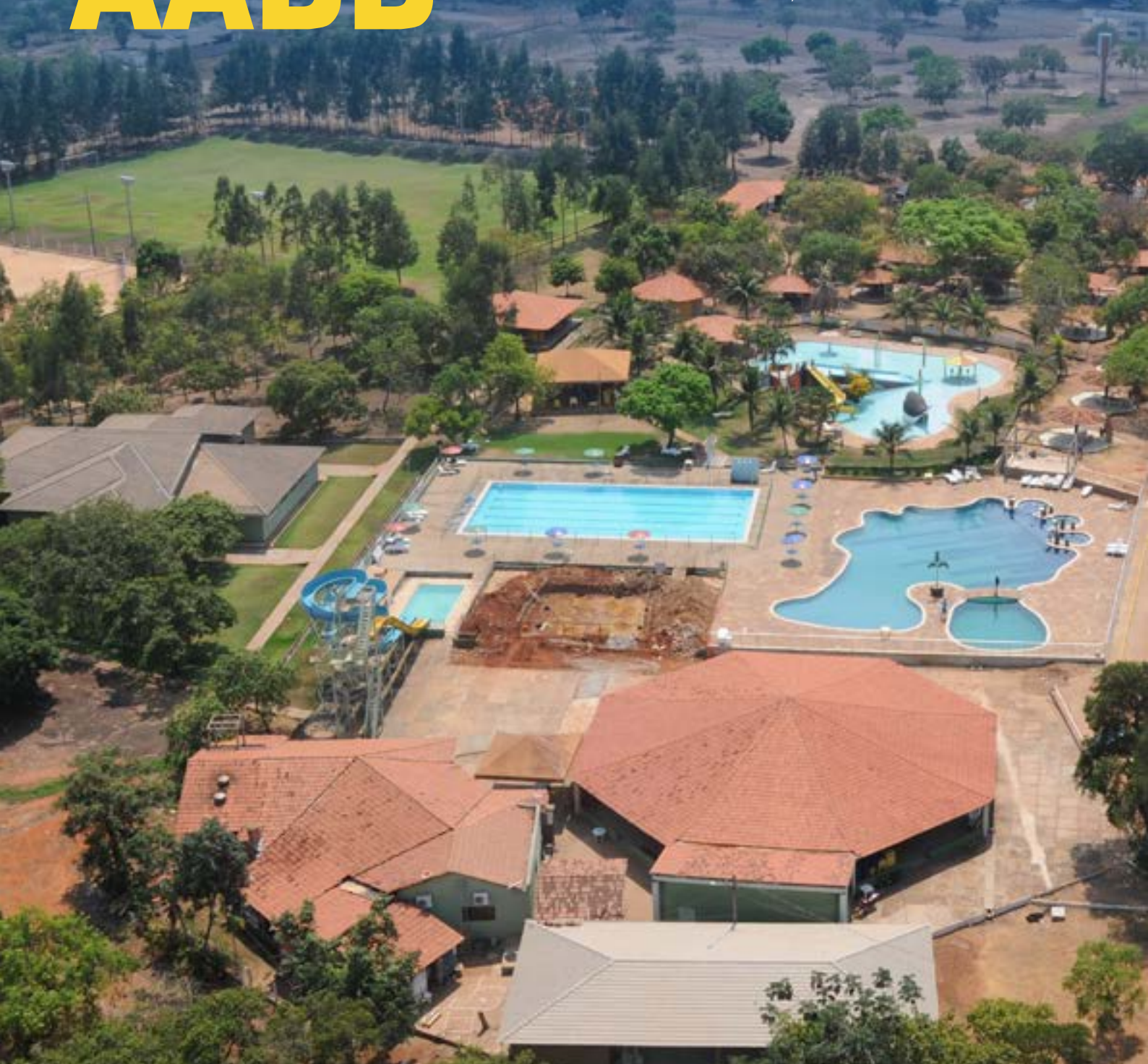


Informe **AABB**

AABB ASSOCIAÇÃO ATLÉTICA
BANCO DO BRASIL

www.aabbpalmas.com.br

PALMAS, NOVEMBRO DE 2013 - ANO 4 - Nº 16



AABBPalmas não para de
crescer!!!

