

INFORMATIVO SEMANAL DAS ATIVIDADES DO ESPORTE CLUBE SÍRIO

# FIQUE POR DENTRO



---

05 A 10/03/2024

| # 1299

*Semana da*  
**MULHER**  
*So para elas*

*Uma programação especial só para elas!*



*Semana da*  
**MULHER**  
*So para elas*

**RESERVAS ABERTAS!**



**05/03**  
**BATE PAPO COM A DERMATOLOGISTA "NATALIE HADDAD"**



INFORMAÇÕES NA SECRETARIA SOCIAL (11) 2189-8500 RAMAL 380 OU PELO WHATSAPP (11) 99312-1720

*Semana da*  
**MULHER**  
*So para elas*

**SOLD OUT**

**06/03**  
**JANTAR "PASSEANDO PELO CARIBE"**  
**BAR DE DRINKS TROPICAIS, MÚSICA E MUITA DIVERSÃO!**



INFORMAÇÕES NA SECRETARIA SOCIAL (11) 2189-8500 RAMAL 380 OU PELO WHATSAPP (11) 99312-1720

*Semana da*  
**MULHER**  
*So para elas*

**RESERVAS ABERTAS!**



**07/03**  
**WORKSHOP MENSAGEM DAS CORES "PRISCILA KHOURI"**  
**"A COR É UMA ENERGIA QUE INFLUENCIA DIRETAMENTE A ALMA."**  
WASAR Y KANDONKY



INFORMAÇÕES NA SECRETARIA SOCIAL (11) 2189-8500 RAMAL 380 OU PELO WHATSAPP (11) 99312-1720

**Semana da MULHER**  
*Go para elas*

**RESERVAS ABERTAS!**

**07/03**  
OFICINA ARTESANAL DE CUSTOMIZAÇÃO  
"ANA PAULA JARDINI"



**INFORMAÇÕES:**  
NA SECRETARIA SOCIAL  
(11) 2189-8500 RAMAL 380  
OU PELO WHATSAPP  
(11) 99312-1720

**Semana da MULHER**  
*Go para elas*

**RESERVAS ABERTAS!**

**08/03**  
APRENDA SOBRE  
ÓLEOS ESSENCIAIS  
"DÉBORA PEREIRA  
& JOSÉ JUNIO"



**INFORMAÇÕES:**  
NA SECRETARIA SOCIAL  
(11) 2189-8500 RAMAL 380  
OU PELO WHATSAPP  
(11) 99312-1720

**Semana da MULHER**  
*Go para elas*

**RESERVAS ABERTAS!**

**09/03**  
OFICINA DE ARRANJOS FLORAIS  
"SYLVIA S. BUNCANNA"



**INFORMAÇÕES:**  
NA SECRETARIA SOCIAL  
(11) 2189-8500 RAMAL 380  
OU PELO WHATSAPP  
(11) 99312-1720

**Semana da MULHER**  
*Go para elas*

**RESERVAS ABERTAS!**

**10/03**  
AULA ABERTA DE JAZZ  
"PROF. BRUNO"  
TIN - NA SALA 2



**INFORMAÇÕES:**  
NA SECRETARIA SOCIAL  
(11) 2189-8500 RAMAL 380  
OU PELO WHATSAPP  
(11) 99312-1720

# CULTURAL

**MOMENTO CULTURAL**  
COM O GRUPO PASSARADA  
TEATRO - ATOR SILVONÊ CHAVES



'Ruben Alves - leitura de texto e teatro'  
10h às 12h - Sala Palmira

**SECRETARIA SOCIAL**  
APRESENTA

DIREÇÃO:  
OLAVO  
CAVALHEIRO

**HOMLET**

MARÇO	MARÇO	MARÇO	MARÇO
09	10	23	24
SÁBADO - 17H30	DOMINGO - 18H	SÁBADO - 19H	DOMINGO - 18H

TEATRO

INFORMAÇÕES  
NA SECRETARIA SOCIAL  
(11) 2189-8500 RAMAL 580  
OU PELO WHSTSAAPP  
(11) 99312-1720

**SÍRIO TOUR**  
10/03/24

18H

**BÁRBARA**

PRÊMIO  
BIBI FERREIRA  
MELHOR ATRIZ EM  
PEÇA DE TEATRO  
**MARISA  
ORTH**

TEATRO  
bravos

RESERVAS E INFORMAÇÕES NA SECRETARIA SOCIAL



# ESPORTES

05

Terça

## TÊNIS

TORNEIOS INTERNOS:  
LADIES SÍRIO E ROLAND GASÍRIO  
E RANKING: GERAL E DUPLAS

## FUTEBOL ADULTO

COPA SÍRIO - CAT. MASTERS  
20H30 - JUVENTUS X ROMA. Arena Maktub

06

Quarta

## TÊNIS

TORNEIOS INTERNOS:  
LADIES SÍRIO E ROLAND GASÍRIO  
E RANKING: GERAL E DUPLAS

07

Quinta

## TÊNIS

TORNEIOS INTERNOS:  
LADIES SÍRIO E ROLAND GASÍRIO  
E RANKING: GERAL E DUPLAS

## FUTEBOL ADULTO

COPA SÍRIO - CAT. MASTERS  
20H30 - INTER X NAPOLI. Arena Maktub

08

Sexta

## TÊNIS

TORNEIOS INTERNOS:  
LADIES SÍRIO E ROLAND GASÍRIO  
E RANKING: GERAL E DUPLAS

## VOLEIBOL

ATIVIDADE ESPECIAL DIA DA MULHER  
08H30 - Ginásio Poliesportivo

## BASQUETEBO

WOMEN'S DAY PRACTICE - TREINO MÃE E FILHO  
17H30 - Ginásio Principal

09

Sábado

## TÊNIS

TORNEIOS INTERNOS:  
LADIES SÍRIO E ROLAND GASÍRIO  
E RANKING: GERAL E DUPLAS

## FUTEBOL ADULTO

COPA SÍRIO - CAT. PRINCIPAL  
13H30 - FIORENTINA X ROMA. Arena Maktub

## SALTOS ORNAMENTAIS

14H ÀS 16H - Plataforma de Saltos (Piscina Social)

