CONEXÃO TCC

Nº 4
Agosto
2025

Publicação do Tênis Clube de Campinas



ISSO AQUI TÁ BOM DEMAIS!

pág. 18

tcc.com.br
acesse nosso site

Editorial

Caros associados,

Estamos em um momento de decisões importantes no nosso clube e, por isso, compartilho a resolução tomada sobre a piscina oval que apresenta vazamentos.Após análise criteriosa entre a Diretoria Executiva e a Comissão de Obras do Conselho Deliberativo, optamos por realizar o conserto imediato dos mesmos, com prazo estimado de um mês para execução. Essa medida é essencial para preservar também a piscina infantil, já que ambas são interligadas. Assim, garantiremos o uso das piscinas normalmente durante o verão e nas férias escolares, de outubro a fevereiro de 2026.

O Conselho também aprovou o projeto da nova piscina oval e a previsão é que essa obra seja iniciada em março de 2026, com todos os projetos aprovados (hidráulica, elétrica, estrutural, aquecimento e memorial descritivo), após o período de férias dos associados. A previsão da duração da obra é de 5 a 6 meses. Com essa decisão, reforçamos nosso compromisso em agir com responsabilidade, priorizando o bem-estar das famílias do clube e garantindo que todos aproveitem o verão sem prejuízos.

Nossas ações são sempre pautadas pela cautela e responsabilidade, afinal, é um compromisso que assumimos com cada um que coloca sua confiança no nosso trabalho. Não é tão simples quanto parece tomar decisões dessa magnitude. Depende de muitas horas de estudo, contas, análises de risco e experiência de clube.

O diálogo aberto e a participação de todos são fundamentais para a construção de um TCC cada vez melhor e nós contamos com isso.

Obrigado pela confiança.



Gustavo Di Tella Ferreira
Presidente da Diretoria Executiva
Tênis Clube de Campinas

Diretorias

Diretoria Executiva
Triênio 2023/2025

Presidente
Gustavo Di Tella Ferreira
Vice-presidente
Antonio Grassi Júnior
1º Secretário
Marcello Rodolfo Bertolucci
Secretário Adjunto
Ricardo Grassi
Diretor Financeiro e Administrativo
Paulo Juliano Cassol
Diretor Social
Claudia Tereza Brighenti de Paula
Diretor Geral de Esportes
Carlos Eduardo B. Campos Castro
Diretor Títulos Patrimoniais
Ricardo Grassi
Diretor de Patrimônio/Obras
Antonio Celso Saraiva de Andrade
Diretor da Sede de Campo
Adriano de Paula Pacheco
Diretora Projetos Sociais
Manuela Guimarães Nazaretian Rossi
Diretor Jurídico
Rodrigo José de Paula Barbosa Arrais

Diretoria Executiva Adjunta
Triênio 2023/2025
Diretor Adjunto de Tênis
Fabio José Torina
Diretor Adjunto Beach Tennis
João Paulo de Carvalho Rocha
Diretor Adjunto de Natação
Emiliano Matheus B. Beghini
Diretor Adjunto da Academia
Nelson Augusto Martinez De Souza
Diretor Adjunto de Futebol
Lucas Villas Boas Siqueira
Diretora de Ballet e Gin. Rítmica
Cristiane Gomes de Camargo Andrade
Diretor Adjunto Patrimônio/Obras
Dionisio Dias Blanco

Comissão de Disciplina triênio 2023/2025
Osmar Lopes Junior
Marcio dos Santos Lobo
Gracielle Ferreira Major
Helisa Aparecida Pavan
Milton Fernandes Alves

Diagramação e design: Marco Matos
Jornalista responsável: Samanta De Martino

Conheça nosso site e acesse nossas redes sociais para ficarem informados sobre as atividades do Clube:

Site: tcc.com.br
Instagram: @tenisclubedecampinas
Facebook: tenisclubedecampinas

Sede Social
(19) 3721-6880 / 3721-6895
Sede de Campo
(19) 3258-1443

Índice

02 - Editorial

04 - TBT TCC

08 - Sempre em frente

12 - Saúde

16 - Novidades

18 - Capa

26 - Sou Tcc

30 - Novidades

31 - Aconteceu

34 - Aconteceu

36 - Aconteceu

39 - Novidades

TBT TCC

























> “Acreditar que o esporte é só para os mais jovens ou mais aptos é um erro. O esporte é um espaço de pertencimento para todos”

COM A BOLA TODA!

