



# INFORMATIVO

ED. 1617 - 14 FEV / 2013

NOVO LEBLON

## A reinauguração do campo de futebol society

O campo de futebol society foi reinaugurado no último sábado, dia 02 de fevereiro, e aconteceu conforme o planejado. O membro da ACNL, Osmar Gracilino, iniciou a cerimônia de reinauguração convidando o presidente do Colegiado, Oswaldo Dias; a suex, Anna Regina Degering; o subsíndico administrativo, Minenique Gonçalves; os coordenadores do futebol, Gustavo Jacques, Rodrigo Simas e Aderbal Vieira, o homenageado, Domingos Rocha Sampaio e sua esposa, Ademir S. Sampaio a cantarem o hino brasileiro juntamente com os moradores e atletas enquanto a bandeira nacional era hasteada.

O homenageado do dia recebeu as saudações e uma placa foi entregue a ele pelas mãos da superintendente executiva. Terminado todo o protocolo, Domingos Rocha deu o pontapé inicial às partidas e os jogadores de todas as categorias se dividiram para os jogos acontecerem.

Ao meio-dia, na área em frente à piscina, Alexandre Mendonça, ou "Tia Cenira" como é conhecido, foi o responsável por servir um churrasco aos moradores presentes. O almoço seguiu com a presença de muita música e diversão. ■



**POR DENTRO DO  
NOVO LEBLON**

*Serviço de ônibus  
sofre alterações*



**NOSSO ESPAÇO**

*O jeito certo de se livrar  
do entulho*



**BEM-ESTAR**

*Alimente-se bem no verão*

## Alegria no Novo Leblon

*Dizem que o ano só começa depois do Carnaval, mas isso não se aplica ao Condomínio Novo Leblon. Prova disto é a entrega do campo de futebol (como você pôde conferir na capa desta edição), fruto de muito trabalho da Administração para oferecer aos moradores um espaço seguro e adequado à prática deste esporte. Quanto ao serviço de ônibus o Informativo traz uma tabela atualizada.*

*Já quando o assunto é diversão, temos o Festival do Coco – um evento singelo, mas muito bem organizado pelo morador Domingos Sampaio, que recolhe cocos pelo Novo Leblon e os distribui bem gelados aos seus*

*vizinhos. A folia também marcou presença no CNL com o tradicional Baile de Carnaval.*

*Para a sua saúde, o Informativo apresenta três matérias interessantes. Uma delas fala sobre a importância de ingerir bastante água no verão. Já as outras duas mencionam atividades aquáticas: a natação como alternativa de se refrescar nos dias quentes e, de quebra, controlar as alergias respiratórias; e a hidroginástica para a terceira idade cuidar da saúde fazendo novos amigos. Não deixe de conferir também o procedimento correto para descartar entulhos, geladeiras, móveis e demais bens inservíveis. Boa leitura e até a próxima edição! ■*

# NOVO Leblon

Condomínio Novo Leblon (Country Club Novo Leblon)

**Endereço / Telefone**

Rua Oscar Valdetaro, 55  
Barra da Tijuca - Rio de Janeiro  
CEP 22793-670  
2438-0515  
E-mail: administracao@novobleblon.com.br  
Site: www.novobleblon.com.br

**Vigilância**

2438-0716 / 7883-5483 /  
ID 12\*88600  
Douglas Aguiar  
(assessor de Vigilância)  
7844-5648 / ID 119\*21147



**Condomínio  
Novo Leblon**

[www.novobleblon.com.br](http://www.novobleblon.com.br)

**Colegiado da ACNL  
(gestão 2012/2014)**

**Presidente**  
Oswaldo Dias

**Secretária**  
Vitória de Miranda Ferreira

**Comissão de Legislação  
e Normas**  
Marcio de Melo Lobo  
e Fernanda Bolotnicki

**Comissão de Orçamento  
e Finanças**  
Henrique Gomes da Rosa,  
José Andreatta Neto  
e Bernardo Svaiter

**Comissão de Obras, Contratos  
e Patrimônio**  
Edjobson A. Pedrosa e Maria  
do Carmo Souza Lopes

**Comissão de Preservação  
Ambiental**  
Sergio Costa, Maria Cristina  
Zagallo Ballester, Sergio Claro  
e Roberto Castro

**Comissão de Infraestrutura**  
Fernanda Bolotnicki, Marcelo  
Siciliano e Marcio de Melo  
Lobo. Suplentes: Frei Francisco  
José Ariza Bertos e Luiz  
Antônio Ribeiro Rajão

**Comissão Sociocultural  
e Esportiva**  
Therezinha Nascimento Mourão,  
Minenique Gonçalves Rego  
e Osmar G. Rodrigues

*Comissões Especiais*

**Comissão Especial  
de Segurança**  
Fernanda Bolotnicki, Luiz  
Antônio Ribeiro Rajão, Frei  
Francisco José Ariza Bertos  
e Marcio Lobo

**Comissão Especial  
de Transporte**  
Fernando Perrone, Therezinha  
Nascimento Mourão e  
Fernanda Bolotnicki.

**Colaboradora:**  
Katlen de A. Moreira Coelho

**Representante na Câmara  
Comunitária da Barra**  
Arlindo da Rocha Almeida

**Administração**

**Síndica Geral**  
Associação dos Condôminos  
do Novo Leblon - ACNL  
acnl@novobleblon.com.br

**Superintendente Executivo  
da ACNL - SUEX**  
Anna Regina Degering Ribeiro

**Subsídico Financeiro**  
Henrique Gomes da Rosa

**Subsídico Administrativo**  
Minenique Gonçalves Rego

**Conselho Consultivo**  
Titulares: Luiz-Celso Côrtes  
de Carvalho, Arlindo da  
Rocha Almeida e Fernando  
Perrone  
Suplentes: Roberto Collomb  
Junior e Carlos Augusto  
Ruppenthal Milani

**Conselho Fiscal**  
Titulares: Francisco Eduardo  
Ribeiro, Carlos Gimenes e  
Paulo Antonio F. Gabriel

**agenci**tr**ato**

**Diretora de Conteúdo:** Juliana Campello | **Diretora de Projetos:** Ivone Vilete | **Diretor de Arte:** Jorge Iquiene  
**Designer:** Roberta Arman | **Redação:** Marianna Rodrigues e Sincer Ramalho | **Revisão:** Sincer Ramalho  
Av. das Américas 3.500 - Bloco 7 - Grupo 329 - Barra da Tijuca - Rio de Janeiro - RJ  
**Publicidade:** novobleblon@agencitrato.com.br  
**Tel.:** (21) 3798-5505 | [www.agencitrato.com.br](http://www.agencitrato.com.br)

Estamos publicando a grade do nosso serviço de transporte para facilitar o uso dos nossos usuários, com novos números de telefones dos fiscais deste sistema.

