

Calendário de atividades do CCE-RK

Atividades	Dias da Semana	Horários	Professor(a)
Ballet	Terça e Quinta	09h30 às 10h30	Érica
		16h30 às 17h30	
Capoeira	Terça e Quinta	19h às 20h	Márcio Humberto
	Quarta e Sexta	20h às 21h30h	
		9h às 10h	
Futebol	Segunda e Quarta	19h às 22h	Nilson
Ginástica	Segunda, Quarta e Sexta	20h às 21h	Conceição
Jiu Jitsu	Segunda, Quarta e Sexta	16h às 17h30	Marcelo
	Terça e Quinta	19h30 às 21h	
	Sábado	10h às 11h30	
Karatê	Segunda, Quarta e Sexta	19h às 20h	Chermont
		20h às 21h	
Tai Chi Chuan	Terça e Quinta	8h às 9h	Thais
Vôlei	Segunda, Quarta e Quinta	18h às 19h	Victor
Yoga	Quarta e Sexta	8h às 9h	Mara
Desenho	Terça	10h às 12h	Ivani Coutinho
	Quarta	14h às 16h	

Inscrições no CCE. Participe!

Informações: 3302-2339



Ao sair para passear com o seu cão, não deixe de colocar coleira e guia conforme determina a legislação e as normas condominiais. Leve também utensílios adequados para recolher as fezes. Nossos atos de cidadania melhoram a relação com os nossos vizinhos.

Informativo RK

ABRIL 2017

(61) 3302-3452 | www.condominiorrk.com.br



Esporte, lazer e integração social fazem bem a saúde e melhoram nossa qualidade de vida!

Caro(a) Condômino(a),

Atualmente podemos nos orgulhar de morar no RK, pois já superamos muitas batalhas para chegar ao nível que estamos hoje.

Há poucos anos enfrentávamos a lama, a poeira, administrações sem compromisso com a legalidade, falta de honestidade e transparência. Foi um passado sombrio, quando as gestões eram focadas no interesse de alguns e não no interesse da coletividade.

A superação desse passado não foi rápida nem fácil. Mas o importante é que conseguimos. Nesses novos tempos, com as finanças saneadas, contas em dia, gestão assentada em bases técnicas e transparência, maior integração entre a administração e comunidade, estamos alcançando juntos, avanços em um bom ritmo em todas as áreas.

A partir de uma comunicação cada vez mais sintonizada com a comunidade, percebemos que afloram novas necessidades, sobretudo na área social. Nossos espaços para atividades coletivas e de lazer é uma das reivindicações da nossa Comunidade.

Mesmo considerando as nossas limitações de espaço físico apropriado, estamos buscando atender ao máximo às expectativas dos nossos Condôminos e nos esforçando para proporcionar à Comunidade o acesso às atividades de esporte, lazer e de encontros que congreguem os Moradores do RK.

Vamos juntos reforçar ainda mais a nossa integração social, melhorando nossa qualidade de vida e saúde! Participe!

Paulo Alves

Subsindico e Coordenador de Eventos

Francisco Avelino

Sindico

Participe das atividades do CCE

Três novas atividades para a comunidade, aulas de Vôlei, Yoga e Desenho.

Programação completa na última página.

DOMINGÃO DO LAZER

Um dia de encontro e diversão

Estamos programando, para o dia **23 de abril** um dia inteiro de atividades esportivas e sociais.

Conforme aprovado na 83ª AGE, a Avenida Flor do Cerrado será parcialmente fechada aos domingos, mas no dia 23 de abril, teremos uma programação especial.

A faixa de subida da Avenida Central (Flor do Cerrado) será interditada para veículos no trecho entre o Quadradão e Parquinho e liberada para atividades de lazer (patins, skate, bicicleta, velocípedes, etc.) e integração entre as Famílias do nosso RK.

Serão instalados brinquedos para as crianças de diversas idades. Teremos uma praça de alimentação com *Food Trucks/Barracas* e exposição de artesanato produzidos pelos Moradores.

Estão previstas também atividades esportivas para os jovens e adultos. A programação completa será divulgada nos próximos dias.

1º Baile da Comunidade

No dia **20 de maio** realizaremos o primeiro baile da comunidade do RK em homenagem às mães.

Será uma festa para a família, com música ao vivo e outras atrações. O evento terá início às 19 horas e término às 24 horas.

Em breve daremos início à construção da nossa quadra poliesportiva aprovada na 81ª AGE.

CONTATOS

SAC
3302-2339

CEA
3011-0480

Segurança
3302-2879

CORAL DO RK

A Cantata de Natal foi tão marcante e agradou tanto à nossa comunidade que muitos condôminos desejam dar continuidade ao CORAL.

Qualquer pessoa, mesmo que nunca tenha cantado, ou que considere que não é afinado, pode participar. Faça sua inscrição no SAC-RK.

Durante o ano faremos algumas apresentações para toda a nossa comunidade.



ALGUMAS VANTAGENS DA ATIVIDADE FÍSICA REGULAR:

- Ajuda a controlar o peso
- Aumenta o nível de energia
- Melhora a auto-estima
- Combate diversas doenças
- Reduz o stress e a ansiedade
- Estimula um sono melhor
- Melhora a imagem corporal
- Melhora a flexibilidade, a mobilidade e os reflexos
- O exercício pode transformar-se numa diversão