Editorial

Caro leitor,

O final do ano se aproxima e com ele a certeza de que a AABB – Associação Atlética Banco do Brasil – manteve o crescimento habitual dos últimos anos. A mudança pode ser notada a olhos nus, com várias novas obras concretizadas e muitas outras no campo das ideias.

Inaugurada recentemente a piscina temática, com seis cascatas, três hidromassagens e várias profundidades, é a nova atração do local, trazendo sempre mais associados aos finais de semana. Também concluímos a canalização da água da chuva no local próximo ao salão social. O objetivo foi evitar erosões e minimizar o risco às obras já realizadas, como o prédio da AABB Comunidade, que atende crianças em vulnerabilidade social da cidade, em parceria com o Exército e o Senai (Serviço Nacional de Grande sucesso entre os membros, os quiosques garantem um momento de lazer intimista entre associados e convidados, mesmo estando na área do clube. Por isso, dez novas estruturas conjugadas estão sendo construídas e devem ser entregues em breve, aumentando de 27 para 37 quiosques.

Como metas a serem alcançadas pela Diretoria, podemos elencar a reforma do salão social, levantando o teto e construindo uma sala refrigerada para o Buffet do restaurante, que também mudou e agora está sob nova direção. O Sabor Daqui tem agradado a muitos, trazendo novidades e um



Pedro Carvalho Martins
Presidente

viço diferenciado, agora totalmente familiar. Aproveitamos o ensejo para saudar e agradecer o antigo responsável pelo local, nosso conhecido Boka, que muito contribuiu para o desenvolvimento do clube e agora encara novos desafios em sua jornada. Além de sentirmos agradecimento, desejamos muito sucesso em sua empreitada.

É com este sentimento de satisfação e orgulho, que também acompanhamos nossos atletas fazendo bonito em todas as competições que participam. O futebol society AABB Palmas/Ferpam tem feito história, com excelente resultado no Brasileiro de Clubes e deve disputar em breve as eliminatórias, disputando de igual para igual com times como o Vasco da Gama e o Náutico. Também estão concorrendo na Jerab Norte/Nordeste no mês de novembro, 19 atletas do clube que tenho certeza que retornarão com ótimas classificações da competição.

E voltando ao campo das mudanças que almejamos, queremos iniciar, sobretudo, uma nova fase no clube, com a capacitação dos funcionários. A intenção é que, melhor instruídos, os funcionários estejam, a cada dia, mais aptos a prestar um serviço de primeira qualidade aos associados, seus dependentes e convidados. Os treinamentos devem ser iniciados em breve e contamos com grandes parcerias para tornar este sonho, realidade.

Sob esta ótica de transformação, esperamos contar com a compreensão de todos os associados que devem ter a certeza que tudo isso só tem um motivo: deixar o clube cada dia melhor para todos. Na certeza de caminharmos para a consolidação deste título que tanto nos honra, seguimos trabalhando muito.

Expediente

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Conselho Administrativo

Presidente

Pedro Carvalho Martins

Vice-Presidente Administrativo

Luis Benvindo de Oliveira

Suplente Vice-presidente do conselho

Waldeci Fabri

Vice-Presidente Financeiro

Regina Maria Castilho

Suplente vice-presidente financeiro

Cleuby Sousa Lima

Vice-presidente de Esportes

Cláudio Marques de Almeida

Suplente vice-presidente de esportes

Isaac Borges Capille Júnior

Vice-presidente social

Sílvio César da Silva

Suplente vice-presidente social

Gilmar Luiz Wolfe

CONSELHO DELIBERATIVO

Presidente - Tarciso José de Souza

Gustavo Fidalgo e Vicente, Roberto Antônio Marcelo, Divino Reis Pinto Silva, Tarciso José de Souza, Luciano Cardoso Filardi, José Filadelfo da Silva, Alexandre Costa Barros, Hélio Neves Mangabeira, Jusley Caetano da Silva, Sérgio Carvalho Borges, Eloisio de Freitas Neves, Robson Santos Silva Moreira, Maria do Espírito Santo N. Limeiro, Marcelo Wallace de Lima, Edson Cabral de Oliveira, Dimas Magalhães Neto, Luso Albateno Alves Guimaraes

