



# II NATIONAL SANO GAMES

VUELVE EL RETO: 5,6 Y 7 ABRIL





# Vuelve la competición más sana

¿ESTÁIS PREPARADXS?

Esta segunda edición de los ***National Sano Games*** viene con fuerza. Un año más queremos crear el evento deportivo más saludable, divertido e inclusivo. Con nuestro ADN siempre presente: promover los hábitos saludables en un ambiente muy especial. Localización de ensueño, pruebas cañeras, actividades en la naturaleza y momentos de convivencia y relajación... ¡No podemos esperar más!





## *El Cabo de Gata*

NATURALEZA SALVAJE EN ESTADO PURO

El evento tendrá lugar en el parque natural del Cabo de Gata, un entorno único que nos permitirá disfrutar del deporte y la naturaleza en su máximo esplendor.

Kilómetros de playas vírgenes, desierto, zonas rocosas, mar mediterráneo y clima cálido.



Pruebas 



Actividades extra



Nuestro “triatlón”



# Pruebas

**Equipos:** 4 participantes. Composición libre (femenino, mixto o masculino). Pueden integrarse por clientes en activo de Sano y por miembros del staff técnico de los centros.

**Contenidos:** 5 pruebas en formato de relevos sobre un circuito de playa de 25m x 10 m.

Las pruebas se enviarán en la segunda semana de febrero a los centros Sano para su entrenamiento y preparación.

Incluirán pruebas de arrastre, transporte de cargas, distintos tipos de desplazamiento, habilidad, agilidad, etc.



# Actividades extra



## Ruta en bici

ELÉCTRICA O NORMAL

Tendremos una flota de más de 80 bicis para que puedas disfrutar de una increíble ruta por el Parque Natural del Cabo de Gata sobre bicicletas de marcas top como cannondale o willier.



## Ruta en Kayak

UN MUST EN EL CABO DE GATA

No hay mejor manera de conocer la costa del Parque Cabo de Gata-Níjar que bordeándola con un kayak o piragua de mar. Conoce las calas inaccesibles y reservas marinas.



## Máster Class Yoga

PROFUNDIZA EN LA PRÁCTICA

Para principiantes y avanzados. Podrás elegir entre la práctica tradicional del hatha yoga, yin yoga y yoga restaurativo o, darle un toque más cañero con el ashtanga yoga y rocket vinyasa yoga.

# “Triatlón” al estilo sano

**Tamaño de los equipos:** 10 a 12  
participantes.

**Consta de 3 modalidades:**

Running (6km)

Bicicleta (5km)

Kayak (500mts)

**Configuración de los equipos:** sistema  
aleatorio entre todos los participantes en los  
Nacional Sano Games  
(Actividad lúdico – recreativa para todxs).



# Alojamiento

No hay deporte sin un buen descanso

Nuestros participantes  
podrán disfrutar de un  
merecido descanso en las  
instalaciones de

**WECAMP CABO DE GATA**

Un novedoso concepto de  
alojamiento que aúna *Diseño,*  
*Confort & Eco-friendly*





No sano no...  
*party!*

Tras una jornada de intensa actividad...es momento de relajarse y disfrutar.