10

Domingo

## TÊNIS

TORNEIOS INTERNOS:  
LADIES SÍRIO E ROLAND GASÍRIO  
E RANKING: GERAL E DUPLAS

## FUTEBOL ADULTO

COPA SÍRIO - CAT. PRINCIPAL  
10H - NAPOLI X JUVENTUS. Arena Maktub

## STAND UP PADDLE

10H - Piscina Social



só pra elas™

CLUBE POLIESPORTIVO SÍRIO

**ESGOTADO**

**SUPER CLÍNICA DE TÊNIS**

SONTE 24 VAGAS

09 MARÇO 9H

ATENÇÃO - VAGAS LIMITADAS POR ORDEM DE INSCRIÇÃO  
CORRA E INSCREVA-SE NO DEPARTAMENTO DE TÊNIS



só pra elas™

CLUBE POLIESPORTIVO SÍRIO

**ESGOTADO**

**TORNEIO RAINHA DA AREIA**

SONTE 32 VAGAS

09 MARÇO 9H

ATENÇÃO - VAGAS LIMITADAS POR ORDEM DE INSCRIÇÃO

# ESPORTES



**só pra elas™**

INSTITUTO BRASILEIRO DE GINÁSTICA E ESPORTE

**SUPER CLÍNICA BASQUETE**

**09 MARÇO 9H15**

ATENÇÃO - VAGAS LIMITADAS POR ORDEM DE INSCRIÇÃO



**só pra elas™**

INSTITUTO BRASILEIRO DE GINÁSTICA E ESPORTE

**SUPER CLÍNICA VOLLEY**

**09 MARÇO 9H15**

ATENÇÃO - VAGAS LIMITADAS POR ORDEM DE INSCRIÇÃO



**só pra elas™**

INSTITUTO BRASILEIRO DE GINÁSTICA E ESPORTE

**SPINNING ESPECIAL**

SOMENTE 15 VAGAS

**09 MARÇO 9H45**

**ESGOTADO**

\* ESTA ATIVIDADE ACONTECERÁ NO GINASINHO

ATENÇÃO - VAGAS LIMITADAS POR ORDEM DE INSCRIÇÃO



**só pra elas™**

INSTITUTO BRASILEIRO DE GINÁSTICA E ESPORTE

**HIDRO DANCE**

**09 MARÇO 10H30**

ATENÇÃO - VAGAS LIMITADAS POR ORDEM DE INSCRIÇÃO

# ESPORTES



**só pra elas™**

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO

**PILATES SOLO**  
SOMENTE 15 VAGAS  
**09 MARÇO**  
**10H30**

\* ESTA ATIVIDADE ACONTECERÁ NO GINASINHO

ATENÇÃO - VAGAS LIMITADAS POR ORDEM DE INSCRIÇÃO



**só pra elas™**

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO

**SAUNA FEMININA**  
**09 MARÇO**  
**12H ÀS 18H30**  
NESTE DIA A SAUNA SERÁ GRATUITA!



**só pra elas™**

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO

**SUPER AULA AERÓBICA DANCE**  
DE 16 A 90 ANOS

**09 MARÇO**  
**11H30 ÀS 12H30**  
TODAS AS PARTICIPANTES GANHARÃO CAMISETAS!

ATENÇÃO - VAGAS LIMITADAS POR ORDEM DE INSCRIÇÃO

**só pra elas™**



**só pra elas™**

PATROCINADORES

**no clima**

**DA CE** **axá**

**havaianas™**

**freshy** **LES DEUX**

# Amani

GASTRONOMIA  
AUTORAL

Destaques desta semana

05

Terça

## **COSTELA ASSADA**

ACOMPANHADA DE ARROZ BIRO-BIRO, FAROFA  
E VINAGRETE DE ABACAXI  
R\$ 45,00

06

Quarta

## **QUIBE MICHUÍ**

ACOMPANHADO DE ARROZ SÍRIO COM AMÊNDOAS  
E SALADA GREGA COM ALFACE ROMANA, SALSA,  
HORTELÃ, PEPINO, TOMATE, ROMÃ, PÃO SÍRIO TORRADO  
E RICOTA LIGHT  
R\$ 45,00

07

Quinta

## **RISOTO CREMOSO DE ABÓBORA, CARNE SECA E GORGONZOLA**

R\$ 45,00

08

Sexta

## **SAINT PETER AO MOLHO DE CREME COM LIMÃO**

ERVAS DE PROVENÇE, BATATA RÚSTICA,  
SALADA DE RÚCULA, TOMATE CEREJA E PALMITO  
R\$ 45,00

09

Sábado

## **BUFFET DE FEIJOADA**

R\$ 75,00

10

Domingo

## **MENU DEGUSTAÇÃO ÁRABE**

R\$ 89,00

**FIQUE  
ATENTO**





FIQUE  
SEMPRE ATENTO  
CONTRA  
O MOSQUITO  
DA DENGUE



VEM AO CLUBE  
OU VAI PASSEAR,  
NÃO ESQUEÇA  
DO REPELENTE!



DISPONÍVEL PARA COMPRA, NA LOJA SOUK