

BIENVENIDOS A NUESTRA

Circular semanal CAO

PLANES DE OCIO EN EL CAO ¿DÓNDE MEJOR?

¡Arranca la temporada de la Liga FutCAO!

El viernes 11 de julio a las 19:30 h en la sidrería del Club presentamos la temporada 25/26 de nuestra liga Fantasy exclusiva para socios CAO.

Ese día también se entregarán los trofeos a los ganadores del curso pasado.

Si te gusta el fútbol y quieres gestionar tu propio equipo como un auténtico místico, no faltes.

 Inscripciones abiertas hasta el 4 de agosto a las 21:00 h

Nuevos libros en la Biblioteca de Uría

A partir del martes 1 de julio, los socios podrán disfrutar de nuevas incorporaciones a nuestra biblioteca: El recluso de Freida McFadden, La diva de Reyes Monforte, Mi nombre es Emilia del Valle de Isabel Allende, Luna roja de Nieves Herrero, Alma negra de Ibon Martín y La Saga de los longevos de Eva García Sáenz de Urturi. ¡Ya disponibles para préstamo!

Ganadores Concurso de Fotografía

Esta semana tuvo lugar la entrega de premios del Concurso de Fotografía 2024-2025 del Centro Asturiano de Oviedo. El acto se celebró en la sala polivalente del Club de Campo y contó con la presencia de nuestro presidente, Gerardo Martínez Quesada, quien fue el encargado de entregar personalmente los galardones a los ganadores. Desde el Centro Asturiano de Oviedo queremos dar la **enhorabuena** a todos los premiados.



Toda estas noticias y muchas más en nuestra web y redes sociales

WWW.CAOVIEDO.ES

NUEVAS INSCRIPCIONES - TEMPORADA 25 / 26

Tenis y Pádel

El pasado martes 1 de julio se abrió el plazo de inscripción para nuevos alumnos/as en la Escuela de **Pádel** y de **tenis**. Recordamos que as plazas se asignarán por orden de inscripción. La inscripción debe hacerse a través de la web del Centro. Es necesario indicar día y hora de clase.



Actividades físicas en Uría

Ya están disponibles las fechas de inscripción para las actividades de la nueva temporada en el Local Social de Uría: **Fullbody**, **Gerontogimnasia**, **Pilates** (máquina y suelo), **Taichí** y **Yoga**. Plazas limitadas. Consulta horarios, turnos y fechas de inscripción en el blog del Centro. ¡Planifica y no te quedes sin plaza!



Hockey Patines

Ya está abierto el periodo de renovación e inscripción para la temporada 2025-2026. Más info en nuestra web. Para dudas, contactar con hockey@caoviedo.es



Patinaje Artístico

Ya abierto el periodo de renovación e inscripción. Más información en la web del club. Para dudas o consultas: patinaje@caoviedo.es

CURSOS DE VERANO



Stage de Pádel

Dirigido a niños con nivel medio y avanzado.
Mes de julio. De lunes a viernes de 10 a 14 h.
Precio: 85 € / semana. Inscripciones:
escuelapadelcao@gmail.com



Stage de Tenis

Dirigido a niños de nivel perfeccionamiento y competición. Incluye tenis, piscina y preparación física.
Inscripciones: escuelateniscao@gmail.com

Acondicionamiento físico

En verano ponemos en marcha un programa de entrenamiento pensado para ayudarte a mantenerte en forma y cuidar tu salud. Podrás elegir entre dos opciones: lunes y miércoles o martes y jueves, y entre dos horarios disponibles, a las 10:00 o a las 19:00 horas. Además, si lo deseas, puedes añadir un tercer día opcional de entrenamiento. Más info en nuestro blog.

Esgrima histórico

Este verano, ¡nueva edición de los Cursos de Esgrima Histórica, en colaboración con la Escuela Gaudiosa! Para todas las edades, con clases todos los viernes del 4 de julio al 29 de agosto en el gimnasio del Edificio Principal.

Natación

De lunes a jueves, por quincenas. Julio: del 14 - 24 de julio. Plazas limitadas · Precio: 46 € Inscripciones en www.reservascao.com

Padel

Fechas (quincenales, de lunes a jueves): del 14 al 24 de julio y del 4 al 14 de agosto. Precios: Niños: 35 € / quincena. Adultos: 50 € / quincena. Plazas limitadas.

Tenis

Fechas (quincenales, de lunes a jueves): del 14 al 24 de julio y del 4 al 14 de agosto. Horarios de 4 a 7 años: 17:15 h / + 7 años: 18:15 h. Horarios Adultos: 19:15 h y 20:15 h. Inscripciones en la web - Plazas limitadas.

Y RECUERDA.... EN VERANO...

📌 El **uso de bikini o bañador** está limitado a las zonas de piscina? Por respeto a todos los socios, te pedimos que al salir de la zona de baño te vistas adecuadamente antes de acceder a otras instalaciones.

📌 Hasta el 14 de septiembre solo podrán acceder al club los socios del CAO. La única excepción son las **4 invitaciones** gratuitas anuales que tiene cada socio titular.

📌 Durante julio y agosto, el **Gimnasio** aplicará horario de verano para el personal técnico: de lunes a viernes, de 10 a 14: y de 16 a 21 horas.

📌 Hasta el 18 de julio de lunes a viernes, de 9 a 17 horas el campo de fútbol será de uso exclusivo del **Campus** #FútbolCAO. Y hasta el 14 de agosto de lunes a viernes, en horario de 8:30 a 14:30, el Polideportivo y la pista anexa "Carpa" serán de uso del Campus de Verano 25.