SEGUNDA A SEXTA										
SAÍDA DO NOVO LEBLON						RETORNO PARA O NOVO LEBLON				
TIPO	ÔNIBUS	DESTINO	HORÁRIO	VIA	TRAJETO	TIPO	ÔNIBUS	HORÁRIO	VIA	TRAJETO
	1	CENTRO	05:55	JB / BOT / PR / CT	A		1	Imediato	T. Rebouças / JB	G
	2	CENTRO	06:05	NI / ZS / PR / CT	B		2	Imediato	T. Rebouças / JB	G
	3	CENTRO	06:20	JB / BOT / PR / CT	A		3	Imediato	T. Rebouças / JB	G
EX	4	CENTRO	06:45	NI / ZS / PR / CT	B1		4	Imediato	T. Rebouças / JB	G
	5	CENTRO	07:10	LB / PR / ATERRO / CT	D		5	Imediato	T. Rebouças / JB	G
SE	6	CENTRO	07:30	JB / BOT / PR / CT(Visc. Inha)	A1		6	Imediato	Aterro / ZS / LB	H 1
EX	1	CENTRO	08:10	NI / ZS / AT / CT	B3		1	10:00	PR / BOT / JB / LB	I
SE	2	CENTRO	08:40	JB / BOT / PR / CT(Visc. Inha)	A1	EX	2	10:30	Aterro / PR / LB	H
EX	3	CENTRO	09:20	NI / ZS / PR / CT	B1		3	11:00	Aterro / PR / LB	H
	4	CENTRO	10:00	JB / BOT / PR / CT	A1	SE	4	12:20	CT / LA	J
	5	CENTRO	10:30	Tijuca / Alto / CT	E		5	12:50	Aterro / PR / LB	H
	6	CENTRO	11:15	NI / ZS / PR / CT	B1		6	13:40	PR / BOT / JB / LB	I
	1	CENTRO	11:40	LA / Metrô N. América / CT	C1		1	14:15	Aterro / PR / LB	H2
	2	CENTRO	12:25	LB / PR / AT / CT	D1	EX	2	15:00	PR / BOT / JB / LB	I
	3	CENTRO	13:30	JB / BOT / AT / CT	A2	SE	3	16:00	Aterro / PR / LB	H2
	4	CENTRO	15:10	LB / PR / AT / CT	D2	SE	4	17:00	CT / LA	J
	5	CENTRO	15:40	Tijuca / Alto / CT	E	SE	5	17:15	Aterro / PR / LB	H2
	6	CENTRO	16:00	JB / BOT / AT / CT	A2	EX	6	18:00	Aterro / PR / LB	H2
	1	CENTRO	16:20	LA / CT	C2		1	18:00	CT / LA	J
	2	CENTRO	17:00	NI / ZS / AT / CT	B2	SE	2	18:35	PR / BOT / JB / LB	I
	3	CENTRO	17:50	LA / CT	C	SE	3	19:30	PR(Fla) / Aterro / PR / LB	H3
EX	4	CENTRO	18:50	NI / ZS / AT / CT	B2	SE	4	20:30	PR / BOT / JB / LB	I
	5	CENTRO	19:20	JB / BOT / PR / CT	A1		5	21:00	PR(Fla) / Aterro / PR / LB	H3
	6	CENTRO	20:20	LB / PR / AT / CT	D		6	22:10	PR / BOT / PR	K

Legenda: EX = Expresso na Barra, VG = Viagem, BUS = Ônibus, T = Trajeto, Imediato = retorna assim que chegar ao Centro, BOT = Botafogo, CT = Centro, JB = Jardim Botânico, LA = Linha Amarela, LB = Lagoa Barra, NI = Niemeyer, PR = Praias, ZS = Zona Sul, SE = Semiexpresso.