Anderson Andrade e sua paixão pelo esporte, especialmente pelo futebol

Por trás de cada gol marcado, de cada treino concluído com um sorriso no rosto e de cada criança que cresce com disciplina e respeito dentro do esporte, existe um nome que há 17 anos faz parte da alma esportiva do Tênis Clube: Anderson Andrade de Lima.

Formado em Educação Física pela PUC-Campinas, ele chegou ao TCC em 2008, indicado por um amigo, e o que começou como uma nova oportunidade profissional se transformou em uma jornada de vida. E é essa paixão que faz do clube não apenas um local de trabalho, mas onde sua história se entrelaça com a de tantas outras pessoas, criando uma legião de vidas impactadas pelo esporte e pela educação. “Para muitos alunos, sou também um amigo”, celebra.





> “Acompanho muitas delas desde os primeiros dribles até hoje, colecionando não apenas troféus e títulos, mas histórias de superação, amizade e crescimento”

Paixão que vem de berço

Esse campineiro de 45 anos cresceu cercado por valores sólidos, transmitidos por pais batalhadores que lhe deram o alicerce necessário. Foi com a mãe que aprendeu as primeiras grandes lições da vida. “Ela é minha maior inspiração. Trabalhava muito, sem nunca perder o foco na minha educação. Tudo o que conquistei tem a base no que ela me ensinou: respeito, persistência e honra”, afirma.

Aos 20 anos, decidiu transformar a paixão pelo esporte em profissão. Atuou no Campinas Futebol Clube como preparador físico e técnico nas categorias de base, onde já dava sinais de que seu trabalho ia além da formação esportiva: ele formava pessoas.



Mais que um professor

No Tênis Clube, Anderson se tornou referência na escolinha de futebol, acompanhando diversas gerações de crianças, muitas das quais ainda mantêm contato mesmo após a vida adulta. “Acompanho muitas delas desde os primeiros dribles até hoje, colecionando não apenas troféus e títulos, mas histórias de superação, amizade e crescimento”, orgulha-se o profissional.

De acordo com ele, ver uma criança crescer, se desenvolver, virar um adolescente consciente e depois um adulto com valores sólidos é algo maravilhoso, mostrando que o esporte é só o ponto de partida.

Hoje, seu papel vai além do futebol. O professor também coordena atividades como o vôlei adaptado, reforçando a importância da inclusão e da valorização das diferenças. “Acreditar que o esporte é só para os mais jovens ou mais aptos é um erro. O esporte é um espaço de pertencimento para todos”, defende.

> **“Amo os momentos com minha família, os passeios com minha cachorra e a paz que o mar me traz”**





Pilares fora das quadras

Casado há 15 anos com Vanessa e pai do Theo, de 10 anos, Anderson leva para os treinos a mesma energia que cultiva em casa. Seus valores familiares são o combustível que o move todos os dias e sua maior alegria está nas coisas simples: estar ao lado da família, seja em um passeio à beira-mar ou em um simples piquenique no parque, onde o riso do filho e o carinho da esposa reforçam o que realmente importa. “Amo os momentos com minha família, os passeios com minha cachorra e a paz que o mar me traz. Isso me conecta comigo mesmo, me fortalece e renova meu espírito”, acrescenta.

O verdadeiro troféu

Anderson coleciona histórias e memórias marcantes ao longo de quase duas décadas no TCC, mas para ele, nenhuma medalha brilha mais do que a transformação real de um aluno que reencontra o esporte como motivação de vida.

E segue escrevendo sua trajetória com a mesma energia de quem ainda joga como se fosse a final de um campeonato: com garra, amor e a certeza de que o jogo mais importante é aquele que se joga com o coração, honrando sempre os valores que seus pais lhe ensinaram.





TENHO HÉRNIA DE DISCO, POSSO CORRER?

O impacto da corrida é de fato ruim para a coluna vertebral?

