

INFORMATIVO

Setembro 2008

AABB
PORTO ALEGRE

Impresso Especial

216/01 DR/RS
AABB - Porto Alegre

... CORREIOS ...



**ISSO, ISSO, ISSO!
É O DIA DA CRIANÇA
DA AABB!**

**NO GINÁSIO, CAMPO
E PÁTIO DO CLUBE!**

**DIA 11/10
ÀS 15H**

**ASSOCIADO
GRATUITO!**

**NÃO-ASSOCIADO
R\$ 3,00**

Informações no Depto. de Esportes. Fone: 3243.1032

Agenda



Esportes

- 04 e 05/10** • III Torneio Máster de Futebol
- 04 e 05/10** • Torneio Primavera de Tênis
- 18, 19, 25 e 26/10** • VI Interagências de Futsal
- 25/10** • Campeonato Gol a Gol – 7ª etapa
- 26/10** • Campeonato da AABB – Vôlei
- 08 e 09/11** • Estadual de Bocha
- 19 a 23/11** • IX Sulbraabb
- 22/11** • Maratona de Ginástica
- 24 a 30/11** • VIII Semana do Tênis
- 29/11** • Campeonato Gol a Gol – 8ª etapa

Lembretes:

- **Benefícios da Ginástica**

Com o objetivo de desenvolver a resistência física, estimular a definição muscular, a queima de gordura e, ainda por cima, aliviar o estresse do dia-a-dia, o Clube oferece aos associados e à comunidade uma Academia de Ginástica completa. Exercícios aeróbicos, como step, aeroritmos, aerojump e, também, ginástica localizada podem ser praticados na AABB de segunda a sexta-feira, além de uma mensalidade superespecial!

- **Exercite-se!**

Para quem quer entrar em forma para o verão e investir pra valer na qualidade de vida, chegou a hora! Pensando nisso, a AABB proporciona atividades e vantagens para você ficar em forma na estação que vem por aí. O Clube de Corrida, além de auxiliar no preparo físico, proporciona ótimos momentos junto à natureza. Outra opção são os planos especiais de Musculação + Ginástica. Confira os novos pacotes: trimestral, semestral e até mesmo anual, com valores superacessíveis para associados e comunidade.

- **Deixe a preguiça de lado**

Agora, a falta de tempo para a prática de um exercício físico não é mais desculpa! A Academia da AABB Porto Alegre abre mais cedo para receber todos os interessados em malhar. Desde julho, a Musculação funciona de segunda a sexta-feira, das 6h30min às 23h30min, e aos sábados, das 8h às 15h. acorde mais cedo e garanta sua boa forma!

Informações no Departamento de Esportes – Fone: 3243.1032



Agenda

11/10 • Dia das Crianças

24/10 • Jantar de Aniversário Grupo Bem-Me-Quer

Social

18/10 • Baile de Debutantes

07/11 • Festa Teen

14/11 • Sexta-feira Gastronômica

Cultural

24/09 a 08/10 • Exposição de Arte

21/10 • Tertúlia Prata da Casa

08/11 • 16º Aniversário G.C.G Rancho Posteiro

29 e 30/11 • Sábado e Domingo de Qualidade

Aposentados

02 a 05/10 • Excursão a Livramento

Lembretes:

● Biblioteca

Você sabia que a Biblioteca da AABB possui um grande acervo infantil? As obras estão organizadas por cores, indicadas por fitas adesivas coladas em cada livro, que identificam o nível de leitura necessária. Etiquetas verdes indicam livros infantis que contêm apenas figuras. As vermelhas mostram que a publicação tem pouca leitura e muitas figuras. As azuis apontam livros juvenis com pouca leitura e as amarelas com um grau mais avançado de leitura. Venha conferir!

● Bem-Me-Quer

O Grupo Bem-Me-Quer irá completar mais um aniversário no dia 24 de outubro. O jantar será no Salão Panorâmico, a partir das 20h30min. As integrantes se reúnem duas vezes por semana na AABB e, desses encontros, diversos enxovais para bebês são confeccionados e doados anualmente para hospitais. Vale lembrar que o Grupo recebe todo tipo de doações, e os materiais arrecadados são revertidos às entidades assistidas pelo Bem-Me-Quer.

● Exposição de Arte

A AABB quer mostrar toda a arte e talento de seus associados. Para isso, está reunindo os trabalhos realizados por 27 integrantes do Grupo de Arte da Associação em uma coletiva intitulada "Sentimentos Expressos", no Memorial do Rio Grande do Sul (Rua Sete de Setembro, 1020). A Exposição pode ser conferida de terça a sábado, das 10h às 18h, até 8 de outubro.

Informações no Departamento Sociocultural – Fone: 3243.1041



Não esqueça!

Saúde em foco

Agora, a AABB conta com mais um espaço: um consultório de nutrição. O ambiente, localizado no térreo do Salão Panorâmico, tem como objetivo disponibilizar atendimento nutricional que vise à avaliação e à reeducação alimentar. As consultas devem ser agendadas com a nutricionista Renata de Campos Rostirolla pelo telefone (51) 9992.0919, ou pelo e-mail renatarostirolla@yahoo.com.br.

Abertura das piscinas

Com a chegada do calor, a AABB te convida para dar um mergulho em nossas piscinas! A abertura oficial da temporada está marcada para o próximo dia 11 de outubro. Traga sua família e venha se refrescar no parque aquático do Clube.

Muito mais praticidade

A AABB quer facilitar ainda mais sua vida oferecendo todo conforto na hora de efetuar o pagamento da mensalidade. Se você tem conta no Banco do Brasil, Bradesco, Itaú, Banrisul ou Unibanco, entre em contato com a Central de Atendimento e mude para o débito em conta. É muito mais rápido, fácil e você não precisa se preocupar em agendar o pagamento de sua fatura todos os meses. Basta escolher o melhor dia (10, 20 ou 30 de cada mês) e acompanhar os pagamentos através dos caixas eletrônicos ou pela Internet.

Coisa de Cinema!

O convênio firmado entre a AABB Porto Alegre e quatro redes de cinema ainda está valendo! Os descontos para associados são para sessões nas redes: GNC, Guion, Unibanco Arteplex e Cinesystem. Os ingressos estão disponíveis no Caixa do Clube, têm validade de até quatro meses e são destinados a qualquer sessão.

Confira os valores!

Arteplex.....	▶ R\$ 6,50
GNC.....	▶ R\$ 8,00
Guion.....	▶ R\$ 7,00
Cinesystem.....	▶ R\$ 6,50



Av. Cel. Marcos, 1000 - Ipanema - CEP 91760-000 - Porto Alegre - RS
Fone (51) 3243 -1000 - www.aabbportoalegre.com.br - Fax (51) 3243 - 1099