



"Fes Club" és el resultat de l'evolució d'una celebració que va néixer al Club el 1969 amb el nom de "Setmana del Club".

Creat amb la voluntat d'estrenger llaços entre els socis, fomenta l'ambient social i familiar que caracteritza el Club Tennis Natació Sant Cugat.

No hi falten mai els tornejos socials, com el Gran Pernil de i la tradicional Copa d'Avis, entre d'altres activitats pensades per gaudir al màxim d'unes jornades festives envoltats de família i amics al Club.

Gaudiu del Club!

PER A MÉS INFORMACIÓ:

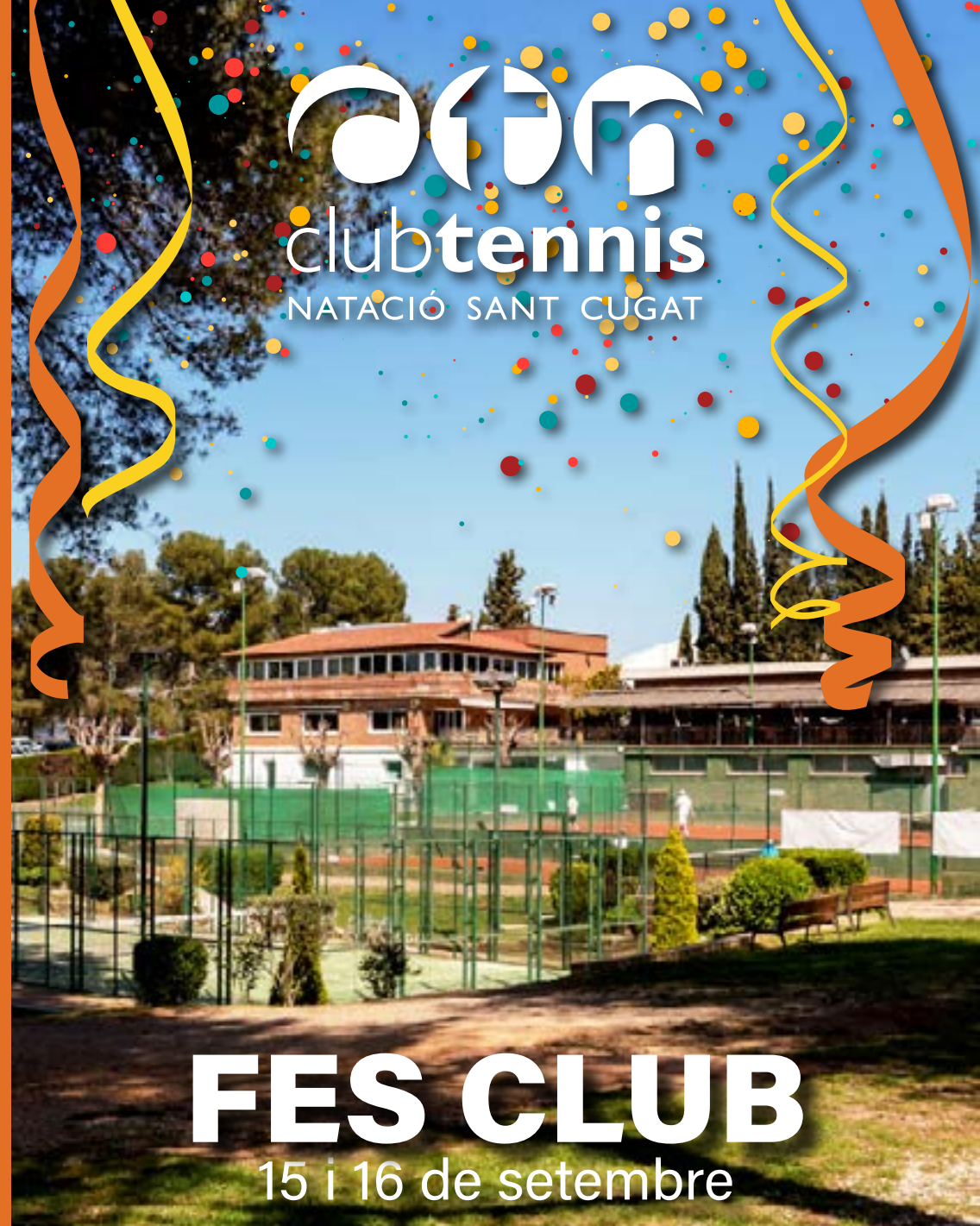
T. 93 674 14 53

recepcio@ctnsc.org

www.ctnsc.org



CLUB TENNIS NATACIÓ SANT CUGAT
Camí del Crist Treballador s/n
08173 Sant Cugat del Vallès (Barcelona)