*Por José Augusto Ribeiro**

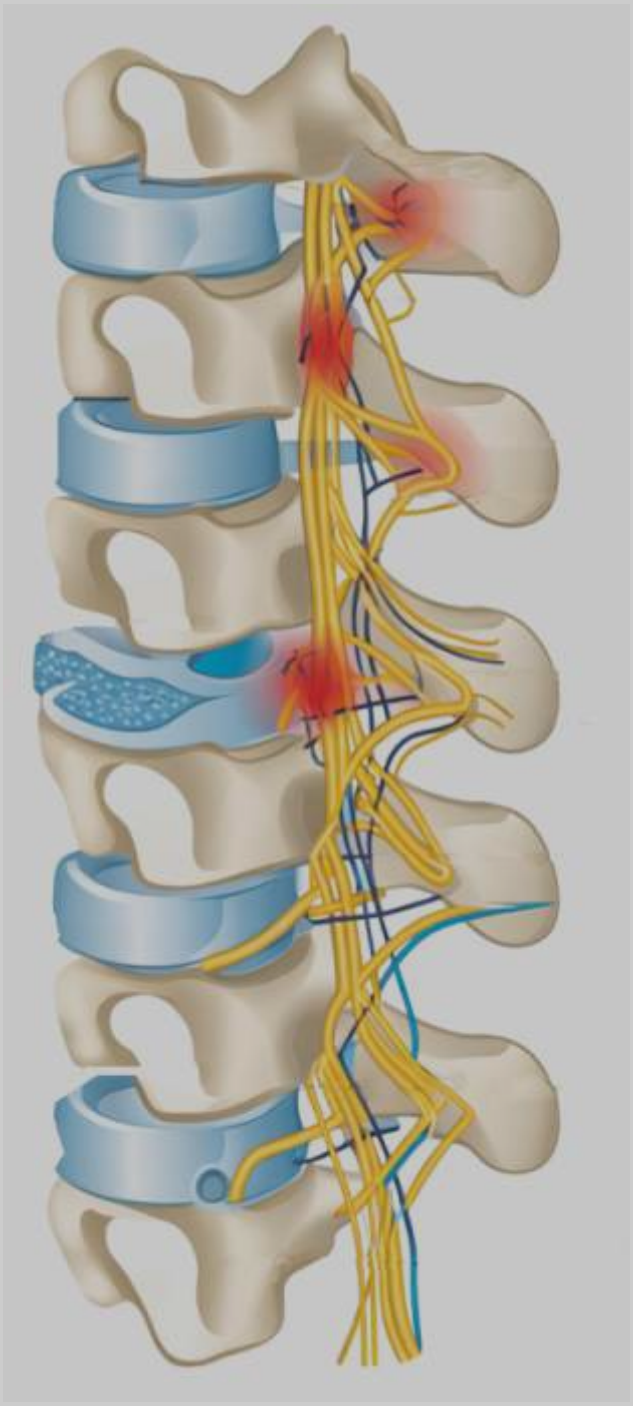
É comum ouvirmos que o impacto da corrida é prejudicial às articulações, especialmente para pessoas com diagnóstico de hérnia de disco intervertebral. No entanto, ele não é o vilão e nem deve ser temido por quem já passou por crises de dor na coluna. Estudos recentes mostram que o impacto não é prejudicial e pode até ser benéfico.

Alguns dados importantes:

- 87% dos indivíduos com dores por hérnia de disco melhoram, independentemente do tratamento, em até 12 semanas.
- A hérnia lombar nem sempre causa dor na região lombar, mas pode gerar irradiação para as pernas, formigamento, dormência e sensação de choque, chegando até o pé.
- Cirurgia não deve ser a primeira opção. Como o processo inflamatório ajuda na reabsorção da hérnia, é importante evitar ao máximo anti-inflamatórios.
- O fisioterapeuta especializado em coluna atua para reduzir sintomas e orientar o paciente, incluindo gradualmente exercícios terapêuticos.
- Repouso completo não é indicado; ajustes na atividade física são preferíveis.

Se o corredor não sente dor durante a prática, mesmo com diagnóstico prévio de hérnia, não há motivo para evitar o impacto. Ele estimula alterações nas estruturas da coluna, tornando-as mais fortes e capazes de suportar mais carga. Assim como a musculação promove hipertrofia muscular, a corrida promove hipertrofia das estruturas vertebrais, incluindo discos mais hidratados e espessos.





Evidências científicas

Maselli e colaboradores identificaram que a prevalência de dores lombares entre corredores é muito baixa, sugerindo efeito protetor.

Em 2017, Belavý e equipe avaliaram pessoas de 25 a 35 anos divididas em três grupos: sedentários, corredores de 20 a 40 km/semana e corredores acima de 50 km/semana. Após cinco anos de rotina constante, exames de imagem mostraram discos mais hidratados e volumosos nos corredores, especialmente no grupo de maior quilometragem.