CONSELHO FISCAL

Eurico Silva Viana João, Luiz Carlos F. dos Santos

INFORMATIVO

Periodicidade: Mensal. Tiragem: 2.000 exemplares. **Jornalista responsável:** Andressa Figueiredo DRT - 266. **Designer gráfico:** Klévys Silva (8405-5494)

Fotografia da capa: Internet /Divulgação

Fotos: Andressa Figueiredo e Maradona

Endereço: ALC S034, Alameda 30, It 12, Setor de Clubes, Palmas-TO,

Fone: 3215-8209



Piscina temática é nova sensação do clube



Desde que foi inaugurada a piscina temática, os finais de semana se tornaram ainda mais atrativos na AABB – Associação Atlética Banco do Brasil – de Palmas. Os associados aprovaram o investimento e a cada sábado e domingo, o clube fica ainda mais lotado. Com 500 metros quadrados de área, seis cascatas, três hidromassagens, ponte e várias profundidades, a piscina é a mais nova sensação da AABB Palmas.

No dia 24 de setembro, data da inauguração, os associados presentes fizeram questão de elogiar o local, assim

como fez Sheilon, que levou a filha para brincar na piscina temática. “Ficou muito bonito e estão de parabéns”, disse.

Para Pollianny Malaquias nenhum outro clube se compara a AABB Palmas, que tem excelentes opções de lazer para pais e crianças e, sobretudo, tem uma ótima localização na cidade.

Para reforçar a segurança de todos, quatro bombeiros foram contratados para ficar de olho na piscina temática durante os finais de semana. “Nos preocupamos com o bem-estar dos membros e queremos sempre um clube ainda me-

lhor, por isso estamos sempre em obras. Acaba uma, começamos outra e tudo isso só pode ser feito porque temos o respaldo dos associados que pagam em dia suas mensalidades”, comentou o presidente da AABB, Pedro Carvalho.

Além da nova piscina temática, o clube tem toboágua de 55 metros lineares, kamikaze de 17 metros, parque aquático infantil, piscina semiolímpica, piscina para biribol, dois campos de futebol society, um campo oficial, quatro quadras de areia, uma quadra poliesportiva coberta, entre muitas outras atrações.



Piscina de hidroginástica e 10 novos quiosques

As próximas benfeitorias do clube prometem agradar a todos. Atividade física sem impacto remete à hidroginástica e a nova piscina exclusiva será sucesso garantido. Construída dentro dos padrões para a prática do exercício, com barras laterais para abdominal e flexão de perna, a obra deve ser concluída ainda este ano. Até lá, as aulas continuam sendo realizadas na piscina semiolímpica para cerca de 40 pessoas, entre

elas pessoas da melhor idade, grávidas e atletas. As aulas ocorrem nas terças e quintas das 20h às 21h, e quartas e sextas das 19 às 20h, sob o comando do professor Kleyton Paixão.

Sucesso garantido também serão os 10 novos quiosques individuais da AABB – Associação Atlética Banco do Brasil, que devem ser entregues em dezembro. Com churrasqueiras, mesas e cadeiras, os locais são utilizados por aqueles

que gostam de cozinhar e querem reunir família e amigos em uma área reservada. O clube tem ao todo 26 quiosques individuais grátis para associados e um quiosque grande para locação. “A demanda por quiosques é enorme e vimos a necessidade de construirmos novas estruturas conjugadas para supri-la”, explicou o vice-presidente da AABB, Luis Benvindo, acrescentando que o foco é sempre melhor atender o associado.



