



BOLETIM

IATE

SEMANA INTERNACIONAL DE VELA

*Mais de 100
atletas
participaram
das regatas*



Horário da Sede

Piscina
<i>Terça-feira a domingo</i>
Das 9h às 19h

Natação (3 a 12 anos)
<i>Terça e quinta-feira</i>
Das 8h15 às 9h
ou das 10h15 às 11h

Sinuca
<i>Segunda a sexta-feira</i>
Das 14h30 às 23h
<i>Sábado, domingo e feriado</i>
Das 14h às 22h

Carteado
<i>Todos os dias</i>
Das 13h às 21h

Aula de Tênis
<i>Terça a sexta-feira</i>
Das 6h às 19h

Tênis - Utilização p/ Sócios
<i>Segunda-feira a domingo</i>
Das 19h às 22h

Horário da Sauna

FEMININA
Segunda-feira: (Folga)
Terça-feira: 9h30 às 14h30
Quarta-feira: 15h às 20h
Quinta-feira: 9h30 às 14h30
Sexta-feira: 9h30 às 14h30
Sábado: 9h30 às 14h30

MASCULINA
Segunda-feira: 16h às 21h
Terça-feira: 16h às 21h
Quarta-feira: (Folga)
Quinta-feira: 16h às 21h
Sexta-feira: 16h às 21h
Sábado: 16h às 21h

MISTA
Domingos e feriados: 15h às 20h

Horário Pilates

Manhã
<i>Segunda a sexta-feira</i>
Das 7h às 12h
Noite
<i>Terça e quinta-feira</i>
Das 18h às 20h

Horário Natação GMNI

Prof. Waldyr Ramos
<i>Terça e quinta-feira</i>
Das 6h às 9h

Prof. Fábio Pessanha
<i>Quarta e sexta-feira</i>
Das 6h às 9h

Horário do Salão de Beleza

Terça-feira
Das 9h às 18h

Quarta-feira a sábado
das 9h às 19h

Horário da Barbearia

TERÇA A SÁBADO

Das 9h às 18h

(Hora de almoço das 13h às 14h)

DOMINGO E FERIADO

Das 9h30 às 14h

(Fechado no último domingo do mês)

Formas de pagamento:

Dinheiro ou débito no título

ACADEMIA CORPO LASER - ICRJ

Spinning
2ª, 4ª e 6ª feira
6h30; 7h30; 8h30 e 19h
3ª e 5ª feira
7h; 8h e 18h
Sábado
9h e 11h

Local
2ª, 4ª e 6ª feira
7h30 e 18h
Sábado
9h e 10h

Alongamento
2ª e 4ª e 6ª feira
9h
3ª e 5ª feira
8h30 e 10h30

Dança de Salão
2ª, 4ª e 6ª feira
10h30

Funcional Training
3ª e 5ª feira
7h e 19h

Hidroginástica - Hywoa
3ª e 5ª feira
Das 11h30 às 12h30
4ª e 6ª feira
Das 8h30 às 9h30

Natação
3ª a 6ª feira
Crianças e adultos



Modalidades e Programação:
Ginástica, Musculação, Personal Training

Horário de Funcionamento:
2ª a 6ª feira - 6h às 22h
Sábado - 8h às 14h

Sumário

Fique por dentro	4
Homenagem ao Exército	5
The Beatles Night	5
Programação Social	6
Dia das Crianças no Iate	7
Chá Beneficente	7
Almoço em Homenagem à FAB	7
Jazz no Nobre	7
Jejum Intermitente	8
Cursos da EDN	9
Taça Rei Olav	10
Regata Ninotchka	11
Bronze no optimist	11
31ª Semana Internacional de Vela	12
Copa Master	14
Calendário da Vela	14
4ª Taça Leopoldo Geyer	15
Festa do Cais	16
25 anos do Open 25	18
Calendário da Pesca	18
Cinema	20
Iate News	22

Divulgação

GERENTE DE COMUNICAÇÃO

José Benicá

ANALISTA DE COMUNICAÇÃO

Wanessa Torres

DESIGNER

Tiago Pereira

ESTAGIÁRIA DE COMUNICAÇÃO

Caroline Seixas

ACERVO CULTURAL

Mônica Muniz

IMPRESSÃO

*Grupo Smart Printer
(22) 2654-1112*

FOTÓGRAFOS

Vanina Zini

Cláudio Macedo

Paulo Vitor

Marcelo de Mattos

Paulo Sérgio dos Anjos

Rodrigo Nabuco

José Olímpio

FOTO DE CAPA:

José Olímpio

TIRAGEM

3.300 exemplares

Comodoria

COMODORO

Vicente Arruda Filho

VICE-COMODORO

João Batista P. Cursino de Moura

CONTRA-COMODORO

José Roberto Braile

Mesa do Conselho

PRESIDENTE

Helio Lyra de Aquino Junior

VICE-PRESIDENTE

Carlos Eduardo Wright Domingues

1º SECRETÁRIO

Victor Vocos de Oliveira Camargo

2º SECRETÁRIO

Evandro Soares

COMISSÃO DE ÉTICA

EFETIVOS

Delta Madureira Filho

Luiz Carlos Peixoto de Lima Ramos

Wilson Teixeira

SUPLENTES

Fernando Antonio Gomes Pedrosa

Carlos Alberto Pires Jardim

Robledo Gioia

COMISSÃO MISTA

EFETIVOS

Marcio Kastrup - Vela

Ricardo M. e A. Mayer - Pesca

Luiz Sergio de S. Almeida - Lancha

Claudio Dutra de Aboim - Social

SUPLENTES

Lelia Winckler Noethen Monti - Vela

Antonio Carlos Bento Ribeiro - Pesca

Giampaolo Roberto D. Jorio - Lancha

Francisco A. de M. Laranjeira - Social

CONSELHO FISCAL

EFETIVOS

Luiz Eduardo Pereira de Lucena

Gustavo Banho Licks

Sergio Goretkin

SUPLENTES

Luiz Carlos Bulhões C. da F. Filho

Antonio Andre Capper

Antonio Bali



Use o código ao lado para baixar o boletim para seu tablet ou smartphone.



Fique por Dentro...

Na capa deste mês, temos o registro do velejador João Pedro Souto Oliveira, vencedor da Classe Laser Standard, durante a 31ª Semana Internacional de Vela, que ocorreu de 06 a 09 de setembro, reunindo 9 classes distintas. Destaque para a Vela Jovem, que participou de palestras todos os dias antes e depois das regatas, com intuito de fornecer mais informação e técnica aos jovens.

