



¿Dónde mejor?

Actualidad CAO

XX CARRERA ATLÉTICA DE MONTAÑA "Monte Naranco"



El sábado **2 de septiembre** se celebra la 20ª edición de la Carrera Atlética de Montaña 'Monte Naranco'. Organizada por el Centro Asturiano de Oviedo en el marco de la celebración de las Fiestas de Nuestra Señora de Covadonga, la prueba comenzará a las 11:00 horas, y recorrerá 10 km por el Monte Naranco (Oviedo). La salida y llegada estarán situadas en el Club de Campo. Apertura de **inscripciones el 1 de agosto** a través de **www.reservascao.com**

[+ INFO](#)



Actualidad CAO



Exposición Fotográfica MARCHA A COVADONGA

Durante todo el mes de julio estará expuesta en el hall de la primera planta del edificio la exposición de la 44 Marcha a Covadonga.

[+INFORMACIÓN](#)



Vales del bollo

FIESTAS DE COVADONGA 2023

En el local social de Uría, disponibles hasta las 20:00 horas del **domingo 3** de septiembre. Vales para celíacos: reserva hasta el 31 de agosto

[8 DE SEPTIEMBRE](#)



Atletismo 23-24

- **PequesCAO:** para niños/as de 4 y 5 años que deseen explorar el mundo del atletismo desde temprana edad. Sábados de 11:00 a 12:00 horas. 16 €/mes.

- **IniciaciónCAO:** para niños/as de 6 a 12 años. Sábados de 12:00 a 13:00 horas. 16 €/mes.

- **Escuela:** niños/as de 6 a 12 años. Miércoles y viernes de 18:00 a 19:00 horas. 16€/mes.

[+ INFORMACIÓN](#)



Oferta CAO Prive

BUSINESSCAO

En pleno período vacacional y para aquellas familias/personas rezagadas, nuestro colaborador del Club de Compras, Halcón Viajes nos ofrece unos descuentos exclusivo por ser socios del CAO.

Conócelos escaneando el código.



Pilates Máquina

CURSO 2023-2024

Cursos en la sede de Uría, 18. Podrás mejorar tu postura, aumentar la flexibilidad y desarrollar una musculatura equilibrada. **Apertura de inscripciones:** 31 de julio, 2 de agosto o 4 de agosto en función de los grupos.

[TURNOS E INSCRIPCIONES](#)



Centro Asturiano de Oviedo

ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

JULIO Y AGOSTO 23

Acond. Físico

L-X Ó M-J

HORARIOS 10:00 Ó 19:00

Diferentes actividades y movimientos diseñados para mejorar la resistencia cardiovascular, fortalecer los músculos y aumentar la flexibilidad.

[+ INFO E INSCRIPCIONES](#)



Piscina Verano

NORMATIVA

Consulta la normativa de las piscinas exteriores y hagamos la convivencia más sencilla

[NORMATIVA](#)



Liga FutCAO

¿TE GUSTA EL FÚTBOL?

¿Te atreves a demostrar tus conocimientos futboleros? Únete a la **Liga Fantasy CAO** para esta temporada 23-24 y compite con otros socios.

[PINCHA PARA INFO](#)



Natación Verano

DE LUNES A JUEVES. CURSOS QUINCENALES

Agosto: del 31 de julio al 10. **Septiembre:** del 18 al 28.

Precio: 45 €/quincena. Grupos divididos por edades.

[INFORMACIÓN](#)

[INSCRIPCIONES](#)



Curso de verano de Tenis

NIÑOS Y ADULTOS

Niñ@s: 35 € y adultos 50 €. Plazas limitadas.

[+ INFO E INSCRIPCIONES](#)



Curso de verano de Pádel

NIÑOS Y ADULTOS

Niñ@s: 35 € y adultos 50 €. Plazas limitadas.

[+ INFO E INSCRIPCIONES](#)



Esgrima Histórica

Impartidas por los especialistas de Gaudiosa Esgrima Histórica – Asturias

[+ INFO E INSCRIPCIONES](#)

AVISO: a partir del lunes, 10 de julio comenzarán los trabajos para la construcción de un nuevo pozo. Los accesos a la zona, tanto desde el parking verde como desde el lavadero de coches, permanecerán cerrados hasta fin de obra. Disculpen las molestias.



¿Sabías que...



La entrada al Centro entre el 15 de junio y el 15 de septiembre sólo estará habilitada para l@s soci@s . Los/as socios/as podrán hacer uso de las 4 invitaciones anuales gratuitas que tienen.



En vista de la prolongada sequía y la escasez de agua que enfrentamos, informamos a nuestros/as socios/as que el lavadero de coches estará cerrado a partir del, martes 6 de junio, hasta nuevo aviso.



La circulación de los vehículos por el interior del Club de Campo está limitada a 20 km/hora, debiendo observar la máxima prudencia y respeto de la señalización



Youtube: @centroasturianoodeoviedo9739

Instagram: centroaoviedo

Facebook: centro.asturianoodeoviedo

www.caoviedo.es