

## Curso Nacional de Aikido Cangas del Narcea



Roberto Sánchez (6° DAN)  
Ángel Martínez (5° DAN)

### Lugar:

- Polideportivo Municipal de Cangas del Narcea
- Avd. Alejandro Casona s/n
- Cangas del Narcea
- Asturias

### Fechas:

- Viernes 9 Agosto 2013; Mañana de 12h a 14h y tarde de 18h a 20h
- Sábado 10 Agosto 2013; Mañana de 9h a 13h. Por la tarde se intentara hacer una clase de armas rodeados de un paraje único, si el tiempo lo permite.
- Domingo 11 Agosto 2013; Mañana de 10h a 13h.

### Matricula:

- Miembros del A.E.T.AIKI 50€
- Otras personas aseguradas 70€
- Queda terminantemente prohibido realizar videos o fotografias sin autorizacion de la Organización.

### Alojamiento:

- Hotel El Molinón  
En el centro de la Villa, a pocos metros andando del Polideportivo .  
Fin de semana en pensión completa con alojamiento en habitación doble sale en 116€ por persona.
- Hotel La Casilla:  
Situado a tres Kilómetros del Polideportivo con zona ajardinada y columpios  
Fin de semana en pensión completa con alojamiento en habitación doble sale en 120€ por persona

### Actividades:

- Descenso en canoa por el rio Narcea. Duración 4 horas. Precio 20€ por persona
- Visita guiada por la Villa de Cangas y visita al Monasterio de Corias (Parador Nacional). Duración 2 horas. Precio 5€ por persona
- Paseo a la entrada del Parque Natural de Muniellos. Duración 4 horas. Precio 10€ por persona.

**Disfruta del curso y del fin de semana**

Información completa en la pagina  
o ponerse en contacto con [xuamenende@terra.com](mailto:xuamenende@terra.com)

## Curso Nacional de Aikido Cangas del Narcea

Esto no es un curso de Aikido, esto es un fin de semana en el mes de vacaciones para una familia que tenga un practicante de aikido.

El mes en el que se hace, los horarios, el sitio, los precios y las actividades, están pensadas para no romper el mes de vacaciones yendo solo/a a un curso. Esperamos que la gente disfrute del fin de semana, que disfrute de la gastronomía, que conozca un lugar incomparable, que se divierta haciendo diferentes actividades aunque no practique Aikido, que sea a un precio asequible y que vuelva en otro momento a esta comarca porque seguro que todos vamos a querer volver.

El Concejo de Cangas del Narcea está compuesta por aldeas pequeñas en las laderas de las montañas, en sitios donde la naturaleza esta prácticamente inalterada por la mano del hombre. De ahí que esta zona este declarada Reserva Natural de la Biosfera. La Villa de Cangas, es decir, su zona urbana, tiene un interesante casco histórico, herencia de familias de grandes linajes y señoríos. También cuenta con el Monasterio de San Juan Bautista de Corias que por su estética es conocido como "El Escorial Asturiano" en el cual se ubicara próximamente un Parador Nacional.

El curso de Aikido se impartirá en el Polideportivo de la Villa que se encuentra en Avd. Alejandro Casona s/n. El horario de las clases será:

Viernes 9 de Agosto; de 12h a 14h y de 18h a 20h

Sábado 10 de Agosto; de 9h a 13h. La tarde se intentara dedicar a una clase de armas al aire libre, rodeados de un paraje único, si el tiempo lo permite.

Domingo 11 de Agosto; de 10h a 13h.

Para el alojamiento hemos cerrado precios con dos hoteles de la zona:

Hotel El Molinón:  
C/ Uria nº36  
Cangas del Narcea  
985.81.29.52

Situado en pleno centro de la Villa de Cangas del Narcea, a pocos metros del Polideportivo donde se desarrollara el curso.

El precio ofertado de este establecimiento es de 116€ por persona en habitación doble, el fin de semana completo que incluye:

Viernes: comida, cena y alojamiento

Sábado: desayuno, comida, cena y alojamiento

Domingo: desayuno y comida.

Para la gente alojada en otros sitios hemos obtenido una oferta de 10€ por comida o cena.

Hotel La Casilla:  
Limes nº34  
Cangas del Narcea  
985.81.26.80

Situado a unos tres kilómetros en coche desde Cangas del Narcea, rodeado de jardín y columpios. Recientemente construido.

El precio ofertado es de 50€ el alojamiento en habitación doble, 12€ las comidas o cenas y 4.50€ el desayuno.

El precio es un poco más caro, 119€ alojamiento completo en habitación doble por persona.

Para obtener estas ofertas hay que llamar a los diferentes hoteles e indicar que pertenecéis al grupo de Aikido.

Estos son los céntricos, pero la zona tiene muchas casas rurales que se pueden ver en la página del Ayuntamiento de Cangas.

## Curso Nacional de Aikido Cangas del Narcea

Para disfrutar del fin de semana se propone las siguientes actividades:

Descenso en canoa por el río Narcea disfrutando de sus aguas movidas, rápidos y ramas. Alicientes que lo hacen muy atractivo para quienes buscan aventura. No está recomendado para niños pequeños. En esta actividad están incluidos los transportes necesarios, el traje de neopreno, chaleco, casco, escaarpines de neopreno, seguro, guía-monitor y picnic al final del recorrido.

Esta actividad tiene una duración de unas 4 horas y un coste por persona de 20€.

Visita guiada a la Villa de Cangas y al Monasterio de Corias en las cuales acompañados de un guía se nos explicara la iglesia, el coro y posiblemente el claustro del Monasterio de San Juan Bautista (pendiente de que Paradores autorice la visita al claustro). También un recorrido por la Villa visitando el Palacio de los Condes de Toreno, el Palacio de Omaña o los palacios de Uría, Pambléi, Los Llano y Peñalba. La Basílica de Santa Maria Magdalena y la Capilla del Carmen.

Esta actividad tiene una duración de 2 horas y un coste por persona de 5€.

Para los amantes de la naturaleza se organiza un paseo cerca de la Reserva Natural de Muniellos que va del pueblo de Moal al puesto de Tablizas donde se encuentra el Centro de Interpretación de Muniellos. Es un recorrido fácil en el cual se aprecia el recurso natural más importante de la comarca. Por su extensión y grado de conservación constituye el mayor robledal de España y uno de los mejor conservados de toda Europa. Entre su fauna destaca el oso pardo cantábrico y el urogallo, especies protegidas desde hace tiempo, aunque son más comunes los lobos, corzos, jabalís, rebecos y nutrias.

Esta actividad tiene una duración de 4 horas, con un guía- monitor y picnic. Tiene un coste de 10€ por persona.

Para la organización de estas actividades hay que hacer reserva, ya que se pueden realizar a partir de un cierto numero de personas. Para ello hay que enviar un correo a [xuamenende@terra.com](mailto:xuamenende@terra.com)

Esperamos que la asistencia a este curso sea un inicio o una continuidad de vuestras vacaciones.

Todo ello es posible a la colaboración  
del Ayuntamiento de Cangas del Narcea