Outras regatas tradicionais aconteceram em agosto, dentre elas a Ninotchka, da Classe Star e a Taça Rei Olav – Oceanos e Monotipos. Já no início de setembro, destaque para a Copa Master, da Classe Laser e a Taça Leopoldo Geyer, de veleiros clássicos.

Em competições internacionais, o ICRJ foi representado pelos irmãos Leonardo e Mathias Crespo, no Campeonato Mundial da Classe Optimist 2018, realizado em Limassol, no Chipre, levando a medalha de bronze da Nations Cup. Já a equipe Ginga, de Renato Catallini representou o Brasil no Mundial da classe J24, no Lago di Garda.

Na Pesca, ressaltamos o Torneio Open 25, que chegou a sua 25ª edição no dia 25 de agosto com a realização da primeira etapa, onde o barco Release conquistou a primeira colocação. Já na segunda etapa, realizada em 01 de setembro, a equipe Aversa levou a

melhor. No próximo boletim divulgaremos quem foi a campeã desta edição.

Falando em campeã, a noite de 06 de setembro foi destinada a receber os melhores do Torneio Anual de Pesca de Cais 2018. Os troféus foram entregues para as crianças, infanto-juvenil, feminino, masculino e sênior, do primeiro ao quinto lugar em cada categoria.

Na parte Social, tivemos a já tradicional The Beatles Night, que reuniu os sócios no Marlin Azul e apresentou grandes sucessos da famosa banda de Liverpool. Além disso, recebemos o Comandante Militar do Leste para o almoço em homenagem ao Exército Brasileiro, no Salão Nobre. Em outubro, homenagearemos a Força Aérea Brasileira, em almoço no dia 25, no Salão Nobre.

E para quem gosta de Jazz, o Grupo Sopro Carioca animará a noite do dia 06 de outubro, com *stands* clássicos na primeira edição do Clube do Jazz. Complementam a programação de outubro o chá beneficente em prol da Igreja Nossa Senhora do Brasil, a ser realizado no dia 09, e a animada festinha do dia das crianças com o tema “emojis”, já tradicionalmente realizada no Circo Popeye no dia 12.

Por fim, a EDN informa que já estão abertas as inscrições para a Colônia de Férias de dezembro. Esperamos todas as crianças para começar a diversão.

Boa leitura!



HOMENAGEM AO EXÉRCITO

No dia 22 de agosto o tradicional almoço em homenagem ao Exército Brasileiro - pela comemoração do Dia do Soldado em 25 de agosto - foi realizado no Salão Nobre do Clube.

Antes do almoço ser servido, o Diretor Jurídico do ICRJ Marcio Donnici abriu o momento solene aos presentes convidando o Comodoro Vicente Arruda a proferir seu discurso.

Em seguida, o Comandante Militar do Leste General Walter Souza Braga Netto subiu ao púlpito para seu pronunciamento. Ao final, ele presenteou o Comodoro com uma placa de homenagem e recebeu do ICRJ pelas mãos de Vicente Arruda um quadro com temática náutica.



Comandante Militar do Leste General Walter Souza Braga Netto discursando



Troca de presentes entre o Comandante Militar do Leste General Walter Souza Braga Netto e o Comodoro Vicente Arruda

The Beatles Night

O Salão Marlin Azul recebeu na noite do dia 18 de agosto mais uma edição do evento The Beatles Night. Em sua terceira edição, a banda Blue Beetles apresentou os grandes sucessos da famosa banda de Liverpool, lotando o salão e colocando os convidados para dançar.



Banda Blue Beetles e o salão lotados de sócios e convidados



Fixa

CINEMA - Todas as sextas às 19h30, sábados às 16h (Matinê) e as 19h e domingos às 17h, no Centro Cultural Gabriel Villela.

ARTE NO IATE - Todas as terças-feiras, das 19h às 21h, na sala virtual Arte no Iate (Aula online).

REUNIÃO DO CORAL - Todas as quartas-feiras às 19h30, no Centro Cultural Gabriel Villela.

DUETO PAULO MIDOSI E HAROLDO CAZES - Todas as quintas-feiras às 19h, no Bar Temático. (Convidado especial duas vezes por mês)

PIANISTA ARTHUR RICARDO BARREIROS CRUZ

E SAXOFONISTA CARLOS ALBERTO DE MOURA - Todas as quartas-feiras, das 19h às 23h, no Salão Ponto de Encontro.

KARAOKÊ DANÇANTE com o Trio Paulo Sá – Todas as sextas-feiras, das 20h às 24h, no Salão 470.

NOITE DANÇANTE – Todas as terças-feiras, às 19h30, no Salão 470. Música ao vivo com o tecladista Paulo Sá.

MÚSICA AO VIVO - com o pianista Artur Barreiros.

Todas as sextas-feiras, das 19h30 às 23h, no Restaurante Star.

NHOQUE DA FORTUNA - Todo dia 29 de cada mês, quando cair de terça a domingo, no Restaurante Star

AULAS DE TANGO - Todas as terças-feiras das 18h às 19h, com a professora Cecília Zalazar, no salão 470.

MISSA - Todos os domingos, às 19h15, na Capela do ICRJ.

Outubro

- 04** Paulo Midosi e Haroldo Cazes convidam Guta Menezes (Gaitista e Trompetista). No Bar Temático, às 19h.
- 06** Clube do Jazz, com Sopro Carioca. No Salão Nobre, às 20h30.
- 06** Tributos - Seresta Moderna em tributo à Música Romântica do Brasil. No Ponto de Encontro, das 20h às 23h.
- 09** Chá Beneficente em prol da Igreja Nossa Senhora do Brasil. No Salão Marlin Azul, às 14h.
- 12** Dia das Crianças no Iate Clube. No Circo Popeye, de 15h as 19h.
- 16** Música no Museu - Dani Spielman, sax e Sheila Zagury, piano tocam Jacó do Bandolim- No Centro Cultural, às 20h.
- 18** Paulo Midosi e Haroldo Cazes convidam Guta Menezes (Gaitista e Trompetista). No Bar Temático, às 19h.
- 20** Tributos - Chamon em tributo à 60 anos da Bossa Nova. No Ponto de Encontro, das 20h às 23h.
- 25** Almoço em Homenagem à Força Aérea Brasileira. No Salão Nobre, às 12h30.

