

Editorial

En este mes, el mundo del deporte está lleno de acción. En el Ciclismo, La Vuelta a España llega a su etapa final que es la más dura y emocionante del año. Ver a los mejores ciclistas del mundo subir la montaña, es la mejor motivación para venir a las clases de Spinning.

Por otro lado, el mundo del Tenis llega a su máxima expresión en el US Open con Sinner, Alcaraz y Swiatek que sin duda inspiran a nuestros tenistas: desde los más pequeños hasta los equipos que nos representan en torneos externos. Recuerda que tenemos las canchas listas, clases para todos los niveles y torneos durante todo el año.

Finalmente, siempre hay un buen pretexto para ponerse los tenis y regresar a la cancha, al gym o a la bici. Deseamos a nuestros Usuarios un mes lleno de actividad, salud y momentos divertidos con amigos y amigos aficionados al deporte.

FITNESS

● El mejor combo para tus piernas: Spinning + Barré

El desarrollo del cuádriceps y el bíceps femoral encuentra un equilibrio MUY positivo cuando se combinan las clases de Spinning y Barré. Son un entrenamiento que se complementa y es muy efectivo por la forma en que estimulan, fatigan y se esculpen estos músculos.

Mientras el Spinning aporta potencia, volumen de trabajo cardiovascular y fuerza concéntrica en los cuádriceps, las clases de Barré definen, mejoran la postura y equilibran la fuerza del bíceps femoral al exigirle un trabajo de estabilización y flexibilidad. Además, estas dos disciplinas previenen lesiones causadas por desbalances musculares y esculpen unas piernas fuertes y funcionales.

BARRÉ
MARTES Y JUEVES
17:00-18:00 CON CHANTAL



● ¡No te pierdas la clase de Spinning en diferentes horarios!

CON ALE SÁENZ
SPINNING
MARTES 7:00



LA CLASE TAMBIÉN SE OFRECE LOS
LUNES, MIÉRCOLES, VIERNES 8:00-9:00
MARTES Y JUEVES 6:00-7:00

NATACIÓN

- ¡Niños y niños activos después de unas ricas vacaciones! Recordemos que saber nadar es un seguro de vida y además a los pequeños les encantan sus clases de natación. Tenemos los horarios para diferentes niveles en Coordinación de Natación.

TENIS, PÁDEL Y BÁDMINTON

● Felicitamos al equipo varonil de tenis por su excelente participación en el DUAL MEET vs DEPORTIVO 2000

Nuestro reconocimiento y felicitación a todos los participantes que con entrega, juego limpio y espíritu deportivo, hicieron de este torneo una gran fiesta del tenis.

Gracias por representar con orgullo al Regency Club con un gran nivel de tenis en la cancha y por el ejemplo de compañerismo, respeto y pasión que nos dieron durante el Dual Meet.

¡Felicidades a todos los jugadores!



Durante septiembre:
15% de descuento en **Depilaciones**



Cristy
SALÓN DE BELLEZA

Agenda tu cita
442.603.10.36



CENTRO DE EVALUACIÓN Y REHABILITACIÓN CONTINUA

+52 442 263 4881

En septiembre, agenda un
MASAJE CORPORAL y te consentimos
con un **FACIAL EXPRESS**
de regalo



CSPA
BY REGENCY

Previa cita/
Abierto al público
442 688 2456
442 218.90.84

EN TU CUMPLEAÑOS
50%
de descuento
EN CUALQUIER SERVICIO.
CITAS: 442.818.49.85

DON JUAN
BARBERIA



AVISOS IMPORTANTES

-¡¡¡ATENCIÓN USUARIOS DE NUEVO INGRESO!!!

Registra este contacto y recibe nuestras notificaciones:
442-317-01-88

- RESERVA tu Cancha de Tenis y Padel: Desde un día antes a partir de las 6 a.m. y durante el mismo día según disponibilidad.
Whats 442. 317. 0188 o por Teléfono 442. 218. 9084

-RESERVA tu palapa en recepción por Whats o por teléfono un día a antes.

-Para tu comodidad, recuerda que puedes DOMICILIAR el pago de tu mensualidad. Pasa a Recepción por el formato.

-Adquiere tu CHIP o TARJETA DE ACCESO AUTOMÁTICO para ingresar al estacionamiento. Ambos disponibles en Recepción.

-Recuerda: No está permitida la entrada de menores de 14 años al Gym; únicamente tienen paso alumnas de clase de Telas y gimnasia

Información de eventos y noticias en nuestras redes sociales:
www.regencyclub.mx

@regencyclubjurica
 @verdelimonr

@regencyclubqueretaro
 @verdelimonrestaurant

NUESTROS TRADICIONALES
Chiles en Nogada

verde
limon
Restaurantes Bar



¡Haz tu pedido!
Del 1ero. de septiembre
al 15 de octubre

Platillo
de temporada
\$270