Em 2020, o mesmo grupo incluiu ciclistas (150 km/semana) e confirmou que tanto a corrida quanto o ciclismo de longa distância promovem mudanças morfológicas positivas nos discos intervertebrais, comparados a sedentários.

Outro estudo, de Mitchell et al. (2020), mostrou que corredores de longa duração, entre 44 e 62 anos, apresentavam menor degeneração dos discos que não corredores da mesma idade.

Em 2021, Horga e colaboradores verificaram que correr 800 km em 4 meses e completar uma maratona não teve efeitos negativos na coluna, mesmo em indivíduos com alterações degenerativas, e que houve regressão de anormalidades na articulação sacroilíaca.

Conclusão

O impacto da corrida não deve ser visto como vilão, mas como aliado da saúde da coluna. Ainda existem profissionais que, baseados em mitos e informações ultrapassadas, desencorajam a corrida após episódios de dor lombar. Em alguns casos, a suspensão temporária pode ser necessária, mas o retorno é possível e seguro com acompanhamento adequado.

Ter o apoio de um profissional de Educação Física para elaborar treinos e de um médico cardiologista para avaliações periódicas é essencial para prevenir lesões e progredir com segurança.

José Augusto Ribeiro é Fisioterapeuta no TCC e Educador Físico.

Referências:

1 - Belavý et al, Characterization of Intervertebral Disc Changes... – Journal of Clinical Medicine, 2020.
2 - Belavý et al, Running Exercise Strengthens the Intervertebral Disc – Scientific Reports, 2017.
3 - Cunha et al, The Inflammatory Response in the Regression of Lumbar Disc Herniation – Arthritis Research & Therapy, 2018.
4 - Horga et al, Long-Term Running... – Skeletal Radiology, 2021.
5 - Maselli et al, Prevalence and Incidence of Low Back Pain Among Runners – BMC Musculoskeletal Disorders, 2020.
6 - Mitchell et al, Long-Term Running in Middle-Aged Men... – PLOS One, 2020.

REFERÊNCIA NACIONAL EM EDUCAÇÃO

MÉDICA E ODONTOLÓGICA

Graduação e Pós-Graduação



FORMANDO OS MELHORES PROFISSIONAIS DA ÁREA DA SAÚDE

MELHOR INSTITUIÇÃO PRIVADA DE SAÚDE

NOTA MÁXIMA NO MEC

HOSPITAL PRóPRIO

SÃO LEOPOLDO MANDIC

A NOITE É TEEN



> “São jovens que querem dançar, conversar, fazer amigos, e esse evento tem proporcionado isso de bom.”
>
> - Cláudia de Paula

No sábado, 30 de agosto, a boate da sede social será palco da 6ª edição da Balada Teen, a partir de 18h, embalada pelo som do DJ Cristopher Palim.

O evento vem crescendo dentro do clube com a participação de adolescentes de 12 a 15 anos para aproveitar a noite que é gratuita e mediante retirada de convite na secretaria. “As baladas tem sido um sucesso entre essa faixa etária. Acertamos em cheio quando propusemos ampliar as atividades para eles, uma vez que já vínhamos sentindo essa necessidade, inclusive trazida pelos próprios adolescentes”, afirma Cláudia de Paula, Diretora Social do TCC.

Segundo ela, a questão da segurança foi primordial para que os pais ficassem tranquilos em deixar seus filhos frequentarem as baladas. “Dentro do clube estão seguros. Temos 4 seguranças, não oferecemos bebida alcoólica, e sim, água à vontade, além de petiscos para que possam aproveitar a noite. São jovens que querem dançar, conversar, fazer amigos, e esse evento tem proporcionado isso de bom”, comemora a diretora.

Sócios podem convidar até 4 amigos para fazer parte das baladas e o valor é de R$ 30,00 por pessoa com compra antecipada na secretaria e somente com a presença do sócio.

Alguns avisos importantes para quem for participar das Baladas Teen:

- Apresentação de RG obrigatória na compra e na entrada
- Vendas antecipadas até 29 de agosto
- Não há vendas no dia do evento
- É proibida a entrada de maiores de 18 anos, assim como a entrada e venda de bebidas alcoólicas
- Pais ou responsáveis devem buscar seus filhos até às 22h



Os ingressos são limitados, portanto, quem quiser participar já deve garantir a sua entrada para curtir essa noite especial!

DJ Cristopher Palim



ISSO AQUI TÁ BOM DEMAIS!

