

PROGRAMACIÓN

- Martes 28 de mayo:

20:00

Manifiesto de inauguración de la Semana. D. Antonio Retana, Presidente del Real Club de Tenis de Oviedo; a continuación conferencia: “*Importancia de la Actividad Física para la Salud*”. Dr Nicolas Terrados. Doctor en Medicina. Especialista en Medicina Deportiva.

Salón de actos del Club. Entrada libre hasta completar aforo.

- Miércoles, 29 de mayo: Charlas.

19:30

“Fotoprotección: protege *tu piel*”. D. Pelayo del Pozo. Licenciado en Farmacia. Grupo Vensalud.

20:15

”*La importancia del suelo pélvico y como fortalecerlo*”. Bárbara Fernández. Profesora de Pilates del R.C.T.O. . Centro Mamá Sana de Oviedo.

20:40

”*El ejercicio físico como un estilo de vida saludable*”. D. Emilio López. Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Director del Área de Salud del R.C.T.O.

Salón de actos del Club. Entrada libre hasta completar aforo.

- Jueves, 30 de mayo: Maratón de Actividades para la Salud.

- **Duración:** de 18:00 a 21:45 horas.

- **Inscripción:** Abierta para todos los socios. 25 plazas máximas, por riguroso orden de inscripción en vestuarios de manera presencial.

- **Precio:** aportación voluntaria (en el momento de la inscripción) que será entregada a la Cocina Económica de Oviedo.

- **Todos los participantes recibirán un obsequio conmemorativo de la prueba y entre todos los finalistas se sorteará un bono para dos personas para el Balneario de Las Caldas.**



- Viernes, 31 de mayo: FIESTA DE GRADUACIÓN 2019 (solo para inscritos en actividades para la salud temporada 2018/19).