clubtennis
NATACIÓ SANT CUGAT

FES CLUB
15 i 16 de setembre

**Un cap de setmana on el Club us ofereix diversió,
bon ambient i esport en família!**

DISSABTE 15 DE SETEMBRE

ACTIVA'T

9.30 / Sala teatre

Classe de ioga Kundalini amb meditació. El millor per començar el cap de setmana.

10.30 / Sala teatre

Spinning show: La classe del Jaume amb efectes especials. Tota una sorpresa. Imprescindible reservar la bicicleta a la web del Club.

10.30 / Sala 2

Màster class de tonificació: Una classe que et sorprendrà! Fer exercici per cremar calories. Tonificació a tope!

11.30 / Sala teatre

Zumba-dancing: La Vanesa amb tota la seva energia no deixarà que pareu de ballar ni un minut. Passes molt fàcils i coreografies animades!



12.30 / Sala teatre

Màster class de Mac Roll: Una classe per acabar el matí amb una mica d'estiraments i tota una experiència amb el roll!

GRAN PERNIL DE TENIS

16.00

Afanyeu-vos a buscar parella de tenis per parelles mixtes. El Torneig es disputarà a partits a un set i els participants tenen garantit disputar dos matxs com a mínim. A més del quadre principal, també hi haurà consolació, i tant els guanyadors com els finalistes rebran premis. Per a nascuts el 2004 i anteriors.

Preu Gran Pernil: 6 euros

LLONGANISSA I LLONGANISSETA

16.00 / 18.00

Però això no és tot! Els més joves podran participar en el Torneig de la Llonganissa (nascuts entre els anys 2005 i 2009) i els encara més petits, en el Torneig de la Llonganisseta (nascuts entre els anys 2010 i 2012).

Preu Llonganissa : 6 euros

Preus Llonganisseta: 3 euros

TALLER DE MANUALITATS

17.00 a 20.00 / Sala de la TV
Manualitats per a nens i nenes a partir de 6 anys.

Preu de l'activitat: 5 euros pel material.

SOPAR A LA FRESCA

A partir de les 21.00

Sopar a la terrassa amb música en directe. Tapes al gust del consumidor.

DIUMENGE 16 DE SETEMBRE



COPA D'AVIS

10.00

Tot a punt perquè els avis del Club es disputin la "supercopa".

Preu de l'activitat: 4 euros.

AMERICANA DE PÀDEL

10.00

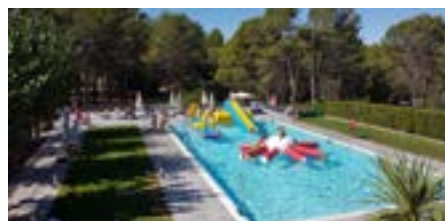
2 Categories: Masculí i Femení. Apunta't amb parella. I si no en tens... t'ajudem a buscar-la.

Preu de l'activitat: 8 euros.

CLASSE DE IOGA FAMILIAR

10.00 a 11.00

Què us sembla fer una introducció al ioga amb una classe per a vosaltres i els vostres fills majors de 6 anys? El Levani ens donarà les pautes per gaudir d'una sessió molt interessant.



INFLABLES A LA PISCINA

d'11.00 a 14.00

Els millors inflables a la piscina per passar un matí inoblidable.

SPINNING INDOOR

12.00 a 14.00

Una classe d' spinning a l'aire lliure. Totes les bicis a la piràmide del Club per pedalejar amb una súper classe amb el Jaume i la Neus.

ARROSSADA POPULAR AL BOSC

14.00

Un bon àpat després de tanta activitat i viure un moment de germanor amb tranquil·litat.

Preu: 9 euros.

JOCS DE CARTES

17.00

Si t'agrada el mus o la canasta, participa-hi!

Molt important:

Per apuntar-se a qualsevol activitat, sigui o no gratuïta, cal fer la inscripció a la web del Club.

Les úniques activitats que no necessiten inscripció ni reserva prèvia són els inflables.

Inscripcions a partir del 20 d'agost fins el 12 de setembre.