RECREAÇÃO INFANTIL

06/10-SÁBADO	14 às 15h	Dominó gigante
	15 às 16h	Corridos de equilíbrio
	16 às 17h	Tapete de pintura
	17 às 18h	Torre de "macarrão"
07/10-DOMINGO	14 às 15h	Roda de música
	15 às 16h	Voal com baleia
	16 às 17h	Dobradura
	17 às 18h	Chicotinho-queimado
13/10-SÁBADO	14 às 15h	Brinquedos Cantados e Slackline
	15 às 16h	Estafetas de coordenação e agilidade
	16 às 17h	Oficina de Slime com elemento surpresa
	17 às 18h	Jogos de Iniciação desportiva
14/10-DOMINGO	14 às 15h	Brincadeiras de Roda e Arco e Flecha
	15 às 16h	Mini Circuito de Obstáculos
	16 às 17h	Oficina de Bolhas de sabão
	17 às 18h	Jogos de Aventura
20/10-SÁBADO	14 às 15h	Circuito de obstáculos
	15 às 16h	Agolas e garrafas
	16 às 17h	Confeção de massinha de farinha
	17 às 18h	História eletrizante
21/10-DOMINGO	14 às 15h	Super catapulta de coração
	15 às 16h	Potes de empilhar
	16 às 17h	Painel coletivo do fundo do mar
	17 às 18h	Fut-louco
27/10-SÁBADO	14 às 15h	Brincando de Mini Golfe e Basquetinho
	15 às 16h	Festival de Piques divertidos
	16 às 17h	Oficina decorativa de Palito de sorvete
	17 às 18h	Jogos Cooperativos
28/10-DOMINGO	14 às 15h	Brincando de Pé de Lata e Corrida do Pé grande
	15 às 16h	Circuito Humano
	16 às 17h	Oficina de Brinquedos de Sucata
	17 às 18h	Jogos Teatrais

Dia das Crianças no IATE



A comemoração do Dia das Crianças do Iate Clube será no próprio dia 12 de outubro, sexta-feira, no Circo Popeye. O tema da festa deste ano é “*Emojis*”. A partir das 15h teremos show de animação, personagens, oficinas de presentinhos e camarim fashion. A entrada é gratuita.

ALMOÇO EM HOMENAGEM À FAB



Na semana em que se comemora o Dia do Aviador, o ICRJ realiza o almoço em homenagem à Força Aérea Brasileira no dia 25 de outubro. O evento será no Salão Nobre, às 12h30. Os convites já estão sendo vendidos na Gerência Social por R\$ 100,00 (somente sócios). Traje: passeio completo.

HISTÓRIA

O Dia do Aviador ou Piloto é festejado anualmente no Brasil em 23 de outubro. A data é vista como o dia de lembrar a glorificação da obra do brasileiro Alberto Santos Dumont, que concretizou o primeiro voo com um aparelho que tinha mais peso que o ar, o chamado 14 Bis, além de homenagear os indivíduos que também aprenderam a arte de voar.

Chá Beneficente

Na semana do feriado, teremos o Chá beneficente em prol da Igreja Nossa Senhora do Brasil no dia 09 de outubro. O Salão Marlin abrirá às 14h para o evento, que conta com a presença do Padre Moraes. Garanta seu convite na Gerência Social por R\$ 70,00 e ajude à paróquia.



JAZZ NO NOBRE

Na noite de sábado, dia 06 de outubro, o Salão Nobre receberá o evento “Clube do Jazz” com a banda instrumental Sopro Carioca, a partir das 20h30. Os convites já estão disponíveis na Gerência Social – R\$ 30,00 (sócio) e R\$ 50,00 (convidado de sócio), e a consumação deverá ser paga à parte.



Jejum Intermitente



Queridinho entre as celebridades de todo o mundo, o jejum intermitente se tornou um sucesso entre as dietas da moda, mas será que ele apresenta somente benefícios para seus praticantes?

Primeiro, precisamos entender o processo. Tal prática consiste em longos períodos de jejum, com pequenos intervalos de tempo, onde somente são permitidas a ingestão de líquidos não calóricos, como água, chás e café (sem açúcar).

Existem diferentes métodos de realização do mesmo, dentre eles podemos destacar:

- Jejum de 16 horas (16:8): É o mais praticado e consiste em comer durante 8 horas por dia, e jejuar nas 16 horas restantes.
- Jejum de 24 horas: Consiste em fazer 24 horas de jejum completo, duas vezes por semana.
- Jejum de 36 horas: Consiste em fazer 36 horas de jejum. Vale ressaltar que esse tipo de jejum não é recomendado sem um acompanhamento com profissional de saúde, especialmente um Nutricionista.

Alguns poucos estudos apontam benefícios trazidos por essa dieta, como:

- Auxílio no emagrecimento, redução de cardiopatias e do risco de câncer, maior longevidade e proteção a

doenças relacionadas à velhice e declínio cognitivo.

Por outro lado, entre os efeitos secundários do jejum, podemos encontrar:

- Dores de cabeça, tontura, dificuldade de manter concentração, alteração de outras enfermidades e de absorção de medicamentos pelo corpo.
- Perda de massa muscular, desaceleração do metabolismo e a possibilidade de baixar os níveis de açúcar no sangue a níveis perigosos (hipoglicemia).

Ressaltamos que esse tipo de dieta deve ser evitado por grávidas, mulheres amamentando, jovens (menores de 18 anos), idosos, diabéticos, aqueles que estão sob medicação e quem tem problemas emocionais e/ou psicológicos envolvendo alimentos.

As dietas intermitentes podem ser tão eficazes para perder peso como as outras dietas que restringem o consumo de calorias.

É necessário ressaltar que, para aderir ao Jejum Intermitente, você deve antes adequar sua dieta com base em legumes, verduras, carnes e ovos, com redução da ingestão de carboidratos. Lembrando-se que o Jejum Intermitente, como qualquer outra dieta, deve ser acompanhado por um profissional Nutricionista, para que não acarrete em riscos à saúde.

RECADASTRAMENTO



✓ **Simples**

✓ **Fácil**

✓ **Rápido**



Dirija-se à secretaria

CURSOS

1ª CHAMADA PARA COLÔNIA DE FÉRIAS DO ICRJ EM JANEIRO 2019

CURSO DE VELA: FAST 23 Nível I - 20, 21, 27 e 28/10/18 (mínimo de 3 e máximo de 4 alunos)

INICIAÇÃO NÁUTICA:

Fundamental (3 a 6 anos)

Sexta-Feira - Turma na parte da manhã: das 9h às 10h40 (Inscrições abertas)

NAVEGAÇÃO:

Arrais Amador - Teórica: 18, 19 e 23/10 (5ª, 6ª e 3ª fs.), das 19h às 22h e Prática: 20 e 21/10 (sábado e domingo), das 09h às 12h.

Mestre Amador - Início dia 06/11

Capitão Amador - Inscrições Abertas para início dia 08 de janeiro de 2019.