	TRAJETO	DESCRIPTIVO
TRAJETOS DO CONDOMÍNIO PARA O CENTRO	A	CNL / Av. das Américas / Lagoa-Barra / Pe. Leonel França / Dr. Marques Canário / Pça. N. Sra. Auxiliadora / Min. Raul Machado / Mário Ribeiro / Bartolomeu Mitre / Jd. Botânico / Voluntários da Pátria / Praia de Botafogo / Av. Rui Barbosa / Praia do Flamengo / Av. Beira Mar / R. Teixeira de Freitas / Av. República do Paraguai / R. Evaristo da Veiga / R. Araujo Porto Alegre / Av. Antônio Carlos / R. Agnaldo Caiado de Castro / Mergulhão da Praça XV (pista esquerda) / Av. Pres. Vargas (Metrô Cidade Nova).
	A1	Igual ao "trajeto A" com final na (Vis. Inhaúma)
	A2	Igual ao "trajeto A" até Praia do Flamengo / Mergulhão da Praça XV (pista esquerda) / Rua Visconde de Inhaúma.
	B	CNL / Av. das Américas / São Conrado / Niemeyer / Praias / Av. Princesa Isabel / Av. Lauro Muller - Rio Sul / Av. Wenceslau Brás / Av. Pasteur / Praia de Botafogo - Av. Rui Barbosa / Praia do Flamengo - Av. Beira Mar / R. Teixeira de Freitas / Av. República do Paraguai / R. Evaristo da Veiga / R. Araujo Porto Alegre / Av. Antônio Carlos / R. Agnaldo Caiado de Castro / Mergulhão da Praça XV (pista esquerda) / Av. Pres. Vargas (Metrô Cidade Nova).
	B1	Igual ao "trajeto B". Obs: Horário 06:45h com final na Av. Pres. Vargas (Metrô Cidade Nova), horário 08:10h com final na Av. Pres. Vargas (lateral Candelária).
	B2	Igual ao "trajeto B" até Av. Wenceslau Brás / Lauro Muller / Aterro / Mergulhão da Pça. XV (pista esquerda) / Visconde de Inhaúma.
	B3	Igual ao "trajeto B" até Av. Wenceslau Brás / Lauro Muller / Aterro / Av. Frankling Roosevelt / Av. Antônio Carlos / R. Agnaldo Caiado de Castro / Mergulhão da Pça. XV (pista esquerda) / Praça Pio X.
	C	CNL / Av. Ayrton Senna / Linha Amarela / Av. Brasil / Av. Rodrigues Alves (Rodoviária Novo Rio) / Av. Venezuela / Pça. Mauá.
	C1	CNL / Av. Ayrton Senna - Pista lateral - Casa Shopping / Av. Gov. Carlos Lacerda (Linha Amarela) / Av. Pr. Martin Luther King Júnior retorno na Av. Mns. Félix / Av. Gov. Carlos Lacerda (Linha Amarela) / Av. Brasil / Av. Rodrigues Alves (Rodoviária Novo Rio) / Av. Rio Branco / Av. Pres. Vargas.
	C2	Igual ao "trajeto C1" até a Linha Amarela / Av. Brasil / Av. Rodrigues Alves (Rodoviária Novo Rio) / R. Venezuela / Av. Acre / Av. Passos.
	D	CNL / Av. das Américas / Dr. Marques Canário / R. Adalberto Ferreira / R. Humberto de Campos / Av. Afrânio de Melo Franco / Av. Vieira Souto / R. Francisco Otaviano / Av. Atlântica - Praias / Av. Princesa Isabel / Av. Lauro Muller - Rio Sul / Av. Wenceslau Brás / Aterro / Av. Frankling Roosevelt / Av. Antônio Carlos / R. Agnaldo Caiado de Castro / Mergulhão da Praça XV (pista esquerda) / Av. Pres. Vargas (Metrô Cidade Nova). Obs.: ônibus horário 20h20 até R. Visconde de Inhaúma.
	D1	Igual ao "trajeto D" até o Aterro / Mergulhão da Praça XV (pista esquerda) / Rua Visconde de Inhaúma / Av. Pres. Vargas (Metrô Cidade Nova).
	D2	Igual ao trajeto D1 até o Aterro / Av. Mal. Câmara / Av. Frankling Roosevelt.
E	CNL / Av. das Américas / Av. Armando Lombardi / Av. Min. Ivan Lins / Ponte Velha / R. Dom Rosalvo Coatá Rego / R. Filadelfo de Azevedo / Av. Barra da Tijuca / Estr. da Furnas / Estr. da Boa Vista / Pça. Afonso Viseu / Av. Edson Passos / Av. Conde de Bonfim / Lgo. da 2ª feira / R. Haddock Lobo / R. Joaquim Palhares / R. Machado Coelho / R. Julio Carmo / R. Amoroso Lima / R. Benedito Hipólito / R. Santana / Av. Pres. Vargas / Pça. Pio X / Rua 10 de março / R. Visconde de Inhaúma.	
G	Av. Pres. Vargas - pista lateral / Elevado / Túnel Rebouças / R. Jardim Botânico / Auto Estrada Lagoa-Barra / Av. das Américas / CNL.	
TRAJETOS DO CENTRO PARA O CONDOMÍNIO	H	Av. Rio Branco / Av. Presidente Vargas (esquerda Candelária) / Mergulhão / Av. Franklin Roosevelt / Av. Presidente Wilson / Aterro / Av. Princesa Isabel / Av. Atlântica / R. Rainha Elizabeth / Av. Vieira Souto / Av. Delfim Moreira / Av. Bartolomeu Mitre / Auto Estrada Lagoa-Barra / Av. das Américas / CNL.
	H1	Av. Rio Branco nº46 / Av. Pres. Vargas (esquerda Candelária) / Mergulhão / Av. Franklin Roosevelt / Av. Presidente Wilson / Aterro / Túnel Novo / Barata Ribeiro / Rainha Elisabeth / Pça. General Osório / R. Prudente de Moraes / Pça. Antero de Quental / R. Bartolomeu Mitre / Auto estrada Lagoa-Barra / Av. das Américas / CNL.
	H2	Av. Rio Branco / R. Araujo Porto Alegre / Av. Pres. Antonio Carlos / Av. Pres. Wilson / Aterro / Av. Presidente Wilson / Aterro / Av. Princesa Isabel / Av. Atlântica / R. Rainha Elizabeth / Av. Vieira Souto / Av. Delfim Moreira / Av. Bartolomeu Mitre / Auto Estrada Lagoa-Barra / Av. das Américas / CNL.
	H3	Av. Rio Branco / R. Araujo Porto Alegre / Av. Pres. Antonio Carlos / Av. Pres. Wilson / Pr. do Flamengo / Av. Oswaldo Cruz / Av. Princesa Isabel / Av. Atlântica / R. Rainha Elizabeth / Av. Vieira Souto / Av. Delfim Moreira / Av. Bartolomeu Mitre / Auto Estrada Lagoa-Barra / Av. das Américas / CNL.
	I	Av. Rio Branco / R. Araujo Porto Alegre / Av. Pres. Antonio Carlos / Av. Pres. Wilson / Pr. do Flamengo / Av. Oswaldo Cruz / Pr. de Botafogo / R. São Clemente / R. Humaitá / R. Jardim Botânico / Pça. Santos Dumont / R. Marques de S. Vicente / R. Arthur Araripe / Auto Estrada Lagoa-Barra / Av. das Américas / CNL.
	J	R. Evaristo da Veiga / R. Araujo Porto Alegre / Av. Antônio Carlos / R. Mal Agnaldo Caiado de Castro / Mergulhão (pista da esquerda) / Av. Presidente Vargas (pista lateral) / Av. Leopoldina / Av. Brasil / Linha Amarela / Av. Ayrton Senna / CNL
	K	Av. Rio Branco / R. Araujo Porto Alegre / Av. Antônio Carlos / Av. Presidente Wilson / Praia do Flamengo / Praia de Botafogo / R. São Clemente / R. Nelson Mandela / R. Voluntário da Pátria / Praia de Botafogo / Av. Princesa Isabel / Av. Atlântica / R. Rainha Elizabeth / Av. Vieira Souto / Av. Delfim Moreira / Av. Bartolomeu Mitre / Auto Estrada Lagoa-Barra / Av. das Américas / CNL.