"Olha pro céu, meu amor, vê como ele está lindo!". A melodia tradicional das festas juninas nunca fez tanto sentido. Nos dias 28 e 29 de junho, a sede de campo em Sousas foi palco de um verdadeiro arraiá, daqueles de encher os olhos, aquecer o coração e dar orgulho à tradição.

A festa junina já virou um dos eventos mais queridos do calendário do clube e a edição 2025 foi um sucesso absoluto de público e diversão! Sócios e convidados atenderam ao chamado e compareceram em peso, prontos para dançar quadrilha, saborear delícias típicas, curtir muita música, brincadeiras e contribuir com a alegria contagiante.

Foi bom demais, sô!

Com decoração caprichada, céu de bandeirinhas coloridas, comidas que perfumavam o ar e um clima acolhedor, a sede virou cenário de um verdadeiro arraiá. Teve de tudo: food trucks, barracas de quitutes típicos, brinquedos infláveis para os pequenos, além de um bingo solidário, cuja arrecadação foi destinada à Igreja Nossa Senhora das Dores.

E não parou por aí. O palco foi comandado por Danilo e Banda, Pamela e Denilson e Maria Lua, que embalaram o público com muito forró, sertanejo e clássicos juninos. A apresentação do Grupo de Ritmos, coordenado pela professora Luciana com suas alunas, também foi destaque, encantando a todos com coreografias que misturaram tradição e energia. O som do DJ, presente nos dois dias, completou a festa com muita animação.

Entre uma quadrilha e outra, o presidente do Tênis Clube, Gustavo Di Tella, comemorava o sucesso do evento. “A cada ano, nossa festa cresce e se fortalece como um dos momentos mais aguardados pelos nossos associados. É uma alegria ver famílias inteiras se divertindo juntas, celebrando nossas tradições com tanto entusiasmo.”

O público aprovou: desde o valet para maior comodidade de quem compareceu na festa até o serviço de transporte ida e volta - tudo foi pensado para garantir uma experiência segura e confortável. E como manda a tradição do clube, os sócios entraram com 1kg de alimento não perecível, fortalecendo também o compromisso social da entidade.

Mais uma festa que deixou saudade e a certeza de que, em 2026, vai ter mais. Porque no TCC o público dança, canta alto, come, compartilha risadas e aquece o coração de memórias. Até o próximo arraiá!
















































Mr. Crepe
CREPE SUICO
(19) 99270-5106
mrcrepefood







ENXERGANDO ALÉM DOS OLHOS

Quem frequenta o Tênis Clube de Campinas certamente já se encontrou com o massoterapeuta Ildo Lotici pelos corredores, figura simpática e querida entre associados e colegas. O que muitos talvez não saibam é a história que o trouxe até aqui, marcada por coragem, resiliência e pela capacidade de transformar desafios em novas oportunidades.

Natural de Marau, no Rio Grande do Sul, Ildo é o mais novo de 8 irmãos, cresceu no campo, estudou Técnico em Agropecuária e iniciou a faculdade de Veterinária em Pelotas. Mas foi em 1979, aos 25 anos, que sua vida mudou completamente após um acidente de carro que o deixou cego. “O início foi muito difícil. Eu não dormia, achava que tudo tinha acabado”, relembra.

Durante quatro anos, ficou em casa, ajudando a cuidar das sobrinhas gêmeas. Esse período, que parecia apenas um tempo de espera, foi também sua primeira forma de reabilitação emocional. “Aquelas crianças me deram forças. De certa forma, foram minha terapia”, conta.



Um recomeço em Campinas

A vida começou a tomar outro rumo quando ele se mudou para São Paulo e depois para Campinas, onde encontrou apoio no Instituto dos Cegos. Lá aprendeu a andar sozinho pela cidade, pegando ônibus e conquistando aos poucos sua liberdade. “Lembro até hoje da primeira vez que entrei sozinho numa lanchonete em São Paulo para tomar um refrigerante. Foi uma conquista e emoção enormes. Uma sensação de vitória que nunca mais esqueci”.

Essa busca pela autonomia se tornou seu maior lema. Foi no Sesc que Ildo começou a estudar massoterapia e, em Campinas, recebeu o convite para atender no Tênis Clube, apresentado pela associada Cleuza Azambuja. “O presidente da época, o Gallo, me disse: 'Pode começar amanhã'. Foi assim que tudo começou no TCC. Eu queria a minha liberdade, eu queria trabalhar, e graças a Deus eu consegui”, recorda.