AABB Palmas está em segundo no Brasileiro de Clubes Fut7

O time de futebol society da AABB – Associação Atlética Banco do Brasil – Palmas, em parceria com a empresa Ferpam, está com tudo e não está prosa. A equipe está disputando o Brasileiro de Clubes do Fut7 no grupo C, juntamente com o Náutico, Vasco e Goytacaz FC. O evento acontece sempre em data marcada pela Confederação Brasileira de F7, aos finais de semana, e ocorre na cidade do Rio de Janeiro - RJ.

No primeiro jogo, que ocorreu entre os dias 26 e 28 de julho, no estado do Rio de Janeiro, na Arena Clube Mauá. A AABB Tocantins venceu o Goytacaz por 3 a 2, no dia 26; empatou com o Vasco da Gama no dia 27, com o placar de 2 a 2; e perdeu pro Náutico por 1 a 0, na rodada do dia 28.

Já nos dias 21 e 22 de setembro, e o time tocantinense voltou a jogar contra o Vasco, ganhando no shootout-out. Em partida válida pela terceira rodada do grupo C do Campeonato Brasileiro Fut7, a AABB derrotou o Náutico por 2 a 0, em mais uma tarde inspirada de José Renan, na Arena Akxe, na Barra da Tijuca.

Com os jogos, o time do Tocantins está em segundo lugar na classificação geral, com cinco gols em três jogos e aproveitamento de 44%. Em primeiro lugar está o Vasco da Gama com 77% de aproveitamen-



to e 11 gols. As eliminatórias serão disputadas no dia 8 de novembro. Segundo o presidente da AABB Palmas, Pedro Carvalho, é um orgulho saber que o time tocantinense está indo tão bem no campeonato brasilei-

ro, com destaque para o jogador José Renan, que tem feito muitos gols.

Com informações do F7.com.br - http://jornalf7.com/noticias_detalle.php?f_id=1847&f_tn=1

Times da AABB Palmas participam de Campeonato Vôlei Master

Mais uma prova de que a AABB – Associação Atlética Banco do Brasil de Palmas tem feito a diferença para os amantes dos esportes, é que os times masculino e feminino do vôlei master irão participar de Campeonato Mundial, que é organizado pela CBV – Confederação Brasileira de Vôlei. O evento ocorrerá neste ano em Saquarema – Rio de Janeiro, entre os dias 15, 16 e 17 de novembro (masculino 40+) e 18, 19 e 20 de novembro (feminino 35+). A inscrição dos 22 atletas foi feita pela Direção do clube, que acredita na melhoria da qualidade de vida das pessoas através do esporte.

Em 2012, a AABB Palmas participou com atletas na categoria 35+ naipes masculino. O time foi classificado para as oitavas de final, mas ficou pelo caminho após enfrentar o time de Mar Del Plata - Argentina. Para este ano, o presidente da AABB Palmas, Pedro Carvalho, está ainda mais confiante em bons resultados. “Os times têm ainda mais chance de se classificar, já que estão desde o início do



ano treinando para este campeonato nas quadras do clube”, disse.

Outro destaque é que o time feminino da AABB Palmas participará pela primeira vez do Campeonato que recebe inscrições de atletas de todo o mundo nas categorias que vão dos 35 anos de idade

até acima de 70 anos. “O evento contempla atletas de idade Master que antes não tinham perspectiva de continuar jogando. Quem gosta mesmo de jogar, pode competir para o resto da vida e assim como este torneio, existem muitos outros no Brasil e no mundo”, explicou Carvalho.

Dezenove atletas da AABB Palmas irão para Jerab 2013

Marcada para os dias 15, 16 e 17 de novembro, a Jerab – Jornada Esportiva Regional das AABB's - Norte/Nordeste, promete bater novo recorde de participação na cidade de Belém - PA. Da AABB Palmas, 19 atletas participaram nas seguintes categorias esportivas: Voleibol Feminino, Duplas de Vôlei de Praia Masculino e Feminino, Tênis de Mesa masculino e feminino e no desporto Sinuca. Na competição, estarão presentes competidores das AABB's dos estados do Pará, Maranhão, Piauí e Ceará, além do Tocantins.

