Jornal INTEGRAÇÃO

Informativo do Cosmopolitano Futebol Clube | Ano 31 | Nº 225 | Outubro 2026

Página 5

Handebol comemora avanços na equipe e classificação

Página 7

Clube entrega obras importantes e outras continuam a todo vapor

Página 12

Ginástica localizada conquista associadas há 32 anos

E mais...

Veja as fotos do eventos de conscientização ao Outubro Rosa

COSMOPOLITANO
FUTEBOL CLUBE



Dois dias de comemorações para celebrar os 111 anos do Cosmopolitano

Página 3

Momentos de descontração na Chopada de Aniversário de 2025



Editorial

O mês de novembro tem um significado especial para todos nós. O Cosmopolitano celebra seus 111 anos de história com uma programação preparada para reunir os associados.

No dia 14, teremos o tradicional Baile de Aniversário e, no dia 15, a esperada Chopada, com bandas, atrações infantis, gastronomia, futsal e futebol.

Entre as novidades, destaque para o churrasco fogo de chão, que promete enriquecer ainda mais a festa. Outubro também foi marcado por momentos importantes. Os eventos do Outubro Rosa foram um sucesso, reunindo nossos associados em atividades de conscientização e confraternização.

Tivemos ainda um grande desafio às vésperas da festa do Dia das Crianças, quando fortes chuvas atingiram Cosmópolis e causaram estragos em nossas dependências. Graças ao empenho de nossos colaboradores, um verdadeiro mutirão deixou tudo em ordem para receber as famílias.

No esporte, comemoramos a classificação da equipe feminina de handebol para as finais da Série Prata da Liga de Handebol do Interior.

Nesta edição, também resgatamos a trajetória da ginástica localizada, modalidade que há mais de 30 anos faz parte da vida de nossos associados.

E as melhorias continuam. Entregamos a revitalização do parquinho e a ampliação da sala de musculação, enquanto outras obras seguem em andamento.

Reforçamos ainda a importância do recadastramento. Em breve, o sistema de reconhecimento facial entrará em funcionamento, e todos precisam atualizar seus dados e fotografias para evitar dificuldades no acesso ao clube.

Seguimos trabalhando para oferecer um Cosmopolitano cada vez melhor, valorizando nossa história e olhando sempre para o futuro.



Leandro Ricardo Zanelato
Presidente da Diretoria Executiva

Informativo do Conselho Deliberativo

Atividades de setembro de 2026

O Conselho Deliberativo do Cosmopolitano, reunido ordinariamente em 28 de setembro de 2026, sob a presidência de Julio Cezar Simon Carmona, deliberou sobre os seguintes assuntos:

1. Balancete de agosto de 2026

Após análise e parecer favorável do Conselho Fiscal, foi aprovado o balancete referente ao mês de agosto de 2026, acompanhado do comparativo de despesas.

2. Aquisição de Smart TV

Aprovada a utilização de R$ 3.168,00 da Taxa de Investimentos para aquisição de uma Smart TV LED 4K de 55 polegadas, destinada à lanchonete da piscina.

3. Manutenção do Estádio Thelmo de Almeida

O Conselho tomou conhecimento e concordou com os serviços de manutenção no campo de futebol e no entorno do Estádio Thelmo de Almeida, no valor de R$ 4.170,00.

4. Pintura e das edificações

Após apreciação da Comissão de Obras, foi autorizada a utilização de R$ 264.000,00 da verba de manutenção para pintura externa das edificações do Clube, incluindo materiais e mão de obra. A melhoria tem como objetivo proporcionar um ambiente mais acolhedor aos associados, especialmente para as comemorações de aniversário do clube, em novembro.

5. Rampa de acesso ao campo de futebol

Aprovada a utilização de R$ 8.080,00, por unanimidade, da Taxa de Investimentos para aquisição de bloquetes e pó de pedra para a substituição do piso da rampa de acesso ao campo da sede.

6. Homenagem a Tito Trevenzolli

O Conselho realizou um minuto de silêncio em memória de Waldemar "Tito" Trevenzolli. Também foi apresentada a sugestão de transferir a placa em sua homenagem para um local de maior destaque no Clube.