Motonauta, Previsão do Tempo, GPS + VHF

Vem remar!

Stand Up - Agende um horário e venha remar e conhecer

o esporte, quem ama o mar, sol e quer exercitar o equilíbrio, não pode ficar fora dessa. (Aula individual ou pacote com 3 aulas).

Mente Sá – Corpo São.

Aulas de Yoga - Com aulas quartas e sextas-feiras, o yoga é uma ótima opção para quem procura uma atividade física que trabalhe com o corpo todo.

Manhã: Aulas Quartas e Sextas-feiras (com 2 alunos já inicia a turma)

Horários: 06h30 às 07h50 ou 07h10 às 08h30 ou 08h40 às 10h ou 10h às 11h20 e para **Terceira Idade** às 11h20 às 12h40.

PISCINA:

- Natação Infantil de manhã - Idade (6 meses a 14 anos)
- Natação Infantil a tarde - Idade: (6 meses a 14 anos)
- Nado Sincronizado de manhã - Idade (6 a 12 anos)

WJ
INFORMÁTICA
AULAS PERSONALIZADAS EM SUA CASA

 (21) 9 9965-6273

 professorwalteraraujo@gmail.com

 Facebook: /WJAulasPersonalizadas
 Instagram: @wjinformatica



Aulas de informática personalizadas e domiciliares com o professor Walter Araújo para a terceira idade. Deixe o medo de lado e veja que nunca é tarde para aprender.

Há várias indicações para sua segurança.

 Microsoft





Taça Rei Olav

Oceanos

A regata que homenageia o Rei Olav da Noruega, foi realizada nos dias 18 e 19 de agosto para barcos de Oceanos com a participação de 9 embarcações da classe ORC, 8 IRC, 4 BRA RGS A e 6 BRA RGS B.

No sábado, foi realizada apenas uma regata de percurso com largada na Escola Naval, montagem de da Ilha do pai e chegada na Ilha da Laje. Já no domingo, as condições ficaram perfeitas para velejar.

Foram duas regatas: para a classe BRA RGS foram realizadas duas regatas barla-sota. Enquanto que para as classes ORC e IRC foram uma barla-sota e a segunda de percurso – largando da Escola Naval, montando boia inflável do Posto 06 (Copacabana) e chegando na Ilha da Laje.

Na classe ORC, o vencedor foi o barco Ângela Star VI de Peter Dirk Siemsen; na IRC, o primeiro lugar ficou com Neptunus HP de André Mirsky; na BRA RGS A a embarcação Lelia W ficou em primeiro e, na BRA RGS B, o primeiro lugar ficou o Eurus (ICB) de Ronaldo Senft, o único de fora do ICRJ.

O neto do Rei Olav e sócio do ICRJ, Haakon Lorentzen correu com o Duma e terminou em quarto. A festa de premiação foi realizada no salão Marlin Azul na noite do dia 29 de agosto.



Angela VI, vencedor na classe ORC.



Duma, de Haakon Lorentzen, neto do Rei Olav, terminou em quarto.

Monotipos

No final de semana seguinte, dias 25 e 26 de agosto, a Regata Rei Olav colocou na água as classes monotipos. Foram 10 classes com 71 barcos inscritos. No primeiro dia o vento demorou a entrar, atrasando a largada para às 15h30, com a entrada do vento Sul. Já no domingo, foram duas regatas realizadas com vento Sul de 10 a 12 nós.

A competição serviu como treino para a classe HPE 25 que vai correr o Campeonato brasileiro na mesma raia em novembro. Confira na lista abaixo os vencedores em cada classe participante:

CLASSE	TRIPULAÇÃO	CLUBE
420	Rubem Neto e Pietro Motta Geronimi	ICRJ
Finn	Antônio Moreira	CNC/MB
HPE 25	MOTU - John King, Fred Barroso, Felipe Marques e Matheus Santos	ICRJ
J24	MARACANÁ – Adhara, Marcus Bezerra, Martins Neto, José Carlos e Samuel	GVEN
Laser	João Pedro Souto de Oliveira	ICRJ
Laser Radial	Luiz Otávio Vieira Correira	CNC
Laser 4.7	Pedro Henrique Wiegand	CNC
Ranger 22	MEIA NOITE II - Francisco Eduardo Mendes, Rafael Pariz, Francisco André Mendes e Carolina Diniz	ICJG
Snipe	Caio Bailly e Neto Queiroz	RYC
Star	Lars Grael e Arthur Lopes	ICRJ



Motu, vencedor no HPE 25



REGATA NINOTCHKA

A competição que contempla a classe Star, realizada no dia 11 de agosto, teve sete barcos inscritos, porém antes da largada um deles sofreu uma avaria e não pode velejar. Foi realizada uma regata de percurso, com largada do Morro da Viúva, montagem da boia preta em Barra Grande, Parcel das Feiticeiras e bem disputada até a chegada nas Docas do Clube.

Todos os participantes eram velejadores do Clube. A dupla campeã foi Alessandro Pascolato e Marcelo Jordão. Carlos Dohnert e Gustavo Kunze ficaram em segundo lugar e Jorge Bhering e Paolo Basso terminaram em terceiro.



Alessandro Pascolato e Marcelo Jordão

Presença brasileira no Mundial de J24



Entre os dias 27 e 31 de agosto o lago de Garda, na Itália, foi sede do Mundial da classe J24. Foram 89 equipes participantes, de 14 países. O Brasil foi representado pela equipe Ginga, de Renato Cattalini.

Após dez regatas, os vencedores foram os americanos da embarcação Kaster, comandados por Will Welles. Os brasileiros ficaram com a 49ª colocação.

BRONZE NO OPTIMIST

O Campeonato Mundial da Classe Optimist 2018, realizado em Limassol, no Chipre, de 27 de agosto a 06 de setembro, comprovou a força da equipe brasileira. Sob comando do técnico Felipe Novello e do *team leader* Juan Sienna, o Brasil ficou com a medalha de bronze da *Nations Cup*, ficando atrás apenas da campeã Tailândia e da vice-campeã Itália.

No geral, o Brasil mostrou grande regularidade no Mundial, colocando quatro velejadores na flotilha ouro - Erick Carpes (YCSA), Lorenzo Balestrin (CDJ) e os irmãos Leonardo e Mathias Crespo (ICRJ).

“A base da vela brasileira está mostrando uma grande evolução e es-



tamos detectando novos talentos para continuar formando a Equipe Brasileira de Vela do futuro. O evento foi difícil, mas à medida que a equipe ia ganhando ritmo, os velejadores se sentiam com mais confiança”, afirmou Juan Sienna.



