

El polideportivo Mas dels Frares celebra una jornada de puertas abiertas



Redacción // Benicàssim

Las instalaciones del C. T. Mas dels Frares de Benicàssim acogerán una **jornada de puertas abiertas este sábado, 25 de junio**, organizada por Ripotenis D.L., Fisiomats, Gorila Box e Inma Navarro Nutrición.

El evento se desarrollará en el polideportivo de la Fundació Caixa Castelló- Mas dels Frares, **entre las 10.00 y las 13.30 horas**, en una mañana de deporte y diversión para todos los públicos.

El objetivo será dar a conocer todo lo que ofrecen las instalaciones del C.T. Más Dels Frares desde la perspectiva de deporte es igual a salud.

Actividades para niños

Las actividades de ocio dirigidas a los más pequeños estarán organizadas y dirigidas por los monitores de Ripotenis y comenzarán a las 10.00 horas con una serie de **juegos de agua, paracaídas, partidos de fútbol, talleres, baile...** De cara al medio día dará comienzo la **búsqueda del tesoro y el minigolf**.

Y a lo largo de la mañana se organizará también **un torneo de tenis y pádel** tanto para niños como para adultos.

La jornada finalizará con la foto de grupo de todos los niños de la Escuela de Invierno y asistentes



con el equipo de monitores.

Además, se podrá degustar una **paella** en las terrazas de las instalaciones, alrededor de las 14.00 horas.

Actividades para adultos

FisioMats expondrá, a las 10.30 horas, en un **taller de movilidad** la importancia de ejercitar los músculos para prevenir lesiones, tanto antes como después de las actividades deportivas.

Gorila Box, por su parte, comenzará a las 11.00 con un **wod-wod para niños** (una tabla de ejercicios) en la que se establecerán una serie de objetivos a cumplir, todo ello tutelado y organizado por los profesionales del gimnasio.

Una vez terminado, FisioMats detallará una **tabla de estiramientos** para fomentar el bienestar y conciencia corporal, a las 11.40.

Como el deporte requiere de una alimentación equilibrada, Inma Navarro dará, a las 12.15, una **charla sobre nutrición saludable** y desmitificará algunas de las afirmaciones que rodean al mundo de la comida vegana. Todo esto acompañado de una **cata** organizada por Saboro Comida Consciente, que ofrecerá **comida saludable** durante todo el evento (de 9.00 a 13.30).

Para terminar con las actividades, Gorilla Box terminará el día a las 13.00, con una **exhibición de Crossfit** y algunas sorpresas.

Vocación de servicio local

Desde el principio, tanto la empresa Ripotenis como FisioMats, Gorilla Box e Inma Navarro Nutrición han demostrado su vocación de servicio local y han apostado por ofrecer servicios deportivos y sociosanitarios de proximidad, **potenciando la importancia de un estilo de vida saludable**.

«Nos importa Benicàssim, los benicenses y todos aquellos que visiten o vivan en esta maravillosa ciudad, y nos encanta reforzar el sentimiento de familia y comunidad», señalan.

«Ésta es nuestra forma de daros las gracias por la confianza depositada. Como respuesta, nosotros seguiremos trabajando con la misma pasión y dedicación para que Benicàssim tenga los mejores





espacios deportivo-sanitarios. Os esperamos el 25 de junio», concluyen.

Más información llamando a los teléfono de Ripotenis (964394047), Gorila Box (677823456) y Fisiomats, Mateusz (672750770).