O presidente da AABB Palmas, Pedro Carvalho, garante que as expectativas são as melhores possíveis já que a cada edição das Jornadas estadual e regional os times do clube se superam. “É sempre um orgulho ver a garra e o empenho dos nossos atletas. Sempre trazemos troféus para casa e isso mostra que estamos no cami-



nho certo, estimulando o esporte e a prática saudável de exercícios”, comentou.

Os atletas são classificados para a Jornada Regional após a etapa Estadual. Este ano, a Jesab – Jornada Esportiva Estadu-

al das AABB's - no Tocantins ocorreu em Porto Nacional, a 60 km de Palmas, nos dias 24 e 25 de agosto. Ao todo, oito AABB's tocantinenses devem participar da competição em Belém.

AABB Palmas agita

Dia das
Crianças

Em um sábado ensolarado e animado, centenas de associados e seus dependentes passaram o Dia das Crianças na AABB – Associação Atlética Banco do Brasil de Palmas. Para alegrar a molecada, muitos brinquedos como pula-pula, escorregadores, piscina de bolinhas, e ainda pintura corporal, distribuição de doces, pipocas e picolés fizeram a festa das crianças, que curtiram a valer a data comemorativa.

Outra grande atração foi a apresentação do lançamento de dardo. O alvo foi instalado próximo à entrada do salão social do clube e chamou a atenção de crianças e pais. O desporto foi apresentado pelo atleta profes-

sional de origem alemã Swen Schneider. “A intenção é despertar o interesse dos associados e das crianças, para quem sabe futuramente montarmos uma escolinha de dardo na AABB”, explicou o presidente da AABB, Pedro Carvalho.

Deixando o dia ainda mais especial o músico Remilvan Milhomen apresentou, num show intimista com voz e violão, o melhor da música popular brasileira. “A cada data comemorativa, o clube fica ainda mais cheio, provando a confiança que os associados têm na nossa programação”, disse o vice-presidente da AABB, Luís Benvindo.



Parceria com FT Farma garante benefícios aos associados

Desde o dia 18 de setembro, os associados da AABB Palmas e seus dependentes têm desconto de 12% ao comprar produtos na FT Farma, além do abatimento já oferecido pela empresa. Para receber o benefício basta apresentar a carteira social do clube para compras com pagamentos a vista (dinheiro, cheque,

cartão de débito e crédito parcela única), de produtos éticos, similares, genéricos e perfumaria em geral.

Para o presidente da AABB Palmas, Pedro Carvalho, é uma grande satisfação fechar parceria com uma empresa responsável e que vem crescendo bastante, garantindo um ótimo benefício aos asso-

ciados. O acordo, assinado entre a presidência do clube e o dono da empresa, está sendo divulgado nas redes sociais e nos e-mails dos associados cadastrados, além disso, a empresa poderá fazer propaganda de promoções em áreas do clube, como campo de futebol e ginásio de esportes.

Natação e hidroginástica:
saúde garantida

A atividade física aquática já mostrou ao mundo a sua eficácia no desenvolvimento e manutenção das potencialidades físicas e também orgânicas. Neste quesito, a natação e a hidroginástica aparecem como excelentes exercícios para quem quer perder peso, chutar para longe o estresse e melhorar o condicionamento físico.

Aluno de natação na AABB Palmas, Dimas Magalhães, confirma que a partir das aulas seu condicionamento físico e respiração melhoraram significativamente, além de acabar com o cansaço e o estresse normais do dia-a-dia. “É uma atividade extremamente prazerosa e relaxante. Traz muito bem-estar e eu indico para todos”, comentou.

Segundo o professor de Natação da AABB, Kleyton Paixão, os exercícios aquáticos são mais divertidos, agradáveis, eficazes, estimulantes, cômodos e seguros. “Engana-se quem pensa que a hidroginástica é direcionada só para idosos e gestantes. O exercício melhora a coordenação motora, o condicionamento e

é utilizado por vários atletas para ganhar massa muscular já que o esforço na água é dobrado”, comentou, acrescentando que como o impacto é reduzido, as dores e os espasmos musculares pós-atividades praticamente não ocorrem.

