

BIENVENIDOS A NUESTRA

Circular semanal CAO

Deportes

Novedades en actividades y clases

Plazas disponibles en **Naranco**:

- o Full body: Martes y jueves, 11:00 h.
- o Pilates suelo: lunes y miércoles, 9:30 h y martes y jueves, 17:30 h

Plazas disponibles en **Uría**:

- o Yoga: martes y jueves, 20:15 h
- o Pilates Suelo: lunes y miércoles, 15:20 y 16:20 h
- o Taichí (iniciación y perfeccionamiento): lunes y miércoles, 20:00 y 21:00 h
- o Hay plazas libres tanto en Bailoterapia como en Bailes de Salón los viernes por la tarde.

Partidos en directo desde casa

Ahora también puedes seguir los partidos del CAO desde tu casa. No importa dónde estés, ¡sigue la emoción y anima a nuestros equipos! Consulta los próximos encuentros y cómo registrarte en el [blog](#).

Nuevo acceso para no socios

Este fin de semana continúa el nuevo protocolo de acceso para el público no socio en las competiciones deportivas del CAO. El objetivo es garantizar seguridad y comodidad. Tienes toda la Info en el [blog](#) y en reservascao.com.

Liga Social de Pádel 2025–26

Tienes hasta el 2 de noviembre para inscribirte en una de las competiciones más esperadas del año. 📍 Inscripciones en reservascao.com

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

WWW.CAOVIEDO.ES

Liga Social Adarsa de Tenis 2025–26

Hasta el 31 de octubre puedes apuntarte a la nueva edición de la Liga Social Adarsa de Tenis.

📌 Inscripciones abiertas en reservascao.com

OCIO Y CULTURA

Halloween en el Centro Asturiano de Oviedo

Prepárate para una experiencia escalofriante: Túnel del Terror, talleres infantiles (¡hemos abierto un nuevo grupo a las 19:00 h tras el gran éxito de inscripciones!) y muchas más sorpresas.

 El 1 de noviembre en el CAO.

Presentación del Club de Viajes CAO con PANGEA

El 7 de noviembre presentamos el Club de Viajes CAO, una iniciativa que permitirá a los socios viajar con ventajas exclusivas. [¡La acogida está siendo espectacular!](#)

Cambio de cromos

Este sábado continúa el encuentro de cambio de cromos en la Sala Multiusos (2.ª planta del Edificio Naranco). [Una cita familiar y divertida.](#)

Lotería de Navidad del CAO

Ya está a la venta la tradicional Lotería de Navidad del Centro Asturiano de Oviedo. [¡No te quedes sin tu número!](#)

Concursos y actividades

- **Concurso de fotografía 25–26:** Premios increíbles y patrocinadores destacados. Participa ya. Tienes toda la Info en la [web](#).
- **Concurso de postales navideñas:** Bases y toda la información en el [blog](#). Plazo abierto hasta el 17 de noviembre.

Torneos Sociales de Navidad 2025

Ya están abierta la inscripción para los torneos sociales que se celebrarán en Uría durante las próximas fiestas de Navidad.

[Más info.](#)

Minicampus de noviembre

Los días 3 y 4 de noviembre no hay cole, por eso, el CAO ofrece un minicampus para niños y niñas de 3 a 12 años. Ya puedes apuntar a tus hijos en la web de [Geocen](#).



Empresa: Charlas y Novedades

Jornada sobre planificación de jubilación

El 30 de octubre celebramos una jornada sobre planificación de jubilación, de la mano de LLF Consultores Financieros. [Las inscripciones ya están abiertas](#)