De lá para cá, foram 40 anos de dedicação à massagem, passando também pela Academia Germano, onde trabalhou por 25 anos e por quem tem muita gratidão. Hoje, divide seu tempo entre o Tênis Clube e os atendimentos particulares em sua casa, também adaptada para receber os clientes de forma personalizada. “O que mais gosto de fazer é a massagem relaxante e poder ajudar quem chega com dor. É quando sinto que realmente faço diferença.”

Coragem no dia a dia

A rotina de deslocamento de Ildo impressiona. Ele vai de ônibus para o trabalho e identifica os veículos apenas pelo som. “O barulho do ônibus é diferente do carro, mas já dei sinal até pra caminhão sem querer, o que rendeu muitas risadas depois. E também já pisei em cocô de cachorro várias vezes e só descobri quando veio o cheiro. As pessoas precisam se conscientizar mais nesse sentido”, alerta.

Mas admite que há perigos. “O que mais me dá medo na rua são os fios e placas baixas, porque a bengala não detecta. Já bati a cabeça algumas vezes, mas a gente aprende a ter coragem”.

Mesmo assim, prefere enxergar o lado positivo: “Hoje as pessoas ajudam mais, principalmente a atravessar a rua. O ser humano está melhorando, sim”.

> **“O que mais me dá medo na rua são os fios e placas baixas, porque a bengala não detecta. Já bati a cabeça algumas vezes, mas a gente aprende a ter coragem”**





> **“Para quem não enxerga, o conceito de beleza é outro: o bonito, para mim, é quando a pessoa é legal, simpática, agradável”**

Família e amor

Foi em Campinas também que Ildo construiu sua família. Em 1986 ele conheceu Geni, professora de natação de uma academia no Castelo, com quem se casou e teve Luigi, filho que hoje é fisioterapeuta especializado em hidroterapia e lhe deu um casal de netos. “Graças ao meu trabalho e da Geni, conseguimos comprar nossa casa, dar um apartamento para o meu filho e pagar a faculdade dele. Isso me dá muito orgulho”, emociona-se.

Ildo conta que apesar de nunca ter visto sua esposa, para ele isso é indiferente. “Para quem não enxerga, o conceito de beleza é outro: o bonito, para mim, é quando a pessoa é legal, simpática, agradável. Nunca perguntei se ela era loira ou morena. Para mim, ela sempre foi bonita pelo que é por dentro.”



Uma inspiração para todos nós

Ao longo da carreira, Ildo se especializou em diferentes técnicas, como shiatsu e drenagem linfática, sempre buscando aprender mais. Para ele, não existe vitória sem esforço. “A sorte só aparece quando a gente se mexe. Se você não planta, não colhe.”

E é com essa visão de mundo que segue atendendo, todos os dias, com energia e esperança. “O maior desafio foi conquistar minha independência. Mas consegui. A vida me ensinou que nunca devemos dizer: 'eu não consigo'. Sempre existe uma porta aberta, basta procurar”.





Agora é toda terça!

Prosperar, conectar e fortalecer laços. É com esse objetivo que o Tênis Clube abre espaço para valorizar o talento e a dedicação das sócias empreendedoras no Bazar das Associadas TCC. A novidade é que, além das edições especiais que já aconteciam em datas comemorativas, o bazar agora será realizado toda terça-feira no corredor da brinquedoteca da sede social, criando uma vitrine permanente para quem transforma ideias em negócios.

As inscrições devem ser feitas no Departamento Social e para participar como expositora é necessário doar um brinde de até R$ 50,00, que será destinado ao bingo do Projeto Interclubes Voluntariado. As vagas são limitadas.

Participe e prestigie essa iniciativa que valoriza o empreendedorismo das mulheres do TCC!

Quem vai brilhar na OLIMPESEC 2025?

Chegou a hora dos sócios mostrarem toda a garra e paixão pelo beach tennis!

No dia 06 de setembro, às 8h, acontece na sede de campo a seletiva para formar a equipe que representará o TCC na 32ª OLIMPESEC, com jogos marcados para os dias 20 e 21 de setembro.

As categorias serão:
Masculinas: A, B, C, 40+, 50+ e Pró
Femininas: A, B, C, 40+, 50+ e Pró
Mista: A, B, C

Você já tem uma dupla? Então inscreva-se até 03 de setembro na secretaria do clube e prepare-se para a disputa em busca de grandes resultados e muito orgulho para o TCC.