# POR DENTRO DO NOVO LEBLON

BARRA DA TIJUCA - PONTOS DA PARA O CENTRO	TRAJETO	LAPA E CENTRO DA CIDADE - PONTOS DE RETORNO DO CENTRO	TRAJETO
Av. das Américas, nº 4.453 - Patrimóvel	A; A1; B; D; D1; D2; E	Av. Rio Branco, nº 46 (em frente Livraria Travessa)	H; H1; H2; H3; I; K
Av. das Américas, nº 3.939 - Shopping Esplanada da Barra	A; A1; B; D; D1; D2; E	R. Evaristo da Veiga, nº 83 (ponto próximo ao Batalhão)	J
Av. das Américas, nº 3.665 - Barra Square	A; A1; B; D; D1; D2; E	R. Evaristo da Veiga, nº 21 (em frente ao Banco Itaú)	J
Av. das Américas, nº 3.255 - Shopping Barra Garden	A; A1; B; D; D1; D2; E	R. Araújo Porto Alegre, ponto de ônibus de Fretamento	H2; H3; I; J; K
Av. das Américas, nº 3.501 - Riviera Del Fiori	A; A1; B; D; D1; D2; E	R. Mal. Agnaldo Caiado de Castro (primeiro ponto na lateral do Fórum)	G; J
Av. das Américas, nº 2.603 - Colégio Anglo Americano	A; A1; B; D; D1; D2; E	Av. Presidente Wilson, nº 123 (Restaurante Beduino)	H; H1; H2; H3; I; K
Av. das Américas, nº 1.245 - Torres Gêmeas	A; A1; B; D; D1; D2; E	Mergulhão (sentido Cinelândia, ponto entre as pistas, 1º escadaria)	G; J
Av. das Américas, nº 777 - UNIMED	A; A1; B; D; D1; D2; E	Mergulhão (sentido zona Sul SOMENTE quando Av. Rio Branco interditada)	H2; H3; I; K
Av. Armando Lombardi - Churrascaria Porcão	A; A1; B; D; D1; D2; E	Av. Pres. Vargas, (lateral da Candelária) Ponto BRS i	G; J
Praça Euvaldo Lodi - Igreja São Francisco / Passarela da Barra	A; A1; B; D; D1; D2; E	Av. Pres. Vargas, nº 824 (Agência da ASSIM) próximo R Passos - Ponto BRS i	G; J
Av. Ayrton Senna - ponto Via Parque	C1; C2	Av. Pres. Vargas, nº 2.700 (defronte Univ. da Cidade) Ponto BRS i	G; J
Av. Ayrton Senna - ponto Terra Encantada	C1; C2	Av. Pres. Vargas, (na direção do Ed. Balança mas não cai) Ponto BRS i	G; J
Av. Ayrton Senna - ponto Leroy Merlin	C1; C2	Av. Pres. Vargas, (Metró Cidade Nova) direção do Ed. Teleporto, Ponto BRS i	G; J
<b>SÃO CONRADO E GÁVEA - PONTOS DA PARA O CENTRO</b>	<b>TRAJETO</b>	Ponto da Passarela Leopoldina (após linha ferrea - árvore amendoeira)	J
Praia de São Conrado, nº 222 (praia em frente Hotel Intercontinental)	B; B1	Linha Amarela Passarela Rei Tour	J
Primeira passarela de São Conrado	B; B1	<b>FLAMENGO / BOTAFOGO - RETORNO DO CENTRO</b>	<b>TRAJETO</b>
Ponto Shopping Fashion Mall	A; A1; A2; D; D1; D2	Praia do Flamengo nº 200 - via praias	H1; K; H3
Praça Santos Dumont (ponto em frente Jockey Club)	A; A1; A2	Praia do Flamengo nº 72 - via praias	I; K; H3
<b>LEBLON e IPANEMA - PONTOS DA PARA O CENTRO</b>	<b>TRAJETO</b>	Av. Osvaldo Cruz nº 58	I; K
R. Bartolomeu Mitre - (defronte ao Batalhão)	A; A1; A2	Praia de Botafogo, nº 228 (defronte Ed. Argentina)	I; K
Av. Delfim Moreira, nº 630 (praia em frente ao Hotel Marina)	B; B1; B2; B3; D; D1; D2	Praia de Botafogo, (defronte BOBS)	I; K
Av. Delfim Moreira, nº 192 (esq. Afrânio de Melo Franco)	B; B1; B2; B3; D; D1; D2	Ponto do Aterro em frente ao Ed. Argentina - via aterro e praias	H; H1; H2; H3
Av. Vieira Souto, nº 706 (praia em frente ao Hotel Praia Ipanema)	B; B1; B2; B3; D; D1; D2	Ponto do Aterro próximo Casa e Vídeo - via aterro e praias	H; H1; H2; H3
Av. Vieira Souto, nº 460 (praia em frente ao Hotel Ceasar Park)	B; B1; B2; B3; D; D1; D2	Praia de Botafogo - Morisco (em frente Clube Guanabara) - via aterro	H; H1; H2; H3; K
Av. Vieira Souto, nº 320 (em frente ao Hotel Sol de Ipanema)	B; B1; B2; B3; D; D1; D2	R. São Clemente, nº 32 - CAPEMI	I; K
R. Francisco Otaviano (em frente ao Bingo Arpoador)	B; B1; B2; B3; D; D1; D2	R. São Clemente, nº 172 - (após Barão de Lucena)	I
<b>ARPOADOR / COPACABANA / URCA - PONTOS DA PARA O CENTRO</b>	<b>TRAJETO</b>	R. São Clemente (primeiro ponto após o Palácio da Cidade)	I
R. Francisco Otaviano (em frente ao Bingo Arpoador)	B; B1; B2; B3; D; D1; D2	R. Humaitá, nº 68 - The Pizza	I
Av. Atlântica, nº 376 (praia em frente Hotel Golden Tulip Regente)	B; B1; B2; B3; D; D1; D2	R. Humaitá, nº 244 (defronte aos Correios)	I
Av. Atlântica, nº 3.264 (em frente Hotel Othon - praia)	B; B1; B2; B3; D; D1; D2	R. Jardim Botânico, nº 152 (após o posto de gasolina Ipiranga)	I
Av. Atlântica, nº 2954 (em frente Hotel Rio Atlântica Hotel - praia)	B; B1; B2; B3; D; D1; D2	R. Jardim Botânico, nº 256 - Rede Globo	I
Av. Atlântica, nº 2230 (em frente Olinda Othon Hotel - praia)	B; B1; B2; B3; D; D1; D2	R. Jardim Botânico, nº 588 (em frente ao Hospital da Lagoa)	I
Av. Atlântica, nº 1500 (em frente Hotel Rio Internacional - praia)	B; B1; B2; B3; D; D1; D2	R. Jardim Botânico, nº 720 - Drogaria Max, após R. Lopes Quintas	I
Av. Princesa Isabel, nº 323 (Supermercado Princesa)	B; B1; B2; B3; D; D1; D2	<b>URCA / COPACABANA - RETORNO DO CENTRO</b>	<b>TRAJETO</b>
R. Lauro Muller - Shopping Rio Sul	B; B1; B2; B3; D; D1; D2	Av. Lauro Sodré (em frente ao Rio Plaza Shopping)	H; H1; H2; H3; K
Av. Venceslau Brás - Faculdade UFRJ	B; B1; B2; B3; D; D1; D2	R. Barata Ribeiro, nº 92 B - Isis Móveis e Decorações	H1
<b>JARDIM BOTÂNICO e HUMAITÁ - IDA PARA O CENTRO</b>	<b>TRAJETO</b>	R. Barata Ribeiro, nº 222 - Copacabana Hotel Residência	H1
R. Jardim Botânico, (em frente Hospital da Lagoa)	A; A1; A2	R. Barata Ribeiro, nº 370 - Shopping (antes Siqueira Campos)	H1
R. Humaitá, nº 68 - (defronte The Pizza)	A; A1; A2	R. Barata Ribeiro, nº 468 - H - Divina Donna (antes Anita Garibaldi)	H1
R. Humaitá, nº 244 (em frente aos Correios)	A; A1; A2	R. Barata Ribeiro, nº 802 - Após Xavier da Silveira	H1
<b>BOTAFOGO e FLAMENGO - IDA PARA O CENTRO</b>	<b>TRAJETO</b>	R. Raul Pompéia, nº 183 - Escola Municipal Penedo	H1