Expediente

Jornal Informativo do Cosmopolitano Futebol Clube

Rua Baronesa Geraldo de Rezende, nro 161 B, Bairro Bella Vista III - Cosmópolis SP

Telefones (19) - Secretaria 3872.1917 - Portaria 3882.1243 - Setor Esportivo 3882.1244

www.cosmopolitanofc.com.br

Presidente: Leandro Ricardo Zanelato
Coordenadores de Comunicação:
Anastácio Vieira Da Silva e Ismael Fegadoli Júnior - MTB 0090751/SP

Informativo produzido por
Presscom Comunicação Integrada
Jornalista responsável: Marcos Paulino - MTB 23818

Distribuição gratuita
Reprodução permitida desde que citado a fonte

Cosmopolitano celebra 111 anos com baile, chopada, churrasco fogo de chão e espostes

Comemorações em dois dias de festa e diversão para toda a família

O Cosmopolitano chega aos 111 anos de história em grande estilo, com uma programação especial que reúne tradição, música, gastronomia, esporte e muita confraternização. As comemorações começam no dia 14 de novembro, com o tradicional Baile de Aniversário, e continuam no dia 15, com a aguardada Chopada, um dos eventos mais queridos pelos associados.

O Baile de Aniversário será realizado no sábado, dia 14, a partir das 21h, no Salão Social.

A gastronomia ficará a cargo do Buffet Brunetto, que preparou um cardápio completo, com coquetel, jantar, sobremesa e bebidas. Em nosso site você encontra o cardápio completo. A animação será da Banda Chapéu da Máfia, que promete colocar diferentes gerações na pista de dança com um repertório variado e muita interação com o público.

No domingo, dia 15, será a vez da tradicional Chopada de Aniversário, com a distribuição de 1.500 litros de chope, música ao vivo, brinquedos para as crianças na piscina, recreação com os professores Maressa e Allan, das 14h30 às 16h e distribuição de algodão-doce e pipoca. E uma grande novidade gastronômica: o porco à paraguaia e a costela fogo de chão. O cardápio inclui ainda arroz carreteiro, farofa caipira e vinagrete. A refeição custa R$ 40, o prato para adultos, e R$ 20, para crianças, e devem ser adquiridos antecipadamente na Secretaria do Clube, até 13 de novembro.

A programação musical estará espalhada por diferentes espaços. Na Praça de Alimentação, apresentam-se Tentação (12h30 às 14h), Trilha Zero (14h30 às 16h) e Fábio Menezes (16h30 às 18h). Na Praça Yolanda Tutu Balloni, o Old Big Dogs toca das 13h às 14h30 e retorna das 15h às 16h30. Já no Bar Verão 90, a animação ficará por conta do Tentação 3, a partir das 16h30.

A Chopada também contará com opções gastronômicas como crepe, churros, lanche de pernil e de linguiça, milho verde, macarrão na chapa e bebidas variadas

O esporte também fará parte das comemorações. Logo pela manhã, às 8h, serão realizados os tradicionais Jogos Festivos de Aniversário, com partidas de futebol de campo masculino, nas categorias adulto (18 a 47 anos) e veterano (48 anos ou mais). As inscrições podem ser feitas pelo site do Clube até 13 de novembro. Outra atração esportiva será o Festival de Futsal da categoria 2016, a partir das 8h30.

Com atividades para todas as idades, o Cosmopolitano celebra mais um capítulo de sua trajetória centenária, valorizando as tradições que atravessam gerações.













Alguns momentos da Chopada e do Baile de Aniversário de anos anteriores

Dia das Crianças é celebrado com muita diversão

Brinquedos infláveis, personagens, música e muitas gostosuras garantiram uma tarde especial

O Cosmopolitano promoveu, no dia 12 de outubro, uma grande festa em comemoração ao Dia das Crianças. Diferentes espaços do Clube foram tomados pela alegria e pela diversão, proporcionando momentos especiais de lazer e convivência entre associados e familiares.

