



“Podrás pertenecer al club si vas a ser padre/madre o tienes hijos menores de 12 años.

## VENTAJAS ESPECIALES

Hazte miembro del Club de los Disfrutones y disfruta de estos descuentos

**EUREKA KIDS** EUREKA KIDS 10%

**Toys R us** Toys R us 10%

**Time Road** Time Road 5%

**SoloOptical** SOLOOPTICAL 15% + 10%

**DECIMAS** DECIMAS  
Vale de 6€ en Decimas.

**LA URBANA** LA URBANA 10%  
BURGERCHEF & TAPAS BAR

**ZONA BURRITOS** ZONA BURRITOS  
Menú por solo 7,90€ en Zona Burritos.

**women'secret** WOMEN'S SECRET 10%

**PANDORA** PANDORA  
Personal Shopper Gratis.

**DOM BARBERIAS** DOM BARBERIAS 10%

**MCDONALDS** MCDONALDS 10%

**CALVO JOYEROS** JOYERÍA CALVO 10%

**MAX COLCHON** MAXCOLCHON 15%

**MEL-FROR** MEL-FROR 10% + 5%

**Time Road** TIME ROAD 5%

**MISTER MINIT** MISTER MINIT 15%

**LA CASA DE LAS CARCASAS** LA CASA DE LAS CARCASAS 10%

**SPRINGFIELD** SPRINGFIELD 10%  
Men & Woman

**Único** CENTROS ÚNICO  
Presoterapia o tratamiento estético de regalo en centros único.

**KFC** KFC 10%

## ACTIVIDADES GRATUITAS



Aprende de la mano de grandes profesionales

### Mayo

Domingo 9

**11:30h. Zumba family "Star Dance"**

Muévete al son de la música y disfruta con los tuyos mientras realizas ejercicio con movimientos sencillos y divertidos.

**Imparte Rubén Díaz Castrillón**

Campeón Gallego y finalista Campeonato de España de baile latino. Representante de España mundial de 2007, Campeón Gallego y de España de danzas urbanas 2016, 2017, 2018 y 2019. Entrenador de competición, juez internacional de la World Dance Organisation. Premiado con el Grado Oro, máximo reconocimiento concedido por el INNS por su trayectoria en la danza.

Domingo 16

**11:30h. "Porteo en cualquier etapa"**

El taller está diseñado para familias que quieran iniciarse en el porteo de forma segura, tanto para los padres como para el nuevo integrante de la familia. Veremos como diferenciar los elementos no adecuados para portear, y como usar los que si se adaptan a un porteo ergonómico.

**Imparte Patricia Pontón Pérez**

Fisioterapeuta desde hace 15 años especializada en suelo pélvico y cólico del lactante. Forma parte de la junta directiva de la asociación gallega de suelo pélvico y es formadora en estos ámbitos. Podéis encontrarla en la clínica Concepción Arenal en Lugo.

Domingo 23

**11:30h. Bailes latinos "Star Dance"**

Una clase de "Bachata" para niños y niñas. Sin necesidad de pareja con nociones de pasos básicos para aprender a bailar sin ningún tipo de experiencia previa. Pasos, ritmo, trabajo de pies, todo en una sola clase perfecta para introducirse en este estilo tan de moda. Edad recomendada 7años.

**Imparte Rubén Díaz Castrillón**

### Junio

Domingo 6

**11:30h. "Caminando hacia tu empoderamiento: plan de parto, qué es y cómo elaborarlo"**

Conocer qué es un plan de parto, en qué consiste y cómo elaborarlo es un medio eficaz para disminuir el miedo de cara al parto, respaldado por la evidencia científica! En este taller ahondaremos en el plan de parto como una herramienta más para un parto saludable, satisfactorio y empoderado.

**Imparte Cristian Martín Vázquez**

Matrón especialista en preparación integral al nacimiento. Miembro del equipo de @matronasenais. Además compatibiliza su actividad privada con la asistencia al parto en un hospital público. Profesional certificado en Método Naces-hipnoparto y Método Nacer sabiamente. Educador en masaje infantil IAIM-AEMI. Instructor de pilates en el embarazo.

Domingo 13

**11:30h. Clase baile moderno "Star Dance"**

Clase de adaptación al Reguetton para niños. El Reguetton como danza es una fusión de baile hip hop y movimientos más sensuales o redondos. En esta clase podrás aprender una coreografía de Reguetton perfecta para poder aplicarla a los temas de tus artistas favoritos

**Imparte Rubén Díaz Castrillón**

Domingo 27

**11:30h. Masaje para el alivio del cólico del lactante**

El cólico del lactante es una de las situaciones que más desesperación genera en la familia durante los meses de vida de vuestros peques. Durante este taller práctico veremos diferentes formas de masaje para conseguir un alivio del dolor del bebé.

**Imparte Patricia Pontón Pérez**



## SERVICIOS DE AS TERMAS

*para tu familia*

-  Cambiador pañales
-  Sala de lactancia
-  Pulseras identificativas
-  Entrega de pañales
-  Aseos familia
-  Préstamo silla bebé
-  Atracciones infantiles

INFÓRMATE EN:

 660 214 907 • Punto de Información de CC As Termas

# hola familia **VIP**

UN CLUB  
**EXCLUSIVO**  
LLENO DE VENTAJAS

Hazte socio en el **Punto de Información** situado en la planta alta.

Inscríbete, también, desde **WhatsApp**.

 660 214 907

*#másfamiliares*

   [ccastermas.com](https://www.ccastermas.com)



**as termas**  
SER MÁIS, TER MÁIS