31ª Semana Interna

A competição aconteceu durante o feriado da independência, de 06 a 09 de setembro, reunindo um número expressivo de velejadores - mais de 100 atletas em 9 classes. Todos os dias foram ensolarados e com ventos do quadrante leste que favoreceram a velejada na Baía de Guanabara, proporcionando à Comissão de Regatas realizar vários tipos de percurso: Barla-Sota, Outer e Inner .

Para as classes Laser, Finn, 420 e 29er foram quatro dias de regatas, enquanto para as demais classes, foram três dias. Devido à grande quantidade de barcos na água, foram montadas duas raia - que funcionaram simultaneamente - para atender as classes participantes. Na primeira raia, competiram os barcos de bolina e tivemos 96 barcos. Na segunda área de regata competiram 19 barcos de quilha.

A vela jovem foi o destaque dessa edição, com participação importante. Dentre as flotilhas que participaram da competição, tivemos representantes de PE, BA, DF, SP e de Portugal. O desempenho dos velejadores do Clube foi excelente - das nove classes, o ICRJ ficou com o primeiro lugar em cinco.

Após a última regata no dia 09, a cerimônia de premiação foi realizada no Salão Marlin Azul com a participação de todos em clima de grande confraternização. Além da entrega de troféus e medalhas, tivemos sorteio de vouchers do Outback, que apoiou o evento.

Confira abaixo os vencedores em cada classe:

CLASSE	Nº DE INSCRITOS	VELEJADOR	BARCO	CLUBE
420	22	Bernardo Peixoto e Marcos Arndt	Ziggy Marley	YCB/ CBC
29er	5	Rafaela Salles e Fernanda Blyth	Sem Nome	ICRJ
Laser Standard	16	João Pedro Souto de Oliveira	Sem Nome	ICRJ
Laser Radial	19	Lars Kunath	Baleia 2	YCSA
Laser 4.7	7	Victor de Castro Carneiro	Sem Nome	ICRJ
Star	10	Lars Grael e Samuel Gonçalves	Come Together	ICRJ
Finn	9	Antônio Carvalho Moreira	TchinTchunFly	CNC/MB
J24	9	Mario Tinoco Radson Camila Fernandez y Fernandez, Flavia Goretkin Daniela	NOTA JAZZ	ICRJ
Snipe	17	Juliana Duque e Rafael Martins	Os Roedores North Sails	YCB/CBC



João Pedro Souto de Oliveira, vencedor na classe Laser Standard



Rafaela Salles e Fernanda Blyth, vencedoras na classe 29er



Victor de Castro Carneiro, vencedor na classe Laser 4.7



cional de Vela



Lars Grael e Samuel Gonçalves, vencedores na classe Star



Nota Jazz, vencedor na classe J24

VELA JOVEM NA SEMANA INTERNACIONAL

Antes da Olimpíada Rio 2016, a Semana Internacional de Vela vinha tendo um apelo muito forte para as classes Olímpicas, inclusive com grande participação de velejadores estrangeiros. Ao término do ciclo olímpico, se transformou e vem se destacando a participação das classes pan-americanas e, principalmente, na Vela Jovem.

Segundo o Diretor de Vela do ICRJ Fernando Madureira, houve um esforço coletivo com as famílias dos atletas de todo Brasil para possibilitar a vinda deles para o evento. Muitos velejadores cariocas receberam e hospedaram atletas de fora; Vale destacar que os jovens têm até 23 anos.

Com intuito de fornecer mais informação e técnica aos jovens, todos os dias antes e depois das regatas, os velejadores das classes 420, 29er e Laser assistiram a palestras no Bar dos Pinguins. Estiveram palestrando por lá: Fernando Sesto, Cláudio Biekarck, Ricardo Lobato e Juan Sienna (coordenador da Vela Jovem da CBVela).

Ao final, Fernando Madureira se mostrou muito satisfeito com o resultado e os elogios recebidos pelo evento e tudo que ele mobilizou para a sua plena realização. Este foi o evento mais importante do calendário da Vela Jovem do segundo semestre de 2018.

ICRJ & VELA JOVEM

Além do sucesso desta edição da Semana Internacional, desde 2014 o ICRJ tem um projeto de apoio aos jovens velejadores, que evoluiu para a formação da Flotilha de Vela Jovem - FVJ. O projeto da Vela Jovem tem o objetivo de apresentar as classes de vela no pós Optimist. Neste sentido, foram adquiridos materiais para que os jovens possam conhecer os diferentes tipos de velejada e amadurecer fisicamente, antes de definir em qual barco vão seguir a carreira.

O Clube disponibiliza atualmente barcos das classes 420, Laser 4.7, Snipe Jr. e 29er. A intenção é que não haja mais o "gap" entre a classe Optimist e as classes de vela tradicionais. Esta iniciativa do ICRJ já tem rendido bons frutos.

ENERGIA INABALÁVEL

Dos Alpes para a Semana de Vela

A sócia Rosalia Guarischi participou da Ultra Trail du Mont Blanc no dia 31 de agosto, completando 170 km em quase 36 horas de corrida, indo da França a Suíça – dando volta na maior montanha dos Alpes.

Em seu retorno ao Brasil, ela e seu marido André Guarischi, participaram da 31ª Semana Internacional de Vela do Rio de Janeiro, velejando pela classe Snipe. O casal completou as seis regatas em 10º lugar na classificação geral e 2º na categoria Master.

Isso que é disposição!



Rosalia Guarischi na Ultra Trail du Mont Blanc...



...e ao lado de seu marido André Guarischi, na 31ª Semana Internacional de Vela do Rio de Janeiro



COPA MASTER

No primeiro final de semana de setembro os “veteranos” da classe Laser se reuniram para disputar a Copa Master – que faz parte do Campeonato Brasileiro de Master. Foram realizadas quatro regatas para Laser Standard e 4.7 e para Laser Radial.

Durante os dois dias tivemos ótimas condições de vento, com os barcos fazendo percursos barla-sota e triângulo. Velejadores de SP, DF, ES, BA, SC, Portugal e Uruguai correram em um clima amigável de disputa na raia, alguns há muito tempo não se encontravam em competição.

No sábado, a Diretoria de Vela promoveu uma confraternização no salão Nobre com direito a sorteio de kit com brindes divertidos e DJ. Já no domingo, a premiação foi no Hangar 01. A competição teve apoio da cervejaria Palma Louca e da loja de produtos náuticos Ocean Blue.

