



El Club Tennis Natació Sant Cugat

Des de fa més de 50 anys, el Club Tennis Natació Sant Cugat és tot un referent esportiu i social al Vallès. Les seves instal·lacions s'estenen al llarg de 36.000 m2 al bell mig de la natura, en l'entorn inigualable del Parc Natural de Collserola.

Els socis i usuaris del Club tenen al seu abast un gran nombre de serveis i instal·lacions on relacionar-se i practicar esports, principalment tennis, pàdel, natació i futbol. A l'exterior disposen d'una piscina de 25 metres, 16 pistes de tennis, 8 de pàdel i àmplies zones de bosc, a més d'un frontó i una pista poliesportiva.

L'edificació principal del conjunt és la Casa Club, on s'ubiquen diverses sales d'ús social i un restaurant. En espais interiors també destaca la zona d'aigües, que compta amb Spa i amb una piscina de 15 metres, i les sales on es duen a terme les activitats del gimnàs del Club, el Reset-Gym.

Al llarg de l'any, el CTNSC organitza nombroses trobades esportives i festives, com els tornejos "Pares i Fills" o els sopars de germanor. Esportivament, destaquen les seves escoles de tennis –en el Top 5 dels clubs catalans–, de pàdel i natació.

RESET GYM



CLUB TENNIS NATACIÓ SANT CUGAT
Camí del Crist Treballador s/n · 08173 Sant Cugat del Vallès (Barcelona)
T. 93 674 14 53 · info@ctnsc.org · www.ctnsc.org



2018-2019

El Reset Gym manté la seva filosofia

Després d'aquests anys d'activitat, i gràcies a la bona evolució que hem tingut, el Reset ja s'entén com el gimnàs del Club amb el projecte d'oferir als seus usuaris activitats dirigides per especialistes. Es tracta d'activitats diferents, úniques i, sobretot, ensenyades amb molta cura.

A més d'ensenyar-te a millorar el teu rendiment físic, amb nosaltres també aprendràs a relaxar-te, estimar-te, sentir-te bé tal com ets i, sobretot, a fer exercici sense fer-te mal.

Ens hem de resetejar! Moure les articulacions, moure el cos i treure les contractures sense oblidar-nos de treballar el nostre interior.

Aquesta temporada farem de tot, des de classes per estar bé per dins (moltes classes de ioga, estiraments conscients, cos global, etc...) a classes per estar en plena forma i tenir el cor actiu (tonificació, dance zumba, spinning, mac roll, etc...).

Com a novetat, us oferirem els cursos dirigits d'hipopressius en grups reduïts. Podeu consultar la informació a la web del Club.

De tot cor, esperem que tots els abonats del Reset i els nous que vingueu, estigueu ben atesos i trobeu el vostre benestar i salut.

Silvia Raventós i l'equip de professors del Reset



Les classes comencen el dia 1 de setembre.

Demaneu l'horari d'activitats a la recepció del Club o consulteu la web www.ctnsc.org.

Continuem amb el 20% de descompte en la quota dels socis i sòcies del Club.

Places limitades per els abonats no socis.

Important:

En cas de baixa aviseu a l'administració del Club 10 dies abans de la finalització del quadrimestre (en cas contrari no es tornarà l'import de les quotes facturades).

La no assistència a classe no eximeix del pagament de les quotes. No cal renovar cada any la inscripció al gimnàs, es farà automàticament.

Tarifes

	Socis		
	octubre	febrer	juny
Quota RESET-GYM	140 €	140 €	140 €
Quota RESET-GYM 2n abonat	106 €	106 €	106 €
Quota RESET-GYM OR +60 anys	103 €	103 €	103 €
Quota RESET-GYM JOVE 16-25 anys	58 €	58 €	58 €
Quota SPINNING	60 €	60 €	60 €

	No socis		
	octubre	febrer	juny
Quota RESET-GYM (de dilluns a divendres)	215 €	215 €	215 €

Aquesta temporada 2018-2019 tenim previst obrir el mes d'agost amb un suplement de 30 € a tots els que vulgueu i aviseu abans del 30 de juny. Mínim d'inscrits 25 persones.