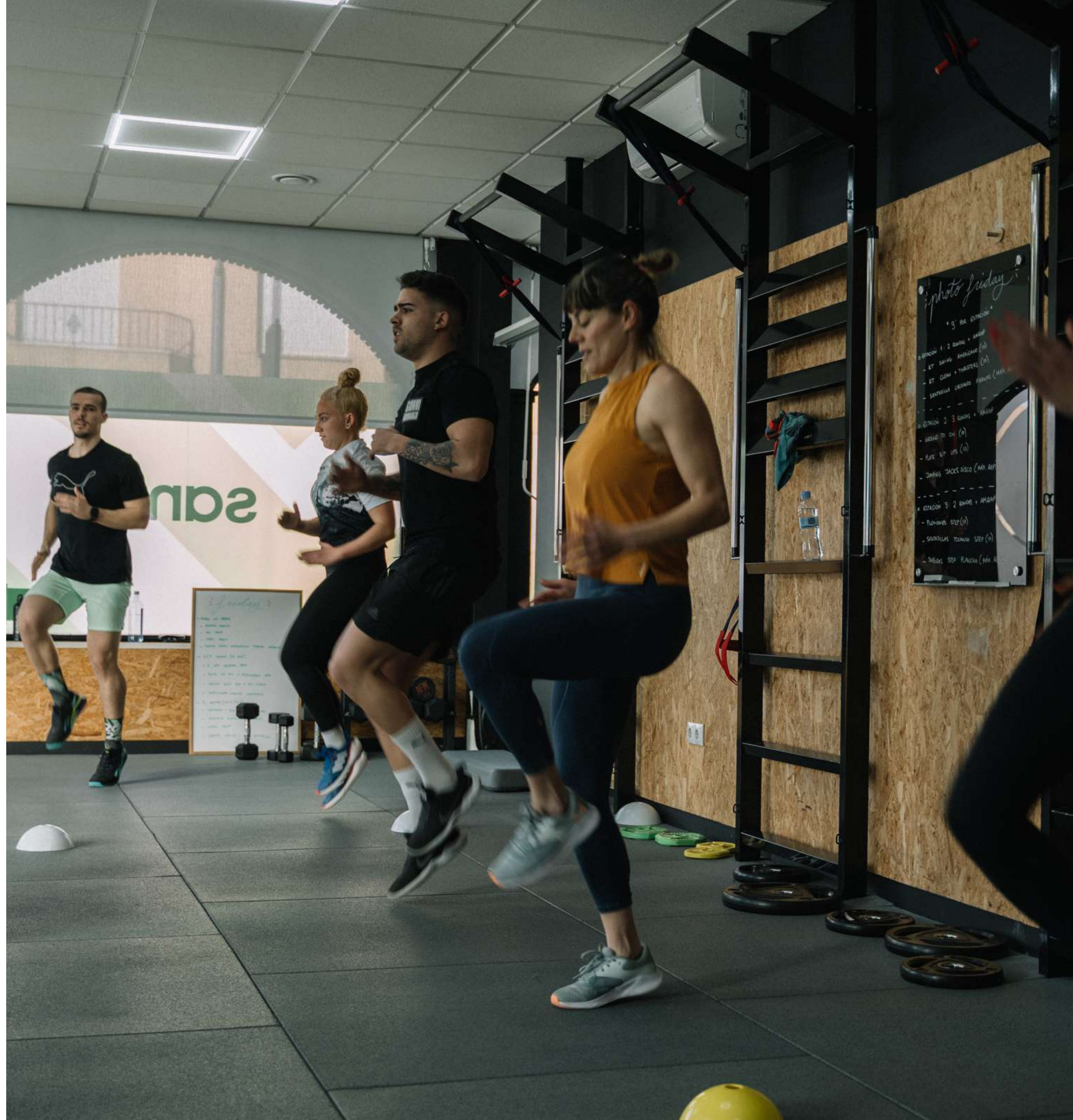
3 claves: **cocktail**, **música en directo** y **buen royo**.

*¿Te apetece el plan?*



# *Fase preparatoria* en tu centro sano

Los centros participantes recibirán un ***plan de preparación*** de las pruebas del evento entre febrero y abril de 2024 que contendrá ***rounds especiales*** con los ejercicios de la competición y ***micro-test*** para desarrollar a final de cada mes.



# Planning

## *Viernes*

**DESDE 17:30**

Recepción de participantes y entrega de la “**Bolsa Sana**”

**20:30 a 22:30**

Cena (varios turnos)

**22:30 a 23:00**

Presentación oficial

***II National Sano Games***

**23:00**

Actividad sorpresa

## *Sábado*

**7:00-8:30** Desayuno

**9:00-14:00**

Pruebas Sano

**Desde la 13:00**

Comida (varios turnos)

**16:30 a 18:00**

Actividades extra

**20:00 a 00:00**

Fiesta sano games

Cocktail + 2h de barra libre + grupo de música

## *Domingo*

**8:00-10:00** Desayuno

**10:00- 13:00**

“Triatlón” estilo Sano

**13:00 a 14:00**

Entrega de premios

**Desde las 14:00**

Comida (varios turnos)

**17:00**

*Check-out*

# Tarifas

## 01

### “ VOY SOL @ ”

Te alojarás en un glamping doble o DOMO (sin baño privado)

Incluye:

Cena viernes

Desayuno, comida y cena sábado

Desayuno y comida domingo

Actividad sorpresa viernes

Actividad extra a elegir (kayak, ruta en bici o yoga)

Si eliges como actividad extra “ruta en bici eléctrica” +20€

430€/pax en glamping

345€/pax en DOMO

## 02

### “ SOMOS 2 ”

Os alojaréis en un glamping doble o DOMO (sin baño privado)

Incluye:

Cena viernes

Desayuno, comida y cena sábado

Desayuno y comida domingo

Actividad sorpresa viernes

Actividad extra a elegir (kayak, ruta en bici o yoga)

Si eliges como actividad extra “ruta en bici eléctrica” +20€

310€/pax en glamping

250€/pax en DOMO

## 03

### “ SOMOS 3 ”

Os alojaréis en un glamping de 4.

Incluye:

Cena viernes

Desayuno, comida y cena sábado

Desayuno y comida domingo

Actividad sorpresa viernes

Actividad extra a elegir (kayak, ruta en bici o yoga)

Si eliges como actividad extra “ruta en bici eléctrica” +20€

280€/pax

## 04

### “ SOMOS 4 ”

Os alojaréis en un glamping de 4.

Incluye:

Cena viernes

Desayuno, comida y cena sábado

Desayuno y comida domingo

Actividad sorpresa viernes

Actividad extra a elegir (kayak, ruta en bici o yoga)

Si eliges como actividad extra “ruta en bici eléctrica” +20€

255€/pax

## 05

### “ SOMOS 5 ”

Os alojaréis en un glamping de 6.

Incluye:

Cena viernes

Desayuno, comida y cena sábado

Desayuno y comida domingo

Actividad sorpresa viernes

Actividad extra a elegir (kayak, ruta en bici o yoga)

Si eliges como actividad extra “ruta en bici eléctrica” +20€

260€/pax

## 06

### “ SOMOS 6 ”

Os alojaréis en un glamping de 6.

Incluye:

Cena viernes

Desayuno, comida y cena sábado

Desayuno y comida domingo

Actividad sorpresa viernes

Actividad extra a elegir (kayak, ruta en bici o yoga)

Si eliges como actividad extra “ruta en bici eléctrica” +20€

245€/pax

## 07

### “ NO ME QUEDO A DORMIR ”

Incluye:

Cena viernes

Actividad sorpresa viernes

Desayuno, comida y cena sábado

Desayuno y comida domingo

Actividad extra a elegir (kayak, ruta en bici o yoga)

Si eliges como actividad extra “ruta en bici eléctrica” +20€

195€/pax

## 08

### “ VOY CON MI CAMPER ”

Parcela para aparcar camper o autocaravana.

Incluye:

Cena viernes

Actividad sorpresa viernes

Desayuno, comida y cena sábado

Desayuno y comida domingo

Actividad extra a elegir (kayak, ruta en bici o yoga)

Si eliges como actividad extra “ruta en bici eléctrica” +20€

220€/pax

## + *info*

- EL NÚMERO DE DOMOS ES MUY LIMITADO.
- LA CENA DEL SÁBADO INCLUYE 2H DE BARRA LIBRE.
- TODAS LAS COMIDAS INCLUYEN 2 CONSUMICIONES.
- TODOS LOS ALOJAMIENTOS INCLUYEN TOALLAS, KIT DE BAÑO, ETC.
- SI QUIERES QUEDARTE UNA NOCHE MÁS A DORMIR, ESCRÍBENOS A **NATIONALSANOGAMES@SANOCENTER.ES**



# Reservas

- La reserva de plaza exigirá un pago de **70€ por pax**, que será descontado del pago final seleccionado.
- Las plazas disponibles para esta edición son un **máximo de 300 pax**, por lo que las inscripciones se realizarán por riguroso orden de entrada y reserva efectiva de plaza.

**Importante:** las reservas sólo serán efectivas si vienen acompañadas del pago de 70€ por plaza.

---

Plazo de apertura de reservas:

**Lunes 11/12/2023**

Plazo de cierre de reservas:

**Jueves 11/01/2024**

---



*¿A qué esperas para reservar tu plaza?*

¡Pincha en este enlace para realizar tu reserva

**FORMULARIO DE INSCRIPCIÓN**

¡Nos  
vemos  
pronto  
equipo!