Confira os resultados ao lado:



Alexandre Saldanha



Claudia de Castro Barbosa

	1º Lugar	2º Lugar	3º Lugar
LASER STANDARD	Pedro Mascarenhas	Pedro Bulhões	Alexandre Saldanha
LASER RADIAL	Lars Kunath	Felipe Fonseca	Luiz Otávio Vieira Correia
LASER 4.7	Claudia de Castro Barbosa	Christina Frediani	

VELA - OUTUBRO 2018		
Data	Regata	Classes
14	73ª Regata da Escola Naval	Todas as Classes
19 a 21	Campeonato Estadual	Star
	Campeonato Brasileiro	J70
27	68ª Regata Santos-Rio	ORC, IRC, BRA RGS e Veleiros Clássicos
27 e 28	Copa Snipe (2ª etapa)	Snipe

4ª Taça Leopoldo Geyer



Aileen de Torben Grael, campeão na BRA RGS

Os Veleiros clássicos correram pela Taça Leopoldo Geyer nos dias 01 e 02 de setembro. Neste ano tivemos 12 barcos inscritos, com vitória do barco Aileen de Torben Grael (RYC) na BRA RGS e do barco Dinge de Roberto Galli (ICRJ) na APS.

Esta regata tem o percurso dividido em dois dias: no primeiro dia os barcos largaram do Morro da Viúva e chegaram na subsele Ilha de Palmas. O vento Sul/Sueste de 10 nós favoreceu o velejo, fazendo com que todos os barcos chegassem antes das 16h na subsele. Chegando lá, os velejadores desfrutaram do churrasco oferecido aos participantes da regata e muitos pernnoitaram no próprio barco.

Já no dia seguinte, os barcos fizeram o percurso oposto - largaram da Ilha de Palmas e chegaram no Morro da Viúva. Porém o vento Sul demorou a entrar e a largada atrasou em uma hora. Chegando à sede do ICRJ, a cerimônia de premiação foi realizada na parte superior da Lanchonete Convés.

CONHEÇA A LINHA ANTI-INCRUSTAÇÃO QUE PROTEGE DE VERDADE!



**SUA EMBARCAÇÃO
MERECE A MELHOR
PROTEÇÃO**

ENCONTRE EM NOSSO PARCEIRO:



(21) 4106-9659

(21) 98026-0667

ICRJ, HANGAR 1, LOJA 13

49º CIRCUITO RIO



APOIO

Tintas Vinci
Protective Coatings



Festa do Cais



Criançada homenageando os coaches e o diretor de Pesca Eliseu Soares discursando

Na noite de 06 de setembro, o salão Marlin Azul recebeu os pescadores para a festa de premiação do Torneio Anual de Pesca de Cais 2018. O salão com a temática “Splash” contou com carrocinha de pipoca gourmet e donuts personalizados.

A cerimônia comandada pelos funcionários do Departamento de Pesca, contou com discurso do Comodoro Vicente Arruda, Contra-Comodoro José Roberto Braile, Diretor de Pesca Eliseu Soares e da Assessora de Pesca de Cais Lúcia Pedrosa.

No telão montado no salão, foram transmitidos os melhores momentos do torneio com depoimento dos parti-

cipantes. Além disso, no momento emocionante da noite, os “coaches” - que neste ano tiveram participação oficial dentro da competição - receberam uma linda homenagem de todas as crianças que eles ajudaram ao longo das cinco etapas.

Na sequência foram entregues os troféus para as crianças, infanto-juvenil, feminino, masculino e sênior, do primeiro ao quinto lugar em cada categoria. Todas as crianças que participaram de ao menos três etapas receberam brinde da marca de roupas Reserva Mini, além do troféu. E ainda teve sorteio de brindes para os adultos.

O ICRJ parabeniza a todos os pescadores e convida para o Torneio de pesca de Cais 2019!





Comodoro Vicente Arruda com Lucas Baumeier - Campeão no infantojuvenil e seus pais



Campeão Sênior - Eduardo Elias com sua Filha Caroline e seu neto



Família Lupetina - Lóris - 2º lugar Sênior e Izadora Campeã Feminina e seu filho Heitor



Beatriz Vidaurre - Vice-campeã Infantojuvenil - com seus pais e Marcos Coelho



Família Coeho - Raquel - 2º Lugar Feminino e Marcelo Campeão Masculino



Vera Ruiz - 3º Lugar Feminino (ao centro) com Assessor de Manutenção Ildelamar Nunes e Lúcia Pedrosa



25 ANOS DE OPEN 25

O Torneio Open 25 chegou a sua 25ª edição no dia 25 de agosto com a realização da primeira etapa. Tivemos 15 barcos participando em disputa bem acirrada entre a categoria principal e a *Evolving* (equipes em evolução).

O vento forte durante a madrugada dificultou a navegação pela manhã, mas ao decorrer do dia as condições para navegação melhoraram bastante e proporcionou a captura de muitos peixes pelas equipes. A maior peça foi um Bagre de 5,641 Kg capturado por João Franklin Neto da equipe Galática.

A segunda etapa, no dia 01 de setembro, iniciou com condições bem parecidas com a etapa anterior - ventos fortes pela manhã, dificultando novamente a navegação dos pescadores.

Tivemos o aumento de mais duas embarcações participantes, totalizando 17 equipes, com mais um dia de boa pescaria. A maior peça da etapa e no acumulado parcial foi um Dourado de 6,705 Kg capturado por Marcus Gens da equipe Aversa.

Em paralelo, no Torneio Onda Azul, onde sagra-se campeã a equipe que consegue capturar a maior variedade de espécies, a disputa foi acirrada. A equipe Release se destacou durante as duas etapas e ficou em primeiro lugar no acumulado. Em segundo, aparece a equipe Galática e em terceiro, a equipe Guess, empatadas com mesma pontuação.

No Challenge, onde as oito melhores colocadas da primeira etapa participam de uma competição paralela no estilo "mata-mata", tivemos os seguintes confrontos: equipe Release x Capt. Rex e Borda Fishing x Aversa.

Na próxima edição deste boletim confira quem levou a melhor e a grande campeã do Open 25 2018.



Equipe Release - 1º lugar geral



Equipe Guess - 2º lugar geral

Principal:

Classificação	1ª Etapa	2ª Etapa	Geral
1º lugar	Release	Aversa	Release
2º lugar	Guess	Release	Guess
3º lugar	Galática	Guess	Aversa

Evolving:

Classificação	1ª Etapa	2ª Etapa	Geral
1º lugar	Nord	Nord	Nord
2º lugar	Doka	Greenbote	Doka
3º lugar	Mar Del Sol	Mar Del Sol	Mar Del Sol



Equipe Aversa - 3º lugar geral



Equipe Nord - 1º lugar geral na classe Evolving



Equipe Mar Del Sol - 3º lugar geral na classe Evolving



Equipe Doka - 2º lugar geral na classe Evolving



Equipe Galática - 3º lugar na 1ª etapa



Equipe Greenbote - 2º lugar na classe Evolving

PESCA - OUTUBRO 2018

Data	Torneio	Local
06	Torneio Abertura	ICRJ
06	21º Torneio Marlin Rio - 1ª Etapa	ICRJ
20	21º Torneio Marlin Rio - 2ª Etapa	ICRJ



PROGRAMAÇÃO* DE OUTUBRO

Sextas às 19h30, sábados às 16h(matinê) e às 19h30h. Domingos às 17h.

