

INFORMATIVO SEMANAL DAS ATIVIDADES DO ESPORTE CLUBE SÍRIO

# FIQUE POR DENTRO



---

30/01 a 04/02/2024 | # 1295



Vem  
pro

Pré  
Carnaval  
do Sírrio!



Fevereiro

03

Sábado



13h às 19h



com o  
grupo



Informações na Secretaria Social.



2189-8500  
ramal 580



VOLEI

SÍRIO

## VOLEIBOL SÍRIO

### DE VOLTA!

A partir de 30/01 (terça)

MASTER FEMININO

MENORES

Informações na Secretaria Esportiva.

☎ 2189-8500 - ramal 577

The poster features a dark blue background with two female volleyball players in mid-air, rendered in a vibrant, multi-colored, splatter-style graphic. A volleyball is positioned between them. The text is in bold, yellow and white fonts. Logos for 'VOLEI' and 'SÍRIO' are in the top corners. Two yellow boxes highlight the categories 'MASTER FEMININO' and 'MENORES'. A phone icon and number are at the bottom right.



☎ 2189-8500

SÍRIO

## Campeonato Interno

### BASQUETE ADULTO

Inscrições de 30/01 a 25/02 no Departamento de Esportes

PARA ATLETAS A PARTIR DE 15 ANOS DE IDADE!

☎ 2189-8500 - ramal 577

The poster has a black background with a dynamic, splatter-style illustration of basketball players in white and black uniforms jumping for a ball. The text is in white and yellow. A small phone icon and number are in the top left, and a larger one is in the bottom right.

# ESPORTES

## SALTOS ORNAMENTAIS



Atividade prática, monitorada por profissionais especializados.

🕒 14h às 16h

📍 Plataforma de Saltos

☎ 2189-8500 ramal 577



📱 @sirobrasil

## STAND UP PADDLE



🕒 10h às 12h

📍 Piscina Social

Informações na Secretaria Esportiva.

☎ 2189-8500 ramal 577

📱 @sirobrasil



## AULA ESPECIAL DE CARNAVAL "RITMOS"

**03/02**

**DAS 10H30  
AS 11H30**



COM  
O PROFESSOR  
ELMO



INFORMAÇÕES NA SECRETARIA ESPORTIVA

## HIDRO FOLIA

**08/02/24 - 09H E 19H**  
**09/02/24 - 09H**

INFORMAÇÕES NA SECRETARIA ESPORTIVA

# CULTURAL



---

## AULAS DE BALLET

De volta, a partir de 30/01 (terça)

---

# Amani

GASTRONOMIA  
AUTORAL

Destaques desta semana



Terça

**CAFTA DE FRANGO AO MOLHO TAHINE**  
ACOMPANHADO DE ARROZ CHAIRIE E BATATA SAUTÉ  
R\$ 45,00



Quarta

**POLPETONE À PARMEGIANA**  
ACOMPANHADO DE FETTUCCINE AO TRIPLO BURRO  
R\$ 45,00



Quinta

**MAMINHA ASSADA AO MOLHO FERRUGEM**  
ACOMPANHADO DE RISOTO DE FUNGHI  
R\$ 45,00



Sexta

**SAINT PETER CROCANTE AO MOLHO BONNE FEMME**  
ACOMPANHADO DE PURÊ DE BATATA E CENOURA ASSADA  
COM MEL  
R\$ 45,00



Sábado

**BUFFET DE FEIJOADA**  
R\$ 75,00



Domingo

**MENU DEGUSTAÇÃO ÁRABE**  
R\$ 89,00

---

**E VEM**



**POR**

**AÍ!**



ALL BLACK

PARTY

II



SAVE THE DATE

11/05

SÁBADO

12 | 16 ANOS

SAIU A DATA DA  
PRÉ-VENDA!

03/02  
SÁBADO



**COPA SIRIO KIDS**

**SERIE A**  
MADE IN ITALY

Logos of football clubs: AC Milan, Fiorentina, Juventus, Lazio, Fiorentina, Napoli.

**INSCRIÇÕES ABERTAS**

**NOVIDADE NO VÔLEI MASTER**

**TREINOS COM A TÉCNICA ANGELA MORAES**

- Atleta profissional por 30 anos
- Ex-atleta da Seleção Brasileira (1994-2000)
- Alta performance a nível nacional e internacional - Itália, Croácia e Suíça
- CBV - Confederação Brasileira de Voleibol Nivel I, II e III Técnico de Voleibol
- Comentarista de Vôlei no canal ESPN

**VÔLEI**

**SIRIO**

2189-8500 - ramal 577

Mais informações e horários de treinos, na Secretaria Esportiva.

VOCÊ QUE GOSTA DE LER, VENHA PARTICIPAR, SERÁ MUITO BEM-VINDO!

CLUBE DE LEITURA

# ISABEL ALLENDE VIOLETA



Fevereiro  
15

19h

Sala Palmira

2189-8500  
ramal 190

Quinta

Mediador: Appio Antônio de Souza Ribeiro



/clubesirio



ESPORTE CLUBE SÍRIO APRESENTA:

SAB  
24  
FEV

12h às 14h



VAGAS LIMITADAS!!!  
INSCRIÇÕES NA  
RECEPÇÃO

## MUSCULAÇÃO E EMAGRECIMENTO

COM PROFESSOR FERNANDO MARQUES

BLACKSKULL

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

@blackskullbr @black\_skull\_ua