Año 14 | Número 66

TRES MARÍAS nivel

CIUDAD
TRES MARIAS
MORELIA · MÉXICO

Te llevamos a las alturas

Calidad • Lujo • Exclusividad • Tranquilidad

Conoce nuestros desarrollos verticales y encuentra tu estilo de vida

TORRE AIREA plus

CAÑADAS del BOSQUE

TORRES Paseo del PARQUE

TORRES PANORAMA Life View

vistahermosa Luxury Life

443 340 4949 tresmarias.com.mx 443 170 7878 TresMariasMx

Querétaro
torrepanorama.tresmarias.com.mx
442 824 7322

torrevistahermosamorelia.com
443 491 6461

ÍNDICE

3 DEPORTES

● ¿Sabías qué? Edwin Ramírez, nuevo instructor de Zona Diez. ● Orgullosamente socios. Familia del Tenis+3m3. Sigamos trabajando en equipo. ● Renovación de canchas de pádel. Disfrútalas a cualquier hora del día. ● Nueva normalidad, nuevo GYM. Un espacio más amplio y seguro. ● Alberca Deportiva. Amplia renovación y creación de Alberca de Iniciación Infantil.

12 SALUD Y BELLEZA

● Promociones especiales de fin de año. Obsequios y grandes descuentos en masajes, aparatología, productos profesionales y más.

14 HÍPICO

● Circuito Fomento Ecuestre del Estado de Querétaro. Gran papel de los jinetes de Tres Marías. ● Alexis Pohle. Nueva instructora de Hípico Tres Marías.

16 GOLF

● Disfruta de tu ronda seguro. Amplias medidas y protocolos de sanidad para cuidar de la salud de nuestros golfistas y caddies. ● Modernización de Proshop. Vanguardista diseño y ambientación. ● Alumna del mes. Fabiola Álvarez, aprende y se divierte. ● Tips del profesional. Rutina previa a tu tiro. La práctica hace al maestro. ● Hoyo 28. Donde brindan y celebran los golfistas con estilo.

DIRECTOR GENERAL
CONSEJO EDITORIAL
Benjamín Trujillo Jiménez
J. Ignacio Gómez Villalonga
Daniel Gutiérrez Orduña

DIRECTOR EDITORIAL Y FOTOGRAFÍA
Iván Salgado Aguilar

DISEÑO GRÁFICO
AUG AD+MKT
(443) 324 86 45
info@aug.com.mx

ANÚNCIATE EN NIVEL TRES MARÍAS
(443) 428 00 33, ext. 1070
isalgado@clubtresmarias.com.mx

www.clubtresmarias.com.mx

Síguenos: club de Golf Tres Marías y Tres Marías Club de Golf
Síguenos: clubdegolftresmarias

NIVEL TRES MARÍAS es una revista informativa para la divulgación de los eventos y noticias de Tres Marías con periodicidad bimestral, editada por Club de Golf Tres Marías, S.A. de C.V. en Morelia, Mich. Registros en trámite.

Editorial

Estamos viviendo una situación que nos ha obligado a adquirir nuevos hábitos, a adaptarnos rápidamente a un nuevo esquema de vida, e innovar constantemente. En tu club así lo hemos hecho, implementando una gran cantidad de protocolos, adquiriendo equipo especializado para la limpieza y desinfección de todas las áreas y capacitando a nuestro personal.

Porque tu salud y la de tu familia es lo más importante, también hemos modificado espacios deportivos y de convivencia, tanto en infraestructura como en sus horarios de operación, atendiendo a todas las normas de la nueva normalidad y sana distancia e implementando el nuevo servicio de entrega a domicilio: Súper Eats Tres Marías.

A la par, continuamos con el gran proyecto de remodelación y creación de nuevas instalaciones, entre ellas, la Alberca Deportiva, que se reacondicionó en su totalidad y ahora cuenta con piso especial antiderrapante, terraza, un amplio y cómodo espacio de baños y regaderas para damas y caballeros, así como una Alberca de Iniciación para los más pequeños, totalmente independiente.

También creamos el nuevo Bar Hoyo 28 y se remodeló Proshop, con una imagen vanguardista y de gran confort para todos nuestros golfistas.

Esta es una muestra de que, con optimismo, trabajo, tu apoyo y confianza, saldremos fortalecidos para 2021 de los nuevos retos que hemos enfrentado durante este año.

Mis mejores deseos para ti y tu familia
en esta Navidad y Año Nuevo.

Ing. José Ignacio Gómez Villalonga
Director General
Club de Golf Tres Marías

¿Sabías que?

Nuestros instructores...