R. Voluntário da Pátria, nº 435 (Cobal)	A; A1; A1	Av. Princesa Isabel (defronte a Boite Cicciolina)	H; H1; H2; H3; K
R. Voluntário da Pátria, nº 305 (Extra)	A; A1; A2	Av. Atlântica, nº 1.500 - Hotel Rio Internacional	H; H1; H2; H3; K
R. Voluntário da Pátria, nº 179 (Academia Marcos Lobato)	A; A1; A2	Av. Atlântica, nº 1.782 - Amsterdã Sover	H; H1; H2; H3; K
R. Voluntário da Pátria, nº 59 (Metró Botafogo)	A; A1; A2	Av. Atlântica, nº 2.230 - Olinda Othon Hotel	H; H1; H2; H3; K
Aterro de Botafogo - Passagem subterrânea em frente Clube do Botafogo	A2; B2; B3; D; D1; D2	Av. Atlântica, nº 2.964 - Rio Atlântica Hotel	H; H1; H2; H3; K
Aterro de Botafogo - Passagem subterrânea em frente ao Ed. Argentina	A2; B2; B3; D; D1; D2	Av. Atlântica, nº 3.264 - Rio Othon Palace	H; H1; H2; H3; K
Ponto do próximo ao Botafogo Praia Shopping	A; A1; A2; B; B1	Av. Atlântica, nº 3.716 - Golden Tulip Regente	H; H1; H2; H3; K
Ponto Praia de Botafogo nº 228 - Ed. Argentina	A; A1; A2; B; B1	Av. Rainha Elizabeth, nº 416 (após a Bulhões de Carvalho)	H; H1; H2; H3; K
Av. Rui Barbosa nº (em frente Hospital Figueira)	A; A1; A2; B; B1	<b>IPANEMA / LEBLON - RETORNO DO CENTRO</b>	<b>TRAJETO</b>
Praia do Flamengo nº 200 - via praias	A; A1; A2; B; B1	Av. Vieira Souto, nº 176 - Casa de Cultura Laura Alvim	H; H1; H2; H3; K
Praia do Flamengo nº 72 - via praias	A; A1; A2; B; B1	Av. Vieira Souto, nº 320 - Hotel Sol Ipanema	H; H1; H2; H3; K
<b>LAPA E CENTRO DA CIDADE - IDA PARA O CENTRO</b>	<b>TRAJETO</b>	Av. Vieira Souto, nº 460 - Hotel Caesar Park	H; H1; H2; H3; K
Av. Passos, Segundo pontos do SMTU	C1	Av. Vieira Souto, nº 706 - Hotel Praia Ipanema	H; H1; H2; H3; K
R. Teixeira de Freitas, nº 92 (1 Pontos da SMTU)	A; A1; B; B1; D	Praça General Osório - Metrô (em frente à Floricultura - Banda Ipanema)	H1
R. Evaristo da Veiga, nº 83 (próximo ao Batalhão Polícia)	A; A1; B; B1; D	R. Prudente de Morais, nº 406 (antes da F. de Amoedo / Ed. Me das Mercês)	H1
R. Evaristo da Veiga, nº 21 (em frente ao Banco Itaú)	A; A1; B; B1; D	R. Prudente de Morais, nº 786 (antes da Joana Angélica / Perfect Libert Ed.)	H1
R. Araújo Porto Alegre, ponto de ônibus de Fretamento	A; A1; B; B1; D	R. Prudente de Morais, nº 1244 (antes da Garcia D'ávila - Ed. Solenita)	H1
Av. Franklin Roosevelt, 84B	B3; D; D2	R. Prudente de Morais, nº 1700 (antes da Henrique Dumont)	H1
R. Agnaldo Caiado de Castro (lateral do Fórum) primeiro ponto	A; A1; B; B1; B3; D	R. San Martin, nº 6 - R. Almirante Belfort Veira	H1
Mergulhão (sentido Cinelândia, ponto entre as pistas, 1º escadaria)	A; A1; A2; B; B1; B2; B3; D; D1; D2	R. San Martin, nº 544 (em frente ao Ed. Ataiba)	H1
Av. Pres. Vargas, (lateral da Candelária) Ponto BRS i	A; A1; B; B1; D	Av. Delfim Moreira, nº 192 (esquina Afrânio de Melo Franco)	H; H1; H2; H3; K
Av. Pres. Vargas, nº 824 (Agência da ASSIM) próximo R Passos - Ponto BRS i	A; B; B1(06h:45); D	Av. Delfim Moreira, nº 632 - Marina Palace Hotel	H; H1; H2; H3; K
Av. Pres. Vargas, (na direção do Ed. Balança mas não cai) Ponto BRS i	A; B; B1(06h:45); D	R. Bartolomeu Mitre, nº 410 (antes do Banco do Brasil)	H; H1; H2; H3; K
Av. Pres. Vargas, nº 2.700 (defronte Univ. da Cidade) Ponto BRS i	A; B; B1(06h:45); D	R. Bartolomeu Mitre - (defronte ao Batalhão - em frente à Michelin)	H; H1; H2; H3; K
Av. Pres. Vargas, (Metró Cidade Nova) direção do Ed. Teleporto, Ponto BRS i	A; B; B1(06h:45); D	<b>GÁVEA / SÃO CONRADO - PONTOS DE RETORNO DO CENTRO</b>	<b>TRAJETO</b>
Av. Pres. Vargas, de frente ao Campo de Santana, Ponto BRS i	C	São Conrado (ponto da passarela após cabine da PM)	H; H1; I; K
Av. Pres. Vargas, (Candelária) Ponto BRS i	C	São Conrado (pista lateral em frente Motel Scott)	H; H1; I; K
Rodoviária Novo Rio - (ponto em frente ao embarque)	C	R. Artur Araripe, nº 63 (rua em frente ao Shopping da Gávea)	I
<b>ALTO BOA VISTA e TIJUCA - IDA PARA O CENTRO</b>	<b>TRAJETO</b>	Praça Santos Dumont (ponto em frente Jockey Club)	I
Shopping Itanhanga (em frente)	E	<b>BARRA DA TIJUCA - PONTOS DE RETORNO DO CENTRO</b>	<b>TRAJETO</b>
R. Conde do Bonfim, nº 1065 (ao lado do Colégio São José)	E	Av. Armando Lombardi - 20 mt antes do ponto de ônibus do Barra Point	G; H; H1; H2; H3; I; K
R. Conde do Bonfim, nº 107 (Em frente Ed. Encol)	E	Av. Armando Lombardi - ponto da UNIMED	G; H; H1; H2; H3; I; K
R. Conde do Bonfim, nº 579 (Ed. Claudia)	E	Av. das Américas - antigo Extra - Bom Marche (cobertura próximo ao sinal)	G; H; H1; H2; H3; I; K
R. Conde do Bonfim, nº 393 (Casas Bahia)	E	Av. das Américas - Extra 24 Horas	G; H; H1; H2; H3; I; K
R. Conde do Bonfim, nº 255	E	Av. das Américas, nº 1.880 - Supermercado Pão de Açúcar (FreeWay)	G; H; H1; H2; H3; I; K
R. Conde do Bonfim, nº 83 (Ed. Maison Danielle)	E	Av. das Américas, nº 3.120 - Shopping Bay Side - em frente Guanabara	G; H; H1; H2; H3; I; K
R. Haddock Lobo (Mercado Mundial)	E	Av. das Américas (antes do ponto do Centro Empresarial Barra Shopping)	G; H; H1; H2; H3; I; K
R. Prof. Gabizo esquina com R. Dr. Satamine	E	Av. das Américas - Shopping Rio Design Barra	G; H; H1; H2; H3; I; K; J
"INFORMAÇÕES E RECLAMAÇÕES: Fone 2435-0515 opção 1 FISCAL das 05h40 às 15h: Cel 7718-8038 - rádio ID: 119718029, das 15h às 22h30: Cel 7718-6351 - rádio ID: 119718030, de 13:30h às 23:20h: 7844-5144 - rádio ID: 119721140 (e-mail: transporte@novobleblon.com.br)"		Av. Ayrton Senna - Hospital Barra D' Or	J
		Av. Ayrton Senna - Sub Prefeitura da Barra	J
		Av. Ayrton Senna - Mercado Produtor	J

