

# IV Copa Integração / 2007

Alphaville - Tamboré - Aldeia - Granja



A partir do próximo dia 26 de outubro e até o dia 09 de dezembro, teremos a IV Copa Integração, competição que envolverá a participação do Alpha Zero, Alpha 2, Alpha 9, Alpha 11, Tamboré 2, Tamboré 6, Equipe Action Sports (Condomínios prédios de Alphaville), Morada dos Pinheiros (Aldeia da Serra), Condomínio São Paulo II da Granja Viana e Escola de Futebol Futurinho, em campeonatos esportivos com a presença de atletas da nossa região.

Durante as competições, a SAR-9 sediará as competições de queimada e tranca. As outras modalidades, com jogos acontecendo nos outros Residenciais serão: Atletismo (60 metros rasos), basquetebol, futebol de salão, futebol society, futevôlei, handebol, pedestrianismo, tênis de campo, volei de quadra e volei de areia.

As categorias, femininas e masculinas, divididas por idades, serão: Especial (sub 8), pré-mirim (sub 10), mirim (sub 13), infantil (sub 16), principal (de 17 a 33 anos), máster (de 34 a 49 anos) e veteranos (a partir de 50 anos).

Fique atento e venha conosco participar das competições. A Diretoria Social estará informando a todos com detalhes sobre os jogos. Mais informações podem ser obtidas na área social através do fone: 2198-7030 ou 2198-7031.

## Inter Alphas 2008

A IX edição da Olimpíada Inter Alphas acontecerá no ano de 2008, porém a primeira reunião sobre o evento ocorreu neste mês de outubro com a presença da SAR-9.

A experiência adquirida em Olimpíadas passadas será a grande arma da SAR-9 para preparar com eficiência a sua participação, neste que é o maior e mais importante evento esportivo da nossa região. Os treinamentos já foram reiniciados (quadro ao lado) para nos prepararmos em busca do tetracampeonato.

## Cronograma de treinamentos

CRONOGRAMA DE TREINAMENTO ALPHA NOVE 2007							
Dia	Modalidade	Horário	Categoria	Nascto.	Sexo	Local	
2ª a 6ª	TENIS	07h00 às 12h00	Agendar	Livre	Misto	Quadra 1	
2ª af	Ginástica	08h00 às 09h00	livre	Livre	Fem	S.Social	
	KARATÊ	14h30 às 15h30	livre	acima Sanos	Misto		
	Dança de Salão	20h30 às 22h00	livre	Livre	Misto		
	CAPOEIRA	16h30 às 18h00	livre	Livre	Misto	Quadra 2	
	VÔLEI	18h30 às 20h00	livre	Livre	Misto		
		19h00 às 20h00	Infantil	1991 a 1993	Misto		
		20h00 às 21h00	Princ/Mas/Vet	Até 1990	Fem		
Racha Futsal	21h00 às 22h00	Princ/Mas/vet	Até 1990	Masc	Quadra 1		
3ª af	YOGA	08h30 às 09h30	livre	Livre	Misto	Salão Social	
Alfabetização	17h00 às 18h30	livre	funcionários	Misto			
	KARATÊ	18h30 às 19h30	livre	acima Sanos	Misto		
ALONGAMENTO	20h00 às 21h00	livre	Livre	Misto	SL. Jogos		
Xadrez	19h00 às 22h00	Todas	Livre	Misto	PISTA		
CORRIDA	19h00 às 20h00	TODAS	LIVRE	MISTO	Quadra 1		
	Handebol	19h00 às 20h00	Mir/Inf	1991 a 1996	Fem		Quadra 1
Futsal		20h00 às 21h00	Mir/Inf	1991 a 1996	Masc		Quadra 2
	Futsal	18h00 às 18h30	Especial	2000 a 2004	Masc		Quadra 1
18h30 às 19h20		Pre Mirim	1997 a 1999	Masc	Quadra 2		
19h20 às 20h10		Mirim	1994 a 1996	Masc	Quadra 2		
20h10 às 21h00		Mir/ Inf	1990 a 1996	Fem	Quadra 1		
21h00 às 22h00		Infantil	1991 a 1993	Masc	Quadra 1		
4ª af	Ginástica	08h00 às 09h00	livre	Livre	Fem	S.Social	
	KARATÊ	14h30 às 15h30	livre	acima Sanos	Misto		
	CAPOEIRA	16h30 às 18h00	livre	Livre	Misto		
	VÔLEI	18h30 às 20h00	livre	Livre	Misto	Quadra 2	
		18h00 às 19h00	Infantil	1991 a 1993	Masc		
		19h00 às 20h00	Infantil	1991 a 1993	Fem		
		20h00 às 21h00	Princ/Mas/Vet	Até 1990	Fem		
21h00 às 22h00	Princ/Mas/Vet	Até 1990	Masc				
5ª af	YOGA	08h30 às 09h30	livre	Livre	Misto	Salão Social	
	Alfabetização	17h00 às 18h30	livre	funcionários	Misto		
	KARATÊ	18h30 às 19h30	livre	acima Sanos	Misto		
	Futsal	TRANCA	Início as 20h00	livre	Livre	Misto	Quadra 1
		Futsal	18h00 às 19h00	Mirim	1994 a 1996	Masc	
			19h00 às 20h00	Pre mirim	1997 a 1999	Masc	
			20h00 às 21h00	Mir/Inf	1990 a 1996	Fem	
21h00 às 22h00			PRINCIPAL	1974 a 1990	Masc		
Basquete	18h00 às 19h00	Pre mirim	1997 a 1999	Mas/Fem	Quadra 2		
	19h00 às 20h30	Mirim	1994 a 1996	Mas/Fem			
	20h30 às 22h00	Princ/mas	1959 a 1974	Masc			
6ª af	Ginástica	08h00 às 09h00	livre	Livre	Fem	Salão Social	
	TRUCO	Início às 20h00	livre	livre	Misto		
	DOMINÓ		livre	livre	Misto		
	FUTSAL	18h00 às 19h00	Racha	1991 a 1993	Masc	Quadra1	
		19h00 às 20h00	Racha	1974 a 1990	Masc		
	VÔLEI	20h00 às 22h00	Racha	Livre	Misto	Quadra 2	
		Queimada	18h00 às 18h30	Especial	2000 a 2004		Mas/Fem
18h30 às 19h15			Pre mirim	1997 a 1999	Fem		
19h15 às 20h00			Pre mirim	1997 a 1999	Masc		
Sáb	Fut.Campo	ver agenda	ver agenda	ver agenda	Masc	Externo	

As modalidades sublinhadas em azul não são gratuitas

Obs: As idades já estão de acordo com a próx. Olimpíada Inter Alphas de 2008

As aulas são abertas a todos os moradores do Alpha 9. Consulte as modalidades e o cronograma de treinamento em nosso site: [www.sar9.org.br](http://www.sar9.org.br). Outras informações poderão ser obtidas na área social, através dos telefones: 2198-7030 / 2198-7031.



## Natal Inesquecível

A mais bela decoração da região

# Doce Natal

**Chegada do Papai Noel  
Dia 30/10 às 10:30h**

**osasco  
plaza  
shopping**  
o nosso shopping  
[www.osascoplazashopping.com.br](http://www.osascoplazashopping.com.br)