco equipes da sua chave.





## Sábado, 22, dê uma olhadela, sem risco de molhadelas!

**A**lém do Troféu Binhá na manhã e tarde de sábado, 15, o parque aquático do Segredo terá intensa movimentação na tarde do sábado seguinte, 22. É a vez da IV Etapa do Meeting Natação Masters – regional Central –, torneio estadual de natação amadora dos que têm 20 a 89 anos de idade. A equipe do Athletic, com 12 atletas, ocupa no momento o sexto lugar dentre as 23 equipes competidoras.

As provas serão: 100 metros Borboleta, 50m Livre, 50m Peito, 50m



Costas e 4x50m Medley Misto (Revezamento).

Prestigie as provas. Vá dar uma olhadela, sem risco de levar molhadelas com os saltos e braçadas dos ocupantes das raias. O máximo a que você se arrisca – para o bem – é molhar sua garganta com

um bom suco, água mineral ou cerveja na cantina; ter uma ótima tarde; e/ou empolgar-se e inscrever-se na escolinha de natação ou na equipe competitiva, ganhando com isso ótimas tardes de treinos e anos de saúde. Leve amigos: a entrada é franca.







www.athleticclub.com.br

Nº 20/15 85 I

# Athletic Club



Informativo

13 de agosto de 2015

## Vem aí o 13º Churrasco da Academia!

O "Encontro da Amizade" será sábado, 22 de agosto, a partir do meio-dia, na área de churrasco, ao lado da academia. Reservas e entrega dos R\$ 45,00 aos organizadores Mariester, Fred e Kaká, às noites na academia, até quinta, 20. No mais, boas conversas, proteínas e um segundo semestre com crescente bem estar, saúde, auto-estima e exuberância de vida!

## Ronald Bauer ganha mais um título mundial de Jiu-Jítsu

Em homenagem ao mais recente de muitos títulos conquistados pelo professor de jiu-jítsu Ronald Bauer – primeiro lugar na categoria Sênior 3 Preta Super-Pesado no Campeonato Mundial organizado pela Confederação de Jiu-Jítsu Esportivo dias 23 a 26 de julho em São Paulo –, o Informativo trará entrevistas com crianças, jovens e adultos de ambos os sexos que praticam a modalidade na academia. Eles terão oportunidade de revelar o que se abriu em suas vidas com a prática desse esporte de defesa que se reivindica integral, abrangendo o físico-mental-espiritual.



AGOSTINHO  
Conceito A em economia



**CAMPEÃO DA COPA SUL MINEIRA MIRIM 2013**

**Coordenação dos professores:  
Tiaguinho e Alexandre Luciano(Elói)**

**Nova  
Escolinha  
de Futebol**

**SEJA  
BEM VINDO!**

**MATRÍCULAS ABERTAS**  
Informações: 32 3371-7400 ou 8893-4743 das 9 às 18 horas

**Apoio:** Unimed, CULTURA INGLESA, São Joanares Pereira Tosti



INFORMATIVO DO ATHLETIC CLUB  
 DIRETORIA DE MARKETING  
 Redator: Edson Paz  
 Jornalista resp. Dermeval Filho  
 Diretor: João Ramalho Neto