



Por la izquierda, Nacho Aybar, José María Landa, Antonio Corripio, Alejandro Rionda y Beatriz Fernández, en la sala polivalente del club. :: CAROLINA SANTOS

Frontenis o parkour, platos fuertes de la nueva oferta de cursillos del Grupo

«Esperamos alcanzar los 9.000 inscritos, aunque si igualamos las cifras de la edición anterior nos damos por satisfechos», dice Antonio Corripio

:: MARLA NIETO

GIJÓN. El Real Grupo de Cultura Covadonga renueva, año tras año, su repertorio de actividades, tanto de las secciones deportivas y culturales como de fitness. Y lo hace, en gran parte, gracias al sistema de preinscripción que implantaron ya en 2016 «con el fin de dar un mejor servicio a los socios y evitar las largas colas que se formaban», explicó el presidente de la entidad, Antonio Corripio. Es un sistema que da una respuesta inmediata para que el Grupo se haga una idea de la demanda a la que se enfrentan «y así poder aumentar y disminuir el número de cursillos en función de lo que nos reclamem», añadió. Habrá un límite de cinco preinscripciones por socio. Y se hará un sorteo entre los que se hayan apuntado a aquellas actividades que más demanda de plazas tengan.

Son muchas las novedades que ofrece para la próxima temporada, de octubre de este año a junio de 2020. Esperan, según manifestó Corripio, «llegar a superar los casi 8.000 inscritos que logramos el año pasado. De hecho, esperamos alcanzar los 9.000, aunque si igualamos las cifras de la anterior edición, nos damos por satisfechos».

PROGRAMA DE FITNESS Y OTROS CURSILLOS DEPORTIVOS Y CULTURALES

Actividades aeróbicas y tonificación

Aerobic-step: de octubre a junio, renovable anualmente.
Body tono: actividad anual.
Ciclo indoor: actividad anual.
Cross training: de octubre a junio, renovable anualmente. Actividad en Grupo Mareo.
Full body: actividad anual.
GAP: actividad anual.
Mantenimiento físico: para elegir: mantenimiento general, combinado con aeróbic y circuito máquinas. Actividad anual.
Rutinas de entrenamiento: no hace falta preinscripción. Actividad anual.
Training: actividad anual.
TRX: entrenamiento en suspensión. Actividad anual.
Zumba: actividad anual.

Actividades de cuerpo y mente

Hipopresivos: también en Grupo Begoña. Actividad de septiembre a junio renovable anualmente. No es recomendada para personas hipertensas. Excluidas de realizarlas mujeres embarazadas.
Pilates: también en Grupo Begoña. Actividad anual excepto los cursillos en el Grupo Begoña, que serán de septiembre a junio, renovables anualmente.
Tai-chi chuan: actividad de septiembre a junio, renovable anualmente.
Yoga: para elegir: yoga hatha, dinámico y peques. El dinámico también se imparte en Grupo Begoña. Actividad de septiembre a junio renovable anualmente, excepto yoga peques, que sería

de octubre a junio, renovable anualmente.

Otras actividades

Entrenador personal: funciona por sesiones y bonos de entrenamiento.
Gimnasio de socios: de lunes a domingo, entre las 8 y las 22 horas, contarán con la asistencia de monitores en el gimnasio de socios.
Cursillos de bailes: infantiles, juveniles, bailes en familia y bailes adultos, además de ballet.
Talleres culturales: Astronomía, conjunto instrumental y pintura.
Otros cursillos deportivos: artes marciales tradicionales japonesas, boxeo, kickboxing, patinaje y triatlón, parkour y frontenis.

Los platos fuertes serán «sin duda el frontenis, el parkour –en gimnasia masculina– y la escuela de pádel», destacó el presidente. Con respecto al frontenis, apuntó que «dentro de las actividades con exigencia técnica muy alta, es de las más solicitadas. Por eso queremos dinamizar y rejuvenecer la sección de pelota con esta actividad». Para darlo a conocer se realizará, el sábado 21 de septiembre, un monográfico al que acudirá un técnico especialista de la Federación Española de Pelota.

La novedad en cuanto a la escuela de pádel es que se ha aumentado

Las fiestas, del 6 al 9 de septiembre, con un amplio programa

Ya queda menos para que el Grupo Covadonga celebre sus fiestas en honor a la Virgen. En concreto, irán del 6 al 9 de septiembre y serán «las fiestas más divertidas», garantiza el club. Una apuesta por el entretenimiento, para todos los públicos, que incluirá una sala de escape, clases magistrales a

cargo de algún deportista de élite y muchos concursos. Habrá una exposición de una edición limitada de coches diseñada por Tartiere Auto con la insignia del Grupo. Además, los jóvenes tendrán la oportunidad de conocer a sus referentes deportivos, entrenar con ellos y recibir consejos de cara a un posible futuro como profesionales. Otra de las actividades lúdicas previstas es completar un puzzle cuyas piezas estarán escondidas por las instalaciones. Conseguirlo tendrá premio.

el número de plazas ofrecidas «y, además, lo traeremos a las instalaciones de Las Mestas, pues antes estaba en Grupo Mareo», añadió.

En el acto de presentación del programa, que tuvo lugar en la sala polivalente del Grupo, estuvieron presentes también el directivo del club, Alejandro Rionda; el director deportivo, Nacho Aybar; la coordinadora de fitness, Beatriz Fernández, y el director de Veolia, José María Landa. Esta última es la empresa patrocinadora del conjunto de las actividades para la nueva edición.

Entrenadores personales

Uno de los servicios que mayor tirón ha registrado es el de entrenador personal. «Lleva en funcionamiento desde julio y las inscripciones están superando las expectativas previstas. La previsión es que siga creciendo progresivamente», señaló Beatriz Fernández. Con él, los socios pueden entrenar acorde a sus necesidades y objetivos de la mano de un técnico que le guiará, durante toda la sesión, de manera exclusiva.

Según la coordinadora de fitness, «dentro de las actividades aeróbicas impartidas en clases colectivas, tienen más demanda el TRX y el Full body, y en lo que a cuerpo y mente se refiere, siguen funcionando con éxito y gran demanda el pilates y el yoga».

Otra novedad para los grupistas serán los bonos fitness, que incluyen sesiones de spa y plazas en algunos de los cursillos del Grupo Begoña; y también, a partir de septiembre, en boxeo comenzarán los cursillos de boxeo escuela, para jóvenes de entre 12 y 18 años. «No requiere conocimientos previos, es un curso de iniciación y aprendizaje», indicó Fernández. Cómo no, esta temporada continuarán los talleres culturales «que enriquecen el programa» y también los de diversidad funcional.