Adla Maria T. de Lima garante que os benefícios são enormes com o exercício aquático. “Fazendo hidroginástica minha disposição melhorou e nos relacionamentos contribuiu bastante. Meu filho faz natação desde os seis anos. Hoje com 14, ele não tem mais problemas respiratórios e alergias”, disse a associada.

Curiosidade

- Correr 400 metros dentro da água equivale, em termos de gasto calórico e tempo, a 1500 metros em terra firme.
- Caminhar 4,5Km com água na altura da coxa pode consumir até 460 Kcal.

Biribol é
tudo de bom!

Esporte genuinamente brasileiro, o biribol tem muita moral na AABB Palmas. Com uma piscina exclusiva, que fica entre as quadras de areia e os campos de futebol society, a modalidade garante a inclusão de todos, sem limite de idade ou peso, com problemas de saúde, como enfartados, lesionados, portadores de artroses e traumatismos dos mais variados tipos.

Segundo especialistas, é um excelente ativador da circulação sanguínea, levando a pessoa a 120 pulsações por minuto, o que dá um alargamento dos vasos sanguíneos. Além disso, ajuda a reduzir o nível de colesterol, diminui a sensação de cansaço e baixa a pressão sanguínea, que, por conseguinte, faz cair os riscos de ataques cardíacos. Com tudo isso, é claro que provoca a diminuição de peso, ajudando a queimar calorias e fazendo com que os alimentos passem mais depressa através do conduto intestinal.

Para os interessados, as regras do biribol parecem com as do vôlei, porém, com suas próprias características. Não é necessário que a pessoa saiba nadar, pois os jogadores ficam em pé dentro da piscina que tem 1 metro e 30 centímetros de profundidade. Para utilizar a piscina de biribol na AABB, os associados devem apenas comunicar na secretaria do clube e solicitar a chave do local. Depois de tudo isso não deixem de aproveitar!

Curiosidade

Nasceu em Birigui-SP, inventado pelo Prof. Dario Miguel Pedro, seu criador, idealizador e divulgador, no ano de 1968.



ENCONTRO ESTADUAL DA ANABB

Registro do vice-presidente de Relações Institucionais da Anabb – Associação Nacional das AABB's, Fernando Amaral, o superintendente Regional do Banco do Brasil, José Maria Araújo e o presidente da AABB Palmas, Pedro Carvalho, durante o Encontro Estadual da Anabb na Capital.



MEDALHISTA OLÍMPICO VISITA A ABB FITNESS

A academia do clube recebeu um convidado todo especial no dia 27 de setembro, o medalhista olímpico de prata, jogador de vôlei de praia Fábio Luiz. Na foto, registro com os funcionários da CBV e os professores da AABB Fitness, Mateus de Sousa e Marcos Vinícius (esq. p/ direita).

SITE NOVO

A Fenabb – Federação Nacional das AABB's - está reformulando todos os sites do sistema. Em breve teremos um site ainda mais moderno e bonito para os associados. Aguardem!

SABENDO DE TUDO!

Associado, se você ainda não recebe os informes da Assessoria de Comunicação, envie um e-mail para ascom.aabbpalmas@gmail.com, solicitando a adesão no mailing. Não perca tempo e fique por dentro de tudo o que acontece na AABBPalmas!



ACADEMIA AOS SÁBADOS

Desde o dia 1º de agosto de 2013, a AABB Fitness está funcionando também aos sábados, sempre das 7 às 11h. A intenção da Diretoria é proporcionar mais saúde, por meio da prática regular de exercícios.



MÚSICA

Em apoio aos eventos sociais e culturais, a AABB Palmas foi palco do lançamento do CD 'Favo de Mel', do CD e DVD 'Tocantinado' e ainda da gravação do DVD 'No Coração do Brasil', do cantor e compositor Lucimar. O evento foi um sucesso e ocorreu no dia 25 de maio.

FACE E TWITTER

Você também pode ficar sabendo de tudo curtindo nossa fanpage AABB Palmas – To e seguir no Twitter @AABBPalmas. Participe!