Os brinquedos infláveis, distribuídos em várias dependências do Clube, estiveram entre as principais atrações da tarde. A presença do Homem-Aranha e da Cinderela também encantou os pequenos, que puderam interagir, tirar fotos e aproveitar o encontro com seus personagens favoritos. Muitas crianças entraram no clima da festa e compareceram fantasiadas, deixando a comemoração ainda mais colorida. A programação contou ainda com escultura de balões, além de pipoca e algodão-doce à vontade. Na Praça de Alimentação, diversas opções gastronômicas completaram a festa, com doces, espetinhos, lanches, pastéis, crepes, churros e outras delícias.

A animação musical ficou por conta da Duo System, que retornou ao Cosmopolitano pelo segundo ano consecutivo para embalar a comemoração com um repertório especial.

Com uma programação preparada especialmente para os pequenos, o Clube proporcionou momentos de alegria e boas lembranças para as famílias. Aponte a câmera do seu celular para o QrCode abaixo e acesse as fotos deste evento.





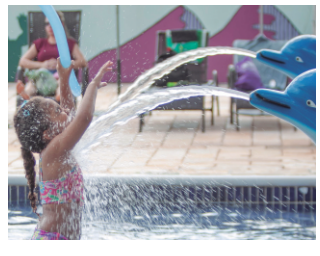














Handebol encerra primeira fase da Liga com classificação

Cadete feminino está nas finais da Série Prata da Liga de Handebol do Interior

As equipes cadetes masculina e feminina do Cosmopolitano encerraram, no dia 23 de outubro, sua participação na primeira fase da Liga de Handebol do Interior. Os confrontos aconteceram no Ginásio José Botelho Nunes, em Itatiba, contra as equipes da casa. Apesar das duas derrotas, os atletas demonstraram determinação e espírito de equipe, concluindo uma importante etapa de aprendizado e evolução.

No feminino, a equipe enfrentou dificuldades ao longo da competição, especialmente pelos desfalques provocados por lesões. Ao término das 12 rodadas, três equipes, entre elas o Cosmopolitano, ficaram empatadas na pontuação. Com isso, a definição da oitava colocação, que garante vaga nas finais da Série Prata, ficou condicionada à atualização da classificação oficial.

Vale destacar que o Cosmopolitano conta com a equipe mais jovem entre as 12 participantes da categoria feminina. Mesmo enfrentando adversárias mais experientes e fisicamente mais desenvolvidas, as meninas realizaram uma campanha muito positiva.

No cadete masculino, apesar da derrota, a equipe protagonizou uma partida emocionante diante de um adversário de alto nível, formado por atletas federados que disputam competições estaduais e nacionais. Mesmo desfalcados por lesões, os meninos fizeram um jogo muito equilibrado. Após nove rodadas disputadas, o masculino ainda mantém chances de classificação para as finais da Série Bronze. A definição dependerá dos resultados de outros confrontos, previstos para serem concluídos em meados de novembro, quando também serão divulgadas as datas das finais.

Com início no final de março, a Liga de Handebol do Interior é uma competição de longa duração, que reúne equipes de 21 cidades e movimenta o calendário esportivo durante praticamente todo o ano.

E o Cosmopolitano terá um papel especial no encerramento desta edição. No dia 20 de dezembro, o Clube será sede do evento de encerramento geral da Liga, cedendo suas instalações para receber atletas, dirigentes e representantes das equipes participantes.

A escolha foi muito bem recebida pelos integrantes da competição, que reconhecem a excelente estrutura e a receptividade do Clube.

O Cosmopolitano também agradece aos parceiros que contribuem para o desenvolvimento da modalidade: Mundo Doce Espaço e Buffet, Bar JP, Fontana Turismo, Guerreiro's Drogaria, Ametista Espaço Educacional, Tófoli Siqueira Advogadas, EPP Consultoria, Rha Modas, Meu Colégio, La Grassi Sorvetes e ZN Soluções.









Noite Dançante reúne música e diversão no Cosmopolitano

Trio Cassino e Ela animou a edição de outubro e próximo encontro terá Homens de Preto

A música e a alegria deram o tom de mais uma Noite Dançante do Cosmopolitano.

Realizado no dia 24 de outubro, o evento contou com a animação do Trio Cassino e Ela, que apresentou um repertório especial para embalar os casais e garantir momentos de descontração e diversão.

Tradicional no calendário social do Clube, a Noite Dançante é uma oportunidade para os associados se reunirem, reencontrarem amigos e aproveitarem momentos agradáveis ao som de boa música. E a próxima edição já tem data marcada. No dia 28 de novembro, será a vez do grupo Homens de Preto comandar a animação, prometendo mais uma noite especial para os amantes da dança. Aponte a câmera do celular para o QR Code e confira a galeria de fotos da Noite Dançante em nosso site.

















CenterMix
Tintas e ferramentas
• Tintas e Texturas
• Hidráulica e Elétrica
• Ferramentas
• Forro de PVC (instalado)
• Persianas (instalada)
• Produtos p/ piscina
(19) 3882.1612 98918 0316
Rua Campinas, 914 - Cosmópolis

Cosmopolitano avança com obras de melhorias e revitalização de suas instalações

Vários investimentos estão sendo feitos para oferecer mais conforto e segurança aos associados

O Cosmopolitano segue investindo na modernização e revitalização de suas instalações, com obras em diferentes áreas do Clube. Entre os trabalhos em andamento estão a ampliação da Sala de Musculação, a substituição da grama sintética do campo de futebol e a pintura de prédios e espaços de circulação, sempre com o objetivo de proporcionar mais conforto, segurança e qualidade aos associados.

Uma das principais intervenções é a ampliação da Sala de Musculação, que está ganhando um novo espaço na área onde funcionava o antigo campo de malha. A primeira fase da obra, correspondente à parte estrutural, já foi concluída. Agora, os trabalhos entram na segunda etapa, que contempla as instalações elétricas e os acabamentos, incluindo a colocação de climatizadores.

Outra intervenção importante é a troca da grama sintética do campo de futebol, que ainda não foi finalizada devido às chuvas frequentes. Para a conclusão do serviço, são necessários de três a quatro dias consecutivos de sol, permitindo que a grama fique completamente seca. Isso porque a instalação exige a aplicação de uma camada de areia sobre a superfície, procedimento que precisa ser realizado em condições adequadas de umidade para garantir a qualidade do resultado.

Os trabalhos de manutenção e conservação também avançam em outras dependências do Clube. A pintura externa do Ginásio de Esportes já está na reta final, assim como a revitalização da pintura da portaria principal.

Na sequência, o cronograma prevê a pintura do prédio redondo, onde funciona a piscina aquecida, e, posteriormente, da fachada do Cosmopolitano.

Outra medida realizada recentemente foi a retirada dos pinheiros localizados no pátio do Clube. A intervenção teve caráter preventivo e foi executada com respaldo técnico e autorização do órgão competente, visando reduzir riscos à segurança, especialmente diante dos períodos de chuvas intensas e ventos fortes.

Com essas ações, o Cosmopolitano Futebol Clube reafirma seu compromisso com a manutenção, a segurança e a constante melhoria de sua estrutura, buscando oferecer aos associados espaços cada vez mais modernos, agradáveis e adequados para a prática esportiva, o lazer e a convivência.





Ampliação da Sala de Musculação





Chá com Bingo reúne mais de 300 mulheres no Clube

Evento em apoio ao Outubro Rosa promoveu uma tarde de confraternização

O Cosmopolitano realizou, no sábado, 3 de outubro, uma ação especial dentro da programação do Outubro Rosa. O Chá com Bingo Rosa reuniu mais de 300 mulheres em uma tarde marcada pela confraternização, alegria e, principalmente, pela valorização de uma campanha tão importante para a conscientização sobre a saúde da mulher.

Associadas e convidadas participaram do bingo e concorreram a diversos brindes ao longo do evento, em um ambiente preparado especialmente para recebê-las.

Cada mulher presente recebeu uma cartela para concorrer a R$ 200, e a grande vencedora foi a sócia Anne dos Santos, que levou o prêmio para casa.

A realização do Chá com Bingo contou ainda com uma importante parceria do comércio local, que colaborou com a doação de prêmios para as rodadas: Vitória & Rosane Multimarcas, Farmave Farmácia de Manipulação, Elefante Colorido, Hamburgueria e Restaurante Kero-Kero, JC Ceel Acessórios, Restaurante do Ceará, Restaurante Tentação, Óticas Carol, Tortinhas da Val, Buffet Mundo Doce, Óticas Ipanema, Modas Rha, Drogaria Guerreiro, Ester Pelissari Design de Sobrancelhas, Restaurante Dona Maria, Supermercado Compre Mais (Centro), O Boticário, Herazu Ortopédicos, Art Studio Photo, Rocha Magazine, Ana Flor Gourmet, Fernanda Salgados, Sílvia Madsen, Óticas Leila, Gráfica ZN Soluções e Ana Maria Fontana.

Aponte a câmera do seu celular para o QrCode abaixo e acesse as fotos deste evento.

Participante de 88 anos foi homenageada durante o evento

Entre as mais de 300 mulheres que participaram do Chá com Bingo, uma convidada recebeu uma homenagem especial. Aos 88 anos, a senhora Elzira Maria Scursoni foi presenteada por ser a participante mais idosa do encontro.

Ela recebeu um berloque doado pela Casa da Amizade e pelo Rotary Club de Cosmópolis. Mais do que uma joia, o presente carrega um significado especial: suas sete cores representam as áreas de atuação do Rotary, como saúde, educação, meio ambiente e promoção da paz. Uma lembrança que simboliza cuidado, solidariedade e valorização da vida, em sintonia com a mensagem do Outubro Rosa.

Frequentadora assídua dos Chás com Bingo desde que começaram a ser realizados, ela não esconde sua paixão pelo evento. “Gosto de tudo! É sempre muito bom reencontrar as amigas, colocar a conversa em dia e, claro, jogar um binguinho também!”, conta. “Fiquei muito emocionada! Foi uma alegria receber esse carinho”, recorda.

Essa alegria de viver também é motivo de orgulho para a família. Segundo sua filha, Rogéria Scursoni, a mãe espera ansiosamente por cada edição do Chá com Bingo. “Fazemos questão de incentivá-la e acompanhá-la, porque sabemos o quanto esses momentos são especiais para ela.”

A filha destaca ainda a maneira positiva com que a mãe encara a vida. “É muito bonito vê-la tão ativa e interessada. Ela nos mostra que nunca é tarde para fazer o que gostamos e estar perto de quem nos faz bem.” A homenageada deixa ainda um conselho simples e cheio de sabedoria: “Saiam de casa, distraiam-se, encontrem as amigas e aproveitem esses momentos. É muito bom conversar, dar risada e aproveitar a vida!”



















Dona Elzira recebendo sua homenagem

Treinão Rosa reúne 140 participantes em manhã de esporte e conscientização

O Cosmopolitano realizou, no dia 11 de outubro, o Treinão Rosa de Corrida e Caminhada, mais uma atividade da programação especial do Outubro Rosa. O evento reuniu 140 participantes, registrando 100% de presença dos inscritos e mostrando o sucesso da iniciativa, que uniu esporte, saúde e conscientização.

O presidente Leandro Zanelato e diversos diretores também prestigiaram a atividade, acompanhando de perto a participação do público.

Na chegada, a professora Neia comandou uma trend enquanto os participantes aproveitaram uma mesa de frutas e água de coco, oferecida com o patrocínio da Indústria e Comércio de Bebidas Furlan.

Como lembrança especial, os participantes receberam canecas comemorativas dos 111 anos do Cosmopolitano.

Aponte a câmera do seu celular para o QrCode abaixo e acesse as fotos deste evento.





















Happy Hour Rosa celebra a força e a união das mulheres

O Cosmopolitano promoveu, no dia 29 de outubro, mais uma edição do Happy Hour Rosa. O encontro integrou a programação do Clube em homenagem ao Outubro Rosa, mês dedicado à conscientização sobre a importância da prevenção e do diagnóstico precoce do câncer de mama.

As participantes puderam aproveitar a apresentação ao vivo do músico Will Duka, que animou a noite com um repertório variado. A gastronomia ficou por conta do Bar Verão 90, que preparou um cardápio de boteco.

O Cosmopolitano agradece o apoio e a colaboração dos parceiros: Farmave Farmácia de Manipulação, Cássia Simoni, Ana Flor Doces Gourmet, Óticas Ipanema, Bar Verão 90 e Passeando com Valéria. Essa iniciativa reforça a importância de reservar momentos para o bem-estar e fortalecimento dos laços de amizade e convivência.



















Forte chuva causa danos em diversas áreas do Cosmopolitano

Trabalho intensivo permitiu que a programação do dia seguinte acontecesse normalmente

As fortes chuvas que atingiram Cosmópolis no dia 11 de outubro também causaram transtornos e prejuízos ao Cosmopolitano. Diversas dependências do Clube foram afetadas, principalmente o Salão Social, a Sala de Jogos e a Sala de Musculação, que sofreram com alagamentos.

O temporal também provocou a queda de galhos de árvores dentro do Clube e danos a equipamentos, como bebedouros de água, freezers e televisores.

A situação exigiu uma verdadeira operação de recuperação e limpeza, especialmente porque, no dia seguinte, 12 de outubro, estava programada a tradicional Festa do Dia das Crianças. As tendas que seriam utilizadas na comemoração já estavam montadas quando o temporal atingiu a cidade, mas, felizmente, não sofreram danos estruturais. Diante dos estragos, uma grande mobilização foi realizada para colocar as instalações em ordem e garantir a segurança e o conforto dos participantes. Graças ao empenho dos envolvidos, a festa aconteceu conforme o planejado e foi um grande sucesso.

Apesar dos transtornos, o Cosmopolitano demonstrou sua capacidade de mobilização diante de uma situação inesperada, mantendo o compromisso de oferecer o melhor aos seus associados.



Algumas das áreas afetadas pela chuva

ASSOCIADO: O COSMOPOLITANO PRECISA DA SUA COLABORAÇÃO

RECADASTRE-SE

FAÇA A FOTO
E ATUALIZE SEUS DADOS
CADASTRAIS O QUANTO ANTES!

Em breve, o antigo sistema de acesso será desativado.

Plastcosmo
Materiais Descartáveis
• Descartaveis • Embalagens em Geral • Lençol Hospitalar
• Material de Limpeza e Higiene) • Lençol TNT/Avental TNT
• Luva Procedimento latex/vinil • Sacos de Lixo
Fones: (19) 3872-7707 / 3812-3440
PLASTCOSMO@GMAIL.COM
Av. da Saudade, 980 - Jd. Paulista - Cosmópolis/SP

MARSON
Casa & Construção
MARSON CASA & CONSTRUÇÃO
Rua José de Moraes nº 164
Vila Kalil | Cosmópolis-SP
Fone: (19) 3812-3043
marson@cosmonet.com.br

COSMO LUZ
Ligue:(19) 3872.2307

Segurança e responsabilidade orientam retirada de árvores

Medida preventiva tem respaldo técnico e autorização do órgão competente

A segurança de todos que frequentam o Cosmopolitano é uma prioridade da administração do Clube. Por isso, a retirada de 19 árvores da espécie Pinus elliottii, localizadas em suas dependências, foi adotada como medida preventiva, com base em critérios técnicos e em conformidade com as exigências legais.

A decisão está fundamentada em um Laudo Técnico de Avaliação de Risco e Sanidade Arbórea, elaborado por profissional habilitado e acompanhado da respectiva Anotação de Responsabilidade Técnica (ART). A intervenção também conta com a devida autorização do órgão competente.

O estudo identificou situações que representam riscos à segurança, como inclinação de árvores, histórico de queda de galhos, interferência com a rede elétrica e proximidade de áreas de circulação de pessoas e veículos, além da inadequação da espécie aos locais onde está plantada.

É importante destacar que nenhuma decisão dessa natureza é tomada de forma aleatória. Todas as intervenções são cuidadosamente avaliadas, respaldadas por orientações técnicas e realizadas mediante as autorizações necessárias, sempre priorizando o bem-estar das pessoas e a preservação do patrimônio do Clube.

A administração reconhece a importância das árvores para o meio ambiente, para a paisagem e para a própria história do Cosmopolitano. Entretanto, diante de riscos identificados por profissionais especializados, agir preventivamente é uma demonstração de responsabilidade e compromisso com a segurança e o bem-estar de todos.



HiGi Sim
HIGIENE PROFISSIONAL

The Wall Sports
Uniformes Personalizados
Esportivos E Industriais
e-mail: thewall.visual@yahoo.com.br
FORNECEDOR OFICIAL COSMOPOLITANO F.C.
(19) 3872-4765





Plastcosmo
Materiais Descartáveis
• Descartaveis • Embalagens em Geral • Lençol Hospitalar
• Material de Limpeza e Higiene) • Lençol TNT/Avental TNT
• Luva Procedimento latex/vinil • Sacos de Lixo
Fones: (19) 3872-7707 / 3812-3440
PLASTCOSMO@GMAIL.COM
Av. da Saudade, 980 - Jd. Paulista - Cosmópolis/SP

MARSON
Casa & Construção
MARSON CASA & CONSTRUÇÃO
Rua José de Moraes nº 164
Vila Kalil | Cosmópolis-SP
Fone: (19) 3812-3043
marson@cosmonet.com.br

COSMO LUZ
Ligue:(19) 3872.2307

Ginástica localizada: 32 anos de saúde, amizade e histórias no Cosmopolitano

Modalidade conquistou gerações de associadas e se tornou muito mais do que uma atividade física

Há 32 anos, a ginástica localizada começava a escrever uma história especial no Cosmopolitano. Criada pela coordenadora de Esportes Valéria Moraes, logo que ela chegou ao Clube, a modalidade despertou tanto interesse que o setor esportivo recebeu cerca de 200 ligações de associadas querendo participar das aulas.

Diante da grande procura, foram abertas duas turmas, às terças e quintas-feiras, uma às 8h e outra às 16h. As vagas eram tão disputadas que havia controle de presença e lista de espera.

Mas o que tornou a ginástica localizada tão especial foi muito além dos exercícios. Valéria fazia questão de promover a integração entre as participantes, organizando viagens, chás da tarde e confraternizações em churrascarias. Os encontros fortaleceram amizades que, em muitos casos, permanecem vivas até hoje.

A associada Marli Terezinha Fernandes acompanha essa trajetória desde o início. São 32 anos de dedicação à ginástica localizada, sem perder o entusiasmo pelas aulas e pela convivência com as colegas.

" As aulas sempre foram ótimas, intensas e diversificadas e as atividades organizadas por Valéria foram fundamentais para criar vínculos duradouros", recorda.

Marli destaca que os benefícios da ginástica ultrapassam a questão física. "Fazer exercícios só me trouxe benefícios, que vão além de um corpo saudável e fortalecido. Considero as interações com os professores e colegas um bem para a saúde mental e emocional."

Outra participante que tem uma ligação especial com a modalidade é Vânia de Andrade. Há mais de 20 anos, incentivada por uma vizinha que já frequentava as aulas, ela resolveu experimentar a ginástica localizada. Desde então, não parou mais.

Vânia se lembra com carinho das primeiras turmas, que reuniam mulheres de diferentes idades em um ambiente de muita alegria e companheirismo. Entre as amizades construídas, uma permanece especialmente viva em sua memória: a de Nádia, amiga que já faleceu, mas que continua sendo uma inspiração. "Ela sempre me incentivava, me dava força quando eu não estava com vontade de ir. Isso ajudava muito", conta.

Vânia também guarda boas lembranças das excursões, das quais participou de quase todas. Para ela, a ginástica se tornou parte indispensável da rotina. "Quando não vou, meu dia fica estragado", brinca.

Apaixonada pela atividade física, conta que já chegou a praticar cinco horas de exercícios por dia. E faz questão de incentivar outras pessoas a seguirem seu exemplo. "Ginástica é vida, é saúde e todos deveriam fazer. Temos um clube lindo, com atividades para todos os gostos e idades. Pretendo morrer fazendo ginástica no Cosmopolitano. Morreria feliz!"

A ginástica localizada acontece todas as terças e quintas-feiras, às 8 horas, no salão social, e são ministradas pelos professores Paulo, Lucas, Néia e Thayná. Não é necessária inscrição prévia.



Turma da localizada de terça-feira