*Sujeita a alterações

Colaboradora: Regina Passarelli Hamman



ROMAN J. ISRAEL, ESQ.

DIA: 05/10/18 – SEXTA-FEIRA
ELENCO: Denzel Washington, Colin Farrell, Carmen Ejogo, 2018 (EUA), 123 min, Drama/Policial, 14 (anos).

Roman J. Israel é um advogado determinado e honesto, acostumado a ver os outros ganharem crédito por seu bom trabalho. Ele defende que os criminosos sejam julgados de forma justa e não teme ir contra o sistema. Porém, quando seu sócio sofre um ataque cardíaco, a firma é fechada e Roman é convidado a assumir um cargo na companhia do ambicioso George Pierce. O que ele não imaginava é que passaria a questionar seus próprios valores em meio aos perigosos bastidores do poder.

“Felicidade não existe, o que existe na vida são momentos felizes”.
O filme traz Denzel Washington em mais um papel memorável.



ANTES DO INVERNO

DIA: 12/10/18 SEXTA-FEIRA
ELENCO: Daniel Auteuil, Kristin Scott Thomas, Leïla Bekhti, 2014 (FRA/Luxemburgo), 102 min, Drama, 14 (anos).

Paul é um neurocirurgião casado com Lucie. Um dia, buquês de rosa começam a ser deixados anonimamente na casa deles no momento em que Lou, uma moça de vinte anos, não para de cruzar o caminho de Paul. As máscaras começam a cair, as pessoas são realmente quem elas pretendem ser? A vida de Paul e Lucie é realmente a que eles sonharam? E será agora, justamente antes da velhice, o momento certo para revelar os segredos?



A PRINCESA E O SAPO

DIA: 13/10/18 SÁBADO - **MATINÊ**
ELENCO: Anika Noni Rose, Bruno Campos, Keith David, 2009 (EUA), 97 min, Animação, Livre.

A trabalhadora e ambiciosa Tiana sonha em abrir o seu próprio restaurante em Nova Orleans. Seus planos tomam um rumo diferente quando ela conhece o príncipe Naveen, o qual tinha se tornado um sapo pelo maldoso Dr. Facilier. Porém, o príncipe, que agora é um sapo, tem esperanças de ser um humano novamente se Tiana beijá-lo.

“Pergunte a qualquer menina se as princesas são coisa do passado e ela certamente responderá que não. E é seguindo a tradição que teve como última herdeira Mulan, em 1998, que o estúdio apresenta agora a sua nona princesa, Tiana”.
Belo filme! No melhor estilo Disney.



O ESTRANHO QUE NÓS AMAMOS

DIA: 13/10/18 SÁBADO
ELENCO: Colin Farrell, Nicole Kidman, Kirsten Dunst, 2017 (EUA), 93 min, Drama, 14 (anos).

Virginia, 1864, três anos após o início da Guerra Civil. John McBurney é um cabo da União que, ferido em combate, é encontrado em um bosque pela jovem Amy. Ela o leva para a casa onde mora, um internato de mulheres gerenciado por Martha Farnsworth. Lá, elas decidem cuidá-lo para que, após se recuperar, seja entregue às autoridades. Só que, aos poucos, cada uma delas demonstra interesses e desejos pelo homem da casa, especialmente Edwina e Alicia.



ELIZABETH: A ERA DE OURO

DIA: 14/10/18 DOMINGO
ELENCO: Cate Blanchett, Geoffrey Rush, Clive Owen, 2008 (FRA/Reino Unido), 114 min, Drama Histórico, 12 (anos).

Há quase três décadas no comando da Inglaterra, a Rainha Elizabeth I enfrenta ameaças ao seu poder, impostas por governos estrangeiros e de seu próprio país. O Rei da Espanha Felipe II, apoiado pelo Vaticano, planeja destronar a rainha e restaurar o catolicismo na nação britânica. Elizabeth se prepara para entrar em guerra, ao mesmo tempo em que luta contra uma paixão inesperada.

“Será uma paixão capaz de abaixar o punho de ferro da Rainha? Ou um amor ajudará nesses tempos difíceis? Oscar 2008 (EUA) - Vencedor na categoria de Melhor Figurino. Indicado também na categoria Melhor Atriz (Cate Blanchett)”.



O PASSAGEIRO

DIA: 19/10/18 SEXTA-FEIRA
ELENCO: Liam Neeson, Vera Farmiga, Patrick Wilson, 2018 (EUA/FRA/Reino Unido), 104 min, Suspense/Ação, 14 (anos).

Durante o seu trajeto usual de volta para casa, um vendedor de seguros é forçado por uma estranha misteriosa a descobrir a identidade de um dos passageiros do trem em que se encontra. Com a rotina quebrada, o homem se encontra no meio de uma conspiração criminosa.

“Neste mundo atual mergulhado em diversas crises - política, econômica, financeira, social e, em particular, moral - não raro nos perguntamos se fazer as coisas do jeito certo realmente adianta. Este dilema

moral é a linha-mestra que conduz o filme. 'O Passageiro', com Liam Neeson, é filme de ação eletrizante”.



AS AVENTURAS DE PADDINGTON

DIA: 20/10/18
SÁBADO - **MATINÊ**
ELENCO: Danilo Gentili, Hugh Bonneville, Sally Hawkins, 2014 (FRA/Reino Unido), 95 min, Animação/ Comédia, Livre.

Paddington foi criado na floresta do Peru pelos tios Pastuzo e Luzu, mas um terremoto acaba separando o trio. Diante disto, o pequeno urso é enviado pela tia para Londres, local onde mora um explorador que visitou o Peru décadas atrás. Paddington faz a viagem clandestinamente e, ao chegar, acaba indo para uma estação de trem. Lá ele conhece a família Brown, que decide ajudá-lo a encontrar o tal explorador. Só que a vida na civilização e entre humanos não é tão simples assim.

“O filme é uma grata surpresa – e como é bom ser surpreendido por uma produção tão simpática, envolvente e irresistível como essa, pois como já foi percebido, o melhor do cinema infanto-juvenil, desde a virada do século, tem sido feito na Inglaterra”.



A NÚMERO UM PALESTRANTE

DIA: 20/10/18
SÁBADO
ELENCO: Emmanuelle Devos, Suzanne Clément, Richard Berry, 2018 (FRA), 110 min, Comédia Dramática, 14 (anos).

Através do trabalho árduo, Emmanuelle Blachey, tornou-se a diretora executiva da Trident, a principal empresa de energia da França. Casada há 20 anos e mãe de dois filhos, o sucesso de Emmanuelle parece perfeito. Um dia, uma rede de mulheres poderosas e influentes se oferecem para ajudá-la a se tornar a presidente de uma grande empresa. Mas para estar no topo, ela deve arriscar tudo! Em um mundo masculino, os obstáculos se acumulam na vida profissional e pessoal de Emmanuelle.



EU, MAMÃE E OS MENINOS

DIA: 21/10/18
DOMINGO
ELENCO: Guillaume Gallienne, André Marcon, 2014 (FRA), 87 min, Comédia, 14 (anos).

Guillaume sempre foi um garoto frágil e delicado, talvez por isso sua mãe sempre lhe tratou como se fosse uma garota. Guillaume passa a ter uma relação complicada com seu pai, sofre maus-tratos dos colegas da escola, em meio de várias histórias engraçadas. Então, Guillaume decide fazer uma peça de teatro para contar como conseguiu finalmente fazer as pazes com a sua sexualidade.



A ÚLTIMA JORNADA

DIA: 26/10/18
SEXTA-FEIRA
ELENCO: Sam Claflin, Asa Butterfield, Paul Bettany, 2018 (Reino Unido), 107 min, Guerra, 14 (anos).

Nas trincheiras da Primeira Guerra, o tenente Raleigh fez alguns contatos para se juntar na linha de frente ao seu amigo de infância, capitão Stanhope. Contudo, Stanhope fica horrorizado com a chegada de Raleigh no claustrofóbico esconderijo, onde estão antecipando um massivo avanço alemão. Com três anos de guerra, o desejo de Stanhope é voltar para os braços da amada, Margaret, irmã de Raleigh.



PETER PAN: DE VOLTA À TERRA DO NUNCA

DIA: 27/10/18
SÁBADO - **MATINÊ**
ELENCO: Corey Burton, Jeff Bennett, Kath Soucie, 2002 (EUA/CAN/Austrália), 73

min, Animação/Aventura/Família, Livre.

Para atrair Peter Pan, o Capitão Gancho tenta sequestrar Wendy, agora uma mulher adulta, mas se engana e leva a filha dela. Todos os personagens da Terra do Nunca se unem para salvar a menina Jane, que não acredita em magia.



SEM RESERVAS

DIA: 27/10/18-SÁBADO
ELENCO: Catherine Zeta-Jones, Aaron Eckhart, Abigail Breslin, 2007 (EUA/Austrália), 103 min, Comédia Dramática/Romance, 14 (anos).

A chef Kate Armstrong administra sua vida e sua cozinha com intensidade. Mas tudo muda quando ela se torna a guardiã de sua sobrinha e se relaciona com um colega de equipe. Eles vivem um romance em meio a rivalidade e Kate precisa buscar sua felicidade fora da cozinha.



A GRANDE APOSTA

DIA: 28/10/18
DOMINGO
ELENCO: Christian Bale, Steve Carell, Ryan Gosling, 2016 (EUA), 131 min, Comédia Dramática/Biografia, 14 (anos).

Em 2008, o guru de Wall Street Michael Burry percebe que empréstimos feitos para o mercado imobiliário estão em risco de inadimplência. Ele decide então apostar contra o mercado investindo mais de um bilhão de dólares dos seus investidores. Jared Vennet percebe a oportunidade e passa a oferecê-la a seus clientes. Juntos, esses homens fazem uma fortuna tirando proveito do colapso econômico americano.

Por conta das Eleições, não haverá sessão de cinema nos dias 06 e 07 deste mês. Caso haja 2º turno, os dias 27 e 28 de outubro também serão utilizados para o armazenamento das urnas.



NOVIDADES DE CABO FRIO

REVISTA CONVÉS EM CIRCULAÇÃO

Encontra-se em circulação a Revista Convés, agora sob a responsabilidade do ambientalista e professor Eduardo Pimenta. O Diretor da SubSede de Cabo Frio, Jomar Pereira Roscoe, assinou a coluna Bons Ventos deste mês.

DECK DE CARA NOVA

Novas mesas e cadeiras foram colocadas no deck da SubSede de zCabo Frio, proporcionando aos sócios apreciarem o visual de maneira mais confortável.



MARES LIMPOS

Sucesso no recolhimento de lixo no Canal de Itajuru em Cabo Frio. Em poucas horas um volume significativo foi retirado do Canal. A SubSede do Iate Clube em Cabo Frio apoiou o evento.



BIBLIOTECA AUMENTANDO

A subSede de Cabo Frio recebeu doação de mais alguns livros. Aproveite sua hospedagem e confira os títulos disponíveis por lá.



RESGATANDO SUA HISTÓRIA

O Diretor de pesca Eliseu Soares disponibilizou algumas fotografias de seu acervo pessoal. Se você participou da Pesca de Cais e se reconhece em algum dos registros, resgate sua fotografia no Departamento de Pesca. As fotos estarão disponíveis no quadro da Pesca, na galeria do Conselho.



Se veja no face

Se você participou de alguma regata ou ficou curioso para ver os velejadores em ação, saiba que as fotos de todas as competições registradas pelo fotógrafo ficam no álbum da fanpage do ICRJ no facebook.

Use o QRcode ao lado para acessar diretamente a fanpage do ICRJ.





ALMOÇO EM HOMENAGEM À FORÇA AÉREA BRASILEIRA

Em comemoração ao Dia do Aviador



25 de Outubro

Quinta-Feira

Salão Nobre

12h30

**CONVITES POR ADESÃO: R\$100,00
(Somente para sócios)**

TRAJE OBRIGATÓRIO: Passeio Completo

Mais informações na Gerência Social: Tel.: 3223-7200 - ramais: 2232 / 2120

CLUBE DO JAZZ



SOPRO CARIOCA

Sax Alto, Sax Tenor, Sax Barítono,
Tropete, Baixo Acústico, Piano e Bateria

DATA: 06/10/2018

LOCAL: Salão Nobre

HORÁRIO: 20h30

CONVITES:

Sócios: R\$30,00

Convidados de Sócios: R\$50,00

Alimentos e bebidas a parte, conforme consumo.