PEQUENOS SÓCIOS, GRANDES MOMENTOS



Julho foi marcado por momentos de pura alegria no Tênis Clube de Campinas, com uma programação cuidadosamente preparada para as férias tanto na sede de campo, em Sousas, quanto na Brinquedoteca da sede social. Foram dias especiais, repletos de atividades, amizade e muita diversão.



Super Férias TCC

De 14 a 18 de julho, aconteceu a 39ª edição do Super Férias TCC, na sede de campo, a tradicional semana que reúne crianças e adolescentes em um ambiente de integração, com uma programação variada que valorizou o esporte, a convivência e a criatividade.

O sucesso do evento só foi possível graças ao trabalho atento e cuidadoso da equipe de professores, sob a coordenação do gerente de esportes Mário Cecconi. Cada atividade foi pensada para proporcionar experiências únicas, reforçando o espírito de equipe e garantindo muitos sorrisos.







Férias animadas na Brinquedoteca



Na semana seguinte, de 21 a 25 de julho, a Semana de Férias da Brinquedoteca foi voltada especialmente para os menores, de 3 a 10 anos. O espaço ganhou ainda mais vida com atrações temáticas: Atividade Maluca, Oficina de Culinária – Mini Tortinha, Pintura em Papelão, Festa Julina e Sessão de Cinema.

Com turmas cheias em todos os horários, o espaço se tornou o cenário perfeito para brincadeiras, descobertas e novas amizades.

"O TCC mostrou mais uma vez seu compromisso em oferecer experiências únicas para as famílias associadas", diz Gustavo Di Tella, presidente do clube. "O mês de julho foi marcado por encontros especiais, união e muitas lembranças que ficarão para sempre na memória das crianças e adolescentes", finaliza.

> **“O TCC mostrou seu compromisso em oferecer experiências únicas para as famílias associadas”**
>
> **Gustavo Di Tella, presidente**



TRANSFORMAÇÃO E LIBERDADE





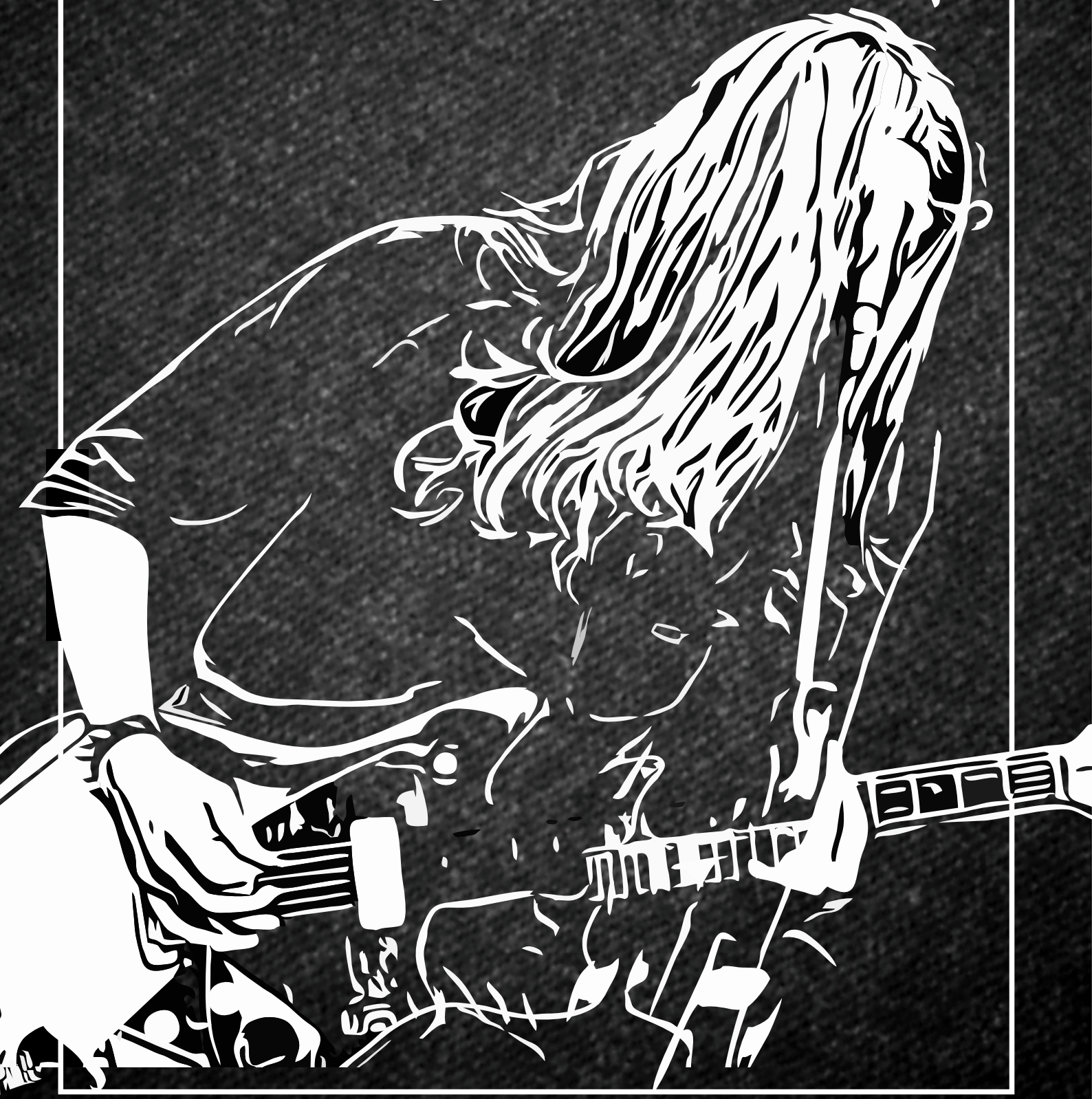
A boate da sede social recebeu, no dia 14 de agosto, a palestra de Claudia Ruete, autora do livro “Sem medo de voar - o céu é o limite”. Em um encontro marcado por emoção e reflexão, Claudia compartilhou sua trajetória de superação da aerofobia até a conquista do brevê de piloto, inspirando os presentes com uma verdadeira história de coragem, transformação e liberdade.

Além do conteúdo enriquecedor, o evento também teve um viés solidário: parte da venda dos livros durante a semana foi destinada ao Projeto Social Interclubes Voluntariado dos clubes de Campinas.

A noite contou ainda com o clima descontraído do “double drink” do bar da piscina, que funcionou na boate especialmente para o evento, proporcionando um brinde especial para acompanhar o bate-papo.

O resultado foi uma experiência que uniu conhecimento, inspiração, solidariedade e convivência entre os associados do TCC.

DIA MUNDIAL DO ROCK







Rock tomou conta da sede de campo do TCC

A sede de campo se transformou em um verdadeiro palco de rock'n roll para comemorar o Dia Mundial do Rock no sábado, dia 12 de julho. O clima foi de festa, energia e muita música boa, com os associados subindo ao palco e mostrando todo o talento e a paixão pelo gênero.

As bandas The Six, Green River, MR. Nutz, The Breachers, Frequency Modulation e Banco de Trás levantaram o público com apresentações cheias de atitude e fizeram todo mundo entrar no ritmo das guitarras e baterias.

Foi um sábado daqueles: música rolando, gente se divertindo e o rock ecoando forte no TCC. Uma celebração que já deixou todo mundo na expectativa para a próxima edição!





















Foto ilustrativa

ACADEMIA ESTÚDIO: UM NOVO CONCEITO

> “Estamos sempre em movimento para oferecer saúde e bem-estar aos associados e encontramos uma forma de atender essa demanda que existe ali na região”

A obra da nova academia da sede de campo está a todo vapor e os sócios que moram nos bairros próximos a Sousas poderão usufruir dessa facilidade, sem precisar se deslocar a Campinas.

“Estamos sempre em movimento para oferecer saúde e bem-estar aos associados e encontramos uma forma de atender essa demanda que existe ali na região”, afirma Adriano Pacheco, diretor da sede de campo. Em breve, o espaço contará com um novo conceito em academia, em um ambiente exclusivo e acolhedor: compacto, moderno e equipado com os aparelhos mais importantes como esteira, adutor, remada, bicicleta e outros.

A academia estúdio foi a solução encontrada para que os sócios possam treinar perto de casa, com ainda mais praticidade.



Gostou da Conexão TCC? Nossa revista está aberta para receber sua sugestão e ficar cada vez melhor!

Então mande sua mensagem, sua foto antiga, suas histórias pra gente por e-mail: mkt@tcc.org.br.

Ficaremos felizes com sua contribuição!