## SEGURANÇA

- É obrigatório o uso do cinto de segurança pelos usuários durante todo o trajeto.
- É expressamente PROIBIDO o transporte de menores de 12 anos desacompanhados dos pais ou responsável
- Bolsas ou bagagens deverão estar com o usuário ou guardadas no compartimento superior do ônibus.
- É permitido conversar com o motorista o estritamente necessário.
- É proibido o embarque e desembarque em locais não autorizados e que ponham em risco a segurança dos passageiros.

## ORIENTAÇÕES

- Tenha sempre em mãos a grade de horário dos ônibus para verificar os pontos de embarque e desembarque de acordo com cada trajeto.
- O usuário deve sinalizar para o motorista com a carteirinha na mão para solicitar a sua parada nos pontos de embarque.
- Sábados, domingos e feriados não há serviço de ônibus.
- Os objetos encontrados dentro dos ônibus deverão ser entregues aos fiscais ou na secretaria do condomínio.
- Somente na última viagem do dia de cada ônibus, o mesmo poderá circular dentro do condomínio quando solicitado.
- Converse ao Celular o extritamente necessário.

## PONTOS DE EMBARQUE E DESEMBARQUE

- Em ônibus expresso (EX) não será permitido o desembarque e/ou embarque em todos os pontos na Barra da Tijuca exceto no Shopping Rio Design Barra.
- Em ônibus semiexpresso (SE) será permitido o embarque e desembarque em todos os pontos na Barra da Tijuca desde que seja informado previamente fiscal do condomínio ou ao motorista no momento do embarque.
- O desembarque fora da Barra da Tijuca será efetuado aproximadamente a 30 metros dos pontos fixados pela SMTU - Secretaria Municipal de Transporte Urbano.
- O embarque dentro do Condomínio SOMENTE será permitido no ponto inicial na Rua Oscar Valdetaro.

## PONTOS INICIAIS NO CENTRO

- Av. Rio Branco, nº 46 (em frente a Livraria Travessa) / Trajetos (H, H1, H2, H3, I, K)
- R. Evaristo da Veiga nº 83 (ponto próximo Batalhão de Polícia) / Trajeto (J)
- Obs. Em caso de interdição na Av. Rio Branco, o ônibus será pelo Mergulhão (sentido zona sul) / Av. Franklin Roosevelt / Av. Presidente Wilson / R. Mélico / R. Araújo Porto Alegre

## PONTOS FINAIS NO CENTRO

- R. Visconde de Inhaúma, nº 50 (Bradesco) / Trajetos (A1, A2, B1, B2, D, D1)
- Av. Presidente Vargas - (Metró Cidade Nova) / Trajetos (A, B, D)
- Av. Presidente Vargas - (Candelária) / Trajetos (A, B, C1)
- Av. Passos / Trajeto (C2)
- Av. Franklin Roosevelt nº 84B / Trajeto (D2)
- Pc, Mauá / Trajeto (C)
- Pc Pão X (lateral da Candelária) / Trajetos (B3, E, E')

## Festival de coco foi um sucesso

O Festival de coco, tradicional no Condomínio, bateu todos os recordes de expectativa. Realizado no último dia 02 (sábado) junto à reinauguração do campo de futebol, o Festival teve uma frequência acima do esperado.

Normalmente, o evento se estende até o domingo, mas, nesta edição, os 1.100 cocos disponibilizados foram consumidos no mesmo dia, devido ao grande público que compareceu.

O idealizador do programa, o morador Domingos Sampaio, era todo alegria e felicidade. A procura foi tanta que, em certos momentos, formou-se uma grande fila em busca do precioso fruto. ■



## Carnaval no Novo Leblon

Com alegria, samba no pé e harmonia as crianças do Novo Leblon embalam o carnaval infantil realizado na terça-feira gorda (12), no salão do Restaurante Club Mix.

Outras atrações contribuíram para o sucesso retumbante do evento: a banda que tocou das marchinhas e sambas de carnaval a músicas de tema infantil e MPB e

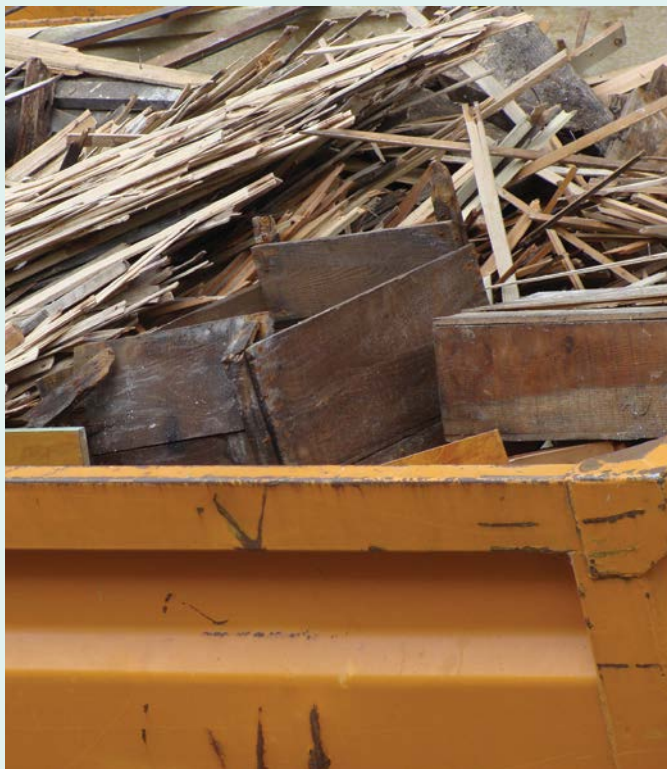
o animador que manteve a garotada ligadíssima por todo o tempo à programação oferecida.

No ultimo set houve um desfile da criançada pelas áreas do Clube e uma premiação para o folião mais animado e para a melhor fantasia. O Club Mix ofereceu um serviço de primeira qualidade, tanto que, às 22 horas o local ainda estava cheio embora, o baile tivesse terminado às 20 horas. ■





## *Descarte corretamente o que não quer mais*



Não é porque você comprou uma TV de última geração que aquela ultrapassada deve ir para o lixo. No entanto, se esta for a sua vontade, é preciso tomar algumas providências antes de descartá-la na lixeira do seu condomínio.

Bens inservíveis, como televisores, aparelhos de som, computadores, fogões, geladeiras, sofás, eletrodomésticos em geral etc., somente devem ser descartados após o morador contatar a Comlurb (ou uma empresa privada cadastrada a esta última) para a remoção de tais objetos. A Comlurb realiza o serviço gratuitamente, mas para isso o condômino precisa seguir algumas regras, como agendar pelo telefone 1746 a retirada do bem e deixar o material descartado na parte externa da residência.

Outros detalhes importantes também devem ser observados para o serviço da Comlurb ser realizado. Veja a seguir o que ela recolhe por cada unidade residencial!

- Até 150 sacos de 20 litros com material de obra.
- Galhos provenientes de podas com até 1,5m (devem estar amarrados). São removidos até 12 conjuntos de amarrados.
- Até seis bens inservíveis (TV, computador etc.). Quando o objeto é grande (sofá e geladeira, por exemplo), a empresa retira somente 2 itens por residência.

Vale lembrar ao morador da necessidade de contratar caçamba legal caso sua obra supere 150 sacos de entulho. Descartar este ou outro tipo de lixo nas ruas do Condomínio, principalmente nas calçadas nos fins de semana, não é uma atitude respeitosa com os demais moradores, além de desvalorizar o local onde se vive. ■

## Adquira boa respiração nadando

Atividade física está totalmente relacionada ao bem-estar. Na infância, ajuda no desenvolvimento e na fase adulta, mantém a saúde perfeita e equilibrada, já que o esporte tem, por consequência, ótimos resultados físicos e psicológicos.

As atividades aquáticas são muito procuradas na estação mais quente do ano e para quem sofre com alergias respiratórias se exercitar embaixo d'água é, de fato, muito produtivo e prazeroso. Ao contrário do que muitos imaginam nadar faz com que a respiração fique mais profunda devido ao aumento do volume dos pulmões. Além disso, a circulação e os músculos do corpo ficam mais resistentes.



Médicos de todas as áreas indicam a natação como o esporte mais importante para prevenir e aliviar tais dificuldades respiratórias. Porém, se a manutenção da limpeza da piscina não estiver adequada, poderá contribuir para o agravamento destas doenças. Por isso, o Clube do Condomínio Novo Leblon possui piscinas tratadas de forma a preservar a saúde de seus frequentadores. ■

Médicos de todas as áreas indicam a natação como o esporte mais importante para prevenir e aliviar tais dificuldades respiratórias. Porém, se a manutenção da limpeza da piscina não estiver adequada, poderá contribuir para o agravamento destas doenças. Por isso, o Clube do Condomínio Novo Leblon possui piscinas tratadas de forma a preservar a saúde de seus frequentadores. ■

## Reponha o que seu corpo perde no verão

Cada estação do ano dura três meses e é nesse período que nosso corpo, assim como a natureza, sofre transformações. Essas alterações são visíveis principalmente quando a pessoa não dá a devida importância no momento em que a saúde sinaliza que as coisas não estão indo bem.

O corpo humano transpira através dos poros da pele, das fezes e da urina e com isso vão embora os líquidos e os sais minerais. Com esta perda, apenas a água e as bebidas isotônicas devem ser ingeridas, repondo o que foi perdido e mantendo o corpo hidratado. A ingestão de álcool e refrigerantes dificulta o processo e leva à desidratação, pois ambos são diuréticos.

A alimentação é outro fator relevante na rotina de todo o ser humano. Em dias muito quentes, o corpo pede automaticamente alimentos mais leves para, assim, acontecer a digestão de forma natural. Frutas e saladas cruas são essenciais para refrescar, manter a temperatura interna padrão e dar a energia que o corpo precisa. Quando há o exagero de comidas pesadas, o organismo precisa trabalhar mais para digerir e, conseqüentemente, irá transpirar acima do normal, resultando também em uma pessoa desidratada.

Saúde se adquire de dentro para fora. E isso se conquista com uma disciplinada rotina de exercícios e preocupação com o que é ingerido. Os cremes estéticos são apenas complementos. ■

## Exercício para a terceira idade

Chegar à terceira idade com saúde não é um bicho de sete cabeças. Basta ter um pouco de dedicação e se mexer. Além de ser uma excelente atividade para os idosos devido ao baixo impacto que causa nas articulações, a hidroginástica também é uma forma de fazer novos amigos e, com isso, afastar o risco de depressão, tendo em vista que esta atividade trabalha a interação entre os participantes e costuma realizar festas em datas especiais.

Mas não é apenas a autoestima que melhora. Os benefícios para o corpo são muitos também. Os exercícios praticados na água trabalham as musculaturas das pernas, quadril, abdome e braços, fortalecendo estas regiões e, até mesmo, melhorando o tônus muscular. Se você tem uma pessoa idosa em casa, incentive-a a praticar esta atividade nos vários horários oferecidos pelo Condomínio. ■



## FISIOTERAPIA DOMICILIAR

Condomínio Novo Leblon – coluna, postura, respiratória, motora, geriatria.  
Dra. Aline: 9766-7792 / 9254-8526

## PERSIANAS TRINDADE

Horizontais, verticais, rolux, romana, blackout, painéis, concertos, lavagem.  
Marcelo: 3342-0941 / 9104-0491

## ALUGUEL

Excelente loja de frente no Shopping Novo Leblon, 2º andar. R\$ 3 mil + taxas.  
Tel.: 388-0677 / 9720-5071

## AULAS PARTICULARES DE INFORMÁTICA

Aprenda sem sair de casa! Windows, internet, redes sociais, instalação de programas e manutenção.  
Francisco: 8447-1660 / 3258-7697

## ALUGUEL ED. MORETTO - NOVO LEBLON

3 qts (1 suite) com armários, andar alto, vista para o mar. R\$ 3.500,00 + taxas. Imperdível!  
Tel.: 3388-0677 / 9720-5071

## ALUGUEL RESIDENCIAL LIFE RECREIO

Excelente apto 3 qtos (1 suite), varandão, armários cozinha e banheiros. R\$ 2 mil + taxas. Tel.: 3388-0677 / 9720-5071

## ALUGUEL CIDADE JARDIM ALTO PADRÃO

Aptº semi-mobiliado - 2 qtos (1 suite c/ armários), coz. planejada, varandão, cond. R\$ 2.300 + taxas. Tel.: 3388-0677 / 9720-5071

**OFICINA MECÂNICA**  
**JcarrosCar**  
NACIONAIS E IMPORTADOS  
SERVIÇOS COM GARANTIA  
ACEITAMOS:  
MasterCard VISA  
ORÇAMENTO GRÁTIS  
Av. Ayrton Senna nº 1791 Fundos  
Mercado do Produtor – Barra da Tijuca  
(Em frente ao Hosp. Lourenço Jorge) Tel.: 3329-7562  
Nextel: 7884-3586 ID: 98\*666 – João Carlos  
site: www.jcarroscar.com  
e-mail: jcarroscarbarra@hotmail.com

**CURSO DE GESTÃO DE MARKETING**  
DIREÇÃO: ANITA FISCHER E LIANE LINHARES  
**IAJ**  
APRENDA COM OS PROFISSIONAIS DO MERCADO  
COORDENAÇÃO: BERNARDO PONTES - GESTOR ESPORTIVO  
INÍCIO 09/03 | UNIDADE BARRA SHOPPING MILLENIUM  
INSCRIÇÕES PELO SITE  
www.institutoiaj.com.br | contato@institutoiaj.com.br

**Studio WG Personal Training**  
**Um espaço dedicado à saúde e bem-estar**

- Ambiente reservado;
- Profissionais especializados;
- Atividade física adequada a sua idade;
- Preparação física para concurso público;
- Monitoramento constante do seu treinamento;
- Recondicionamento físico para atletas e não atletas.

Shopping Millennium Bl.1 sala 218  
Tels.: 2438-8245 | 7738-7130 | 7882-6463

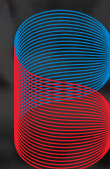
Moradores do condomínio Novo Leblon têm 15% de desconto.

**INGLÊS EM AULAS DINÂMICAS**

*Be the best!*

**Novo Leblon**  
2438.9040

**Kids | Teens | Adults**  
britannia.com.br



**BRITANNIA**  
THE ENGLISH SCHOOL