EDWIN RAMÍREZ

Se incorpora al gran equipo de instructores de Tres Marías Edwin, quien cursa actualmente la Licenciatura en Nutrición y cuenta con Diplomado en Habilitación Física y Quiropráctica, además de certificaciones en Entrenamiento Enfocado en Mujeres, Entrenamiento Funcional y Weightlifting.

Desde los cuatro años de edad practica el deporte, comenzando con el fútbol e involucrándose poco a poco en otras disciplinas, pues considera que realizar deporte tiene beneficios increíbles, tanto física como mentalmente.

Ama compartir sus conocimientos con la gente, ayudarlos a sacar lo mejor de ellos en el ámbito deportivo y, lo más importante, apoyarlos en llegar a su meta.

"Las cosas no se ganan con suerte, se ganan con esfuerzo"

Familia del Tenis+3m3

"Juntos no... ¡Unidos sí!"

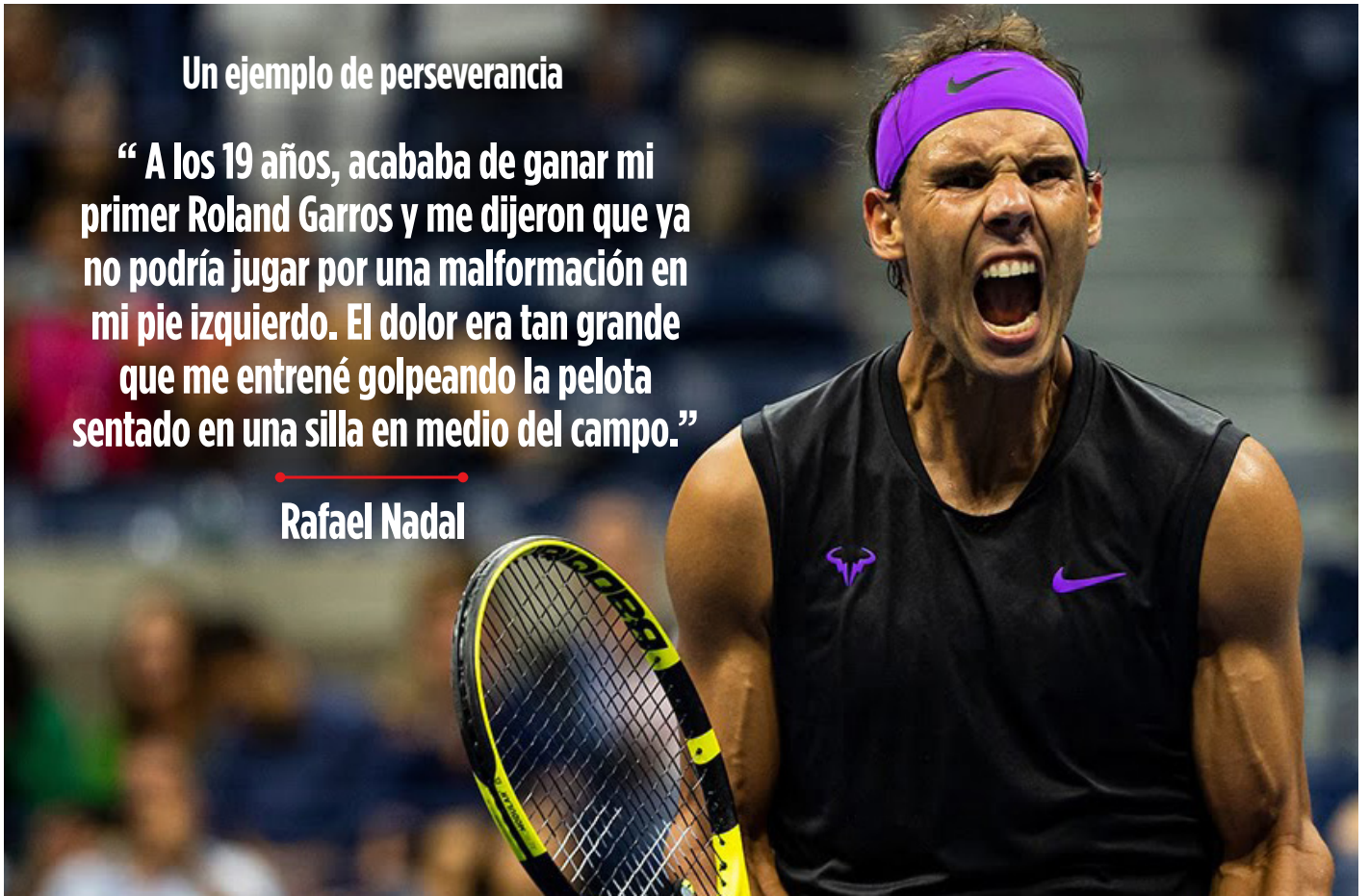
La naturaleza nos ha puesto a prueba con la inusual condición por la que hemos atravesado en los últimos meses, sin embargo como atletas, entrenadores y padres de familia de los deportistas estamos acostumbrados a jugar con el marcador a favor y en contra, lidiando con situaciones que nos permiten darnos cuenta de todo el potencial que tenemos guardado en nuestro interior.

Por ello, los objetivos con nuestros equipos se mantienen. Vamos a trabajar en fortalecer las áreas necesarias para que lo que vivimos hoy en día no sea un obstáculo, sino una oportunidad de crecimiento.

Estamos convencidos de que, cuando sea posible regresar a la normalidad, podremos volver más fuertes que nunca. En los días por venir nos enfocaremos en mantener y mejorar el nivel físico, técnico, táctico y psicológico de nuestros tenistas, con la finalidad de formarlos como atletas mentalmente sólidos, que puedan enfrentar cualquier dificultad en 2021.

El equipo de entrenadores de tenis de Club de Golf Tres Marías reafirma su compromiso por mantener un alto nivel tenístico, siguiendo todas las medidas de protección de la nueva normalidad. Hoy, más que nunca, requerimos el apoyo de los padres de familia para mantener el compromiso y la motivación de los jugadores.

Staff de Tenis



TRES MARÍAS Club de GOLF

Sport & Health Care Center

¡EQUÍPATE CON LO MEJOR!

Accesorios y más...

BÚSCALOS EN NUESTRO CLUB.

Mayores informes al
443 428 0033, ext. 1018

speedo

AQUA ZONE

X-LIVE
MY DIGITAL DEVICE

BÚSCALOS EN NUESTROS CENTROS DE CONSUMO

(SPORT & HEALTH, PROSHOP, RESTAURANTE & BAR Y SPA).

Renovación de canchas de pádel

Para que disfrutes con tu familia e invitados de las mejores instalaciones y mayor comodidad durante tus entrenamientos o partidos, hemos realizado una remodelación profunda de nuestras cuatro canchas de pádel.

- Instalación de alfombra (césped artificial con arena sílica) para permitir un bote adecuado de la pelota, además de un mejor desplazamiento a los jugadores.
- Aplicación de pintura en todo el contorno de las canchas.
- Colocación de nueva malla sombra (velarías) en áreas de descanso y para espectadores.
- Nuevas redes centrales en las canchas.
- Instalación de nuevas luminarias led, amigables con el ambiente y que proporcionan luz uniforme en toda la cancha para una mejor visión de los jugadores.
- Reloj digital para agilizar el control de canchas de toda el área de raqueta.

Horarios de Servicio

Clínicas Adultos Mixta

Martes y jueves
8:00 a 9:00 hrs. y
17:30 a 18:30 hrs.

Clínicas Adultos Femenil

Martes a viernes
9:00 a 10:00 hrs.

Práctica libre

Martes a sábado
7:00 a 21:30 hrs.
Domingo y días festivos
7:00 a 17:00 hrs.

¡Seguimos mejorando para ti!

Nueva normalidad, nuevo GYM

Toda crisis representa una oportunidad. Así lo hemos capitalizado en tu club, optimizando tiempo y recursos para mejorar nuestras instalaciones y servicios, siempre buscando cuidar de tu salud.

Además de ampliar el gimnasio para respetar las normas de sana distancia, realizamos una mejor distribución de los equipos e instalamos señalética y filtros de seguridad, así como diversos protocolos y procesos que se llevan a cabo diariamente para limpiar e higienizar todos los aparatos y superficies.

Con tu ayuda es posible seguir disfrutando de este espacio de forma responsable y segura.

LINEAMIENTOS PARA ENTRENAR EN EL GYM

1 **RESERVA CON ANTICIPACIÓN**
Horario de atención 9:00 am a 7:00 pm
de martes a viernes
Whatsapp: 443 408 70 75.

2 **ENTRADA POR LA PUERTA PRINCIPAL**
Al accesar se debe usar
gel antibacterial en las manos.

3 **SANITIZACIÓN PERSONAL Y EN PERTENENCIAS**

4 **UTILIZAR GUANTES COMPLETOS PARA PODER HACER USO DEL EQUIPO**

5 **LIMPIAR EL EQUIPO ANTES Y DESPUÉS DE USARLO**
"NO SE PUEDEN HACER CIRCUITOS NI ALTERNAR EQUIPO."

6 **RECUERDA MANTENER DISTANCIA SEGURA DE LOS DEMÁS USUARIOS**
Límpiate constantemente el sudor
(nuestras toallas están sanitizadas).

7 **AL CONCLUIR TU ACTIