

Atividades Esportivas 2010

ESPORTES

Confira a programação no Departamento de Esportes e pratique!

Massagem (Energy Corp) - horários no Departamento de Esportes.

Fisioterapia - Terças a sextas-feiras: 16h30 às 20h30. Sábados: 9h às 11h30.

Exame Médico - Piscina - Mantenha sempre em dia. Informe-se no Depto. de Esportes.

Natação - Sírio Acqua Team

Nova turma - Terças a sextas-feiras: 12h às 12h50.

Provas do C.P.T.A. - **7/3** - cidade de Alumínio. **14/3** - Barra do Sahy. **28/3** - a definir.

2 a 7/3 - Semana da Mulher Esportista - Escolha sua(s) modalidade(s) e participe!

Tênis

5/3 (sexta-feira) - 1ª etapa da Copa Sírio de duplas sorteadas - Masculino.

16/3 (terça-feira) - Amistoso Damas.

26/3 (sexta-feira) - 2ª etapa da Copa Sírio de duplas sorteadas - Masculino.

30/3 (terça-feira) - Torneio interno Damas de duplas sorteadas "B".

Futebol de Menores

6/3 (sábado) - Amistosos: Sírio x Helvetia - categorias Sub 7, Sub 9, Sub 11 e Sub 13.

13/3 (sábado) - Jogos - categorias Sub 7, Sub 9 e Sub 11.

13 e 14/3 (sábado e domingo) - X Copa ACESC de Futebol Society - Monte Líbano.

20/3 (sábado) - Amistosos: SPAC x Sírio - categorias Sub 15 e Feminino - SPAC.

27/3 (sábado) - Campeonato Interno - categorias Sub 7, Sub 9 e Sub 11.

Copa Sírio 2010 - Torneio Início

6/3 (sábado) - categorias Principal e Veteranos. **7/3** (domingo) - categorias Master e Aspirantes.

6/3 (sábado) - **Circuito Fitness de Spinning** - 12h às 14h.

7/3 (domingo) - **Sírio Running Team** - 1ª etapa do Circuito Vênus.

20/3 (sábado) - **Capoeira** - Roda e Vivência - 11h às 14h.

23/3 (terça-feira) - **SIMI** - Aniversariantes do mês - 9h.

23 a 27/3 - Semana da Ginástica Olímpica

25/3 (quinta-feira) - **Ginástica Feminina** - Caminhada: Parque Burle Marx - Saída às 7h.

Informações no Departamento de Esportes.

DEPAMI

Escola de Esportes do DEPAM

**Início:
9/3**

De 3 a 8 anos.

Iniciação Esportiva I - 3 a 5 anos. Iniciação Esportiva II - 6 a 8 anos.

Objetivos:

- Otimizar o potencial de crescimento e desenvolvimento da criança;
 - Oferecer um programa de atividades físicas e esportivas que favoreçam o desenvolvimento de habilidades corporais básicas e a aquisição dos fundamentos de algumas modalidades esportivas;
 - Atividades com raquetes e condicionamento físico;
 - Integrar as crianças e suas famílias;
 - Desenvolver atitudes sociais como: respeitar regras, trabalhar em equipe, cooperar, competir (ganhar e perder), liderar e ser liderado, dentre outras;
 - Possibilitar a vivência motora variada, respeitando o nível de desenvolvimento para cada faixa etária.
- Confira a programação de aulas no Departamento de Esportes.*

CULTURAL2/3 (terça-feira) - **Aula aberta de Street Dance** (crianças e adolescentes).

11h às 12h e 14h às 15h - Sala Multiuso 3.

2 a 7/3 - **Semana da Mulher no Clube.**5/3 (sexta-feira) - **Aula aberta de Dança de Salão** - 20h às 21h30 - Sala Multiuso 3.14/3 (domingo) - **Sessão de Cinema: "Uma Noite no Museu 2"** - 16h - Boate.27/3 (sábado) - **Cinema Árabe: "A Terra fala árabe"** - 16h - Auditório.**SOCIAL**19/3 (sexta-feira) - **Ponto de Encontro** - com a Banda Old Fashion - 22h - Boate.*Informações e reservas na Secretaria Social. Couvert artístico: R\$ 25,00 p/ pessoa.***BAR E
RESTAURANTE**

Aos domingos, no Buffet do Restaurante Social, venha saborear as delícias das culinárias regional e internacional, além dos tradicionais pratos árabes. **De volta, dia 7/3.** Traga sua família e bom apetite!