

Clube



Revista Clube Jundiense
Ano VI - Nº 66 | Julho 2015

Nutrição
esportiva
para atletas do
polo aquático

O Futsal
feminino do
Clube

Glaucia Langela:
A tenista que fez
história

Venha saborear
as delícias do

almoco
gaúcho





Gláucia Langela



Nome Completo: Gláucia Langela

Idade: 61 anos

Local de Nascimento: Jundiaí - SP

Profissão: Técnica de tênis

Família: mãe, Odilla, pai, Antenor
(in memoriam) e irmã, Suzete

No clube: desde os 5 anos de idade





G - Na minha carreira, algumas pessoas foram importantes. Quanto à técnica, o Sr. Fernando, do Clube Pinheiros, foi quem contribuiu para o meu aprimoramento. Porém, sem o apoio de um casal de amigos, Angela e Sérgio, eu não teria chegado a tantas conquistas.

RC - O sucesso que teve nas quadras foi planejado?

G - Não. Era uma época muito difícil, e jogar fora do país sem patrocínio era quase impossível. Acredito que foram algumas decisões e apoios em minha vida que deram certo. Primeiro, eu tinha certa facilidade para o esporte, mas para isso eu fui estudar e fazer faculdade, só que quando estava no último ano (fiz educação física na PUC



Campinas), recebi um convite para jogar no Pinheiros, e nesse instante tive que parar a faculdade. Morava em Jundiaí, a faculdade era em Campinas, e o Pinheiros em São Paulo. Nessa hora os meus pais me apoiaram, disseram que eu podia fazer o que gostasse, mas já tinha 18 anos, não era mais criança. Eu estava quase formada. Foi então que me aventurei a jogar tênis. Com o apoio dos meus pais, e com a minha maturidade, que as coisas deram certo. Em segundo, queria oportunidades para conhecer outros países, porque minha família

era muito simples, e talvez eu não conseguisse. Eu trabalhava por nove meses e viajava por três meses.

RC - Além do tênis, pratica (ou já praticou) outros esportes?

G - Quando estudava no Instituto de Educação, praticava atletismo. Na ocasião, competi em salto em altura e distância e revezamento pelo Jundiaí Clube.

RC - Qual conselho deixa para os novos esportistas, crianças e jovens?

G - O primeiro conselho que deixo para novos atletas é que se dediquem ao esporte e aos estudos com o mesmo interesse. Para as crianças e jovens, que tenham alegria e disciplina nas brincadeiras do esporte e na vida.

RC - Como é a sua rotina atualmente?

G - Sou empresária há 34 anos, tenho um centro de tênis aqui em Jundiaí. Não fui só jogadora ou professora de tênis, eu consegui a oportunidade de jogar tênis, pude jogar fora do país e observar o que era bom e válido no esporte, e como podia me aperfeiçoar. A escola que eu montei é baseada em uma técnica muito apurada para que cada vez mais as pessoas tenham menos lesões. Além de administrar o centro esportivo, continuo dando minhas aulas de tênis com muito prazer.

RC - O que o esporte ensina às pessoas?

G - Ética, determinação, força de vontade e disciplina.

Eu não só joguei. Eu aproveitei as oportunidades para me formar como pessoa, para ter mais conhecimento e para perceber que o mundo é grande."



Foto: Denise Hoffmann



Maior Qualidade: Ser solidária
Maior defeito: Preocupação
Característica importante em uma pessoa: Ética e moral
Quem admira: Dr. Drauzio Varella
Religião: Católica
Sonho: Um país com menos desigualdade
Planos para 2015: Proporcionar felicidade às pessoas
Animal: Urso panda
Atores preferidos: Fernanda Montenegro / Meryl Streep / Leonardo Villar / Marlon Brando
Ídolo do esporte: Roger Federer (Técnica) / Rafael Nadal (determinação) / Maria Esther Bueno / Thomas Koch / Guga
Um filme: O carteiro e o poeta
Superpoder que gostaria de ter: Amenizar a dor e o sofrimento
Palavra favorita: Solidariedade
Se pudesse viajar no tempo, para onde iria?: Anos 80
Momento preferido do dia: Almoço
Mania: Aprender coisas novas
Infância: Alegria
Define-se em uma palavra: Paciência
O CI em uma (ou mais) palavra(s): Quadra de tênis da Sede Central - minha formação profissional
Uma frase: "A felicidade não se resume na ausência de problemas, mas sim na sua capacidade de lidar com eles."
 Albert Einstein



**Laboratório
Jorge Eid**

Há mais de 70 anos cuidando da saúde de Jundiaí e região

Atendimento:
Segunda à sexta das 7h às 18h
Sábados 7h30 às 12h

Coletas:
Segunda à sexta das 7h às 11h
Sábados 7h30 às 10h30

- Hematologia
- Bioquímica
- Hormônios
- Marcadores Tumorais
- Teste de Paternidade
- Sexagem Fetal

Rua Anchieta, 409 - Centro - Jundiaí | Tel: (11)4586-1744

www.jorgeeid.com.br



Convênios:

- SULAMÉRICA
- MARÍTIMA
- AMIL
- ALLIANZ
- CESP
- MEDISERVICE
- BRADESCO
- NOTRIADAMI
- SOBAM
- PORTO SEGURO

Ela fez história

Uma das maiores tenistas da cidade, Gláucia Langela é um destaque do tênis para o Clube, local responsável por sua formação e que a preparou para torneios internacionais. Na entrevista a seguir, ela fala sobre sua carreira e a importância do Clube em sua vida pessoal e profissional.

Revista Clube - Como se tornou associada do Clube?

Gláucia - Meu pai comprou um título familiar em 1960, e comecei a frequentar o Clube. Aos dez anos, em 1964, passei a ter aulas na sede central, que tinha a quadra de tênis. Era uma quadra de saibro, pois ainda não havia quadras rápidas.

RC - Quais as recordações que guarda de seus anos de associada?

G - São muitas. Havia as atividades de tênis, natação, os bailes de carnaval, as idas ao Clube de Campo, que se resumia à casa do Seu Rampim, no lago.

RC - Quais as atividades e eventos de que mais participava? E atualmente?

G - O Professor Nelson Cardin realizava campeonatos estaduais, nacionais e chegamos a ter um Internacional. Participei também da tradicional Balie

da Raqueta, quando eram entregues os troféus aos vencedores. O grande incentivador era o presidente do Clube, Dr. Oswaldo de Almeida Leite. Mais tarde, gostava de assistir aos jogos de futebol dos quais meu pai participava, já na categoria de Veteranos.

Atualmente, frequento o clube para caminhadas e lazer.

RC - Como nasceu sua vontade de jogar tênis?

G - Meu pai me levou para fazer um teste para basquete na Associação Esportiva. Mas o técnico Gato sugeriu que eu fosse para um esporte individual, porque eu não passei a bola para ninguém.

RC - Qual foi a importância do Clube para a sua carreira no tênis?

G - O Clube foi fundamental na minha formação profissional. Foi onde eu tive as primeiras orientações e pude

começar a competir.

RC - Quais foram os seus momentos preferidos da época em que competia?

G - Os momentos em que minha família estava comigo nos campeonatos eram especiais. E também a oportunidade de conhecer novos países.

RC - De quais campeonatos você já participou? Teve vitórias?

G - Joguei em torneios nacionais e internacionais, inclusive Roland Garros, Wimbledon, Australian Open

“O Clube foi fundamental na minha formação profissional. Foi onde eu tive as primeiras orientações e pude começar a competir.”



e US Open. No Brasil, foi vice-campeã brasileira em simples, e campeã em duplas femininas e mistas.

RC - Como funciona sua preparação para os jogos?

G - Quando comecei a jogar, não havia preparação física para jogadores. Quando me aquecia ou me alongava, como não era comum, tinha que utilizar um local mais reservado, para não parecer pretensiosa.

RC - A alimentação e o estilo de vida influenciam no rendimento de um atleta?

G - Tanto um quanto outro são fundamentais. Atualmente, todos sabem e têm acesso a como deve ser uma alimentação de um atleta, nada com excessos. Pouca gordura, pouco açúcar. Claro que um atleta, geralmente, quando vai competir, come mais massa, mas isso acontece desde sempre, não existem novidades. O que é mais importante é uma disciplina e horários regrados para alimentação. O atleta precisa descansar muito. No repouso é que

ele entra em forma, mas isso também acontece com qualquer pessoa, não só o atleta. A preparação emocional para uma competição também é muito importante, pois a ansiedade pode atrapalhar muito.

RC - O que é mais difícil na vida de um esportista?

G - Na maioria das vezes, as finais de campeonatos acontecem nos finais de semana. Assim, a vida social de um atleta fica mais reduzida, e ele, mais solitário. Mas o esporte também abre muitas portas. Eu não só joguei. Eu aproveitei as oportunidades para me formar como pessoa, para ter mais conhecimento e para perceber que o mundo é grande.

RC - É na sua modalidade, a que é mais difícil?

G - O mais difícil, com certeza, é aprimorar a técnica, pois, sem uma técnica apurada, é um esporte que provoca muitas lesões.

RC - Quem foi a pessoa mais importante ao longo de sua carreira?

imagem
desde 1978

Os seus momentos especiais guardados com carinho.

O que é revelado fica para sempre!

(Álbum de 30 fotos ganha uma ampliação 15x21)



Maxi Shopping Jundiaí - Piso Superior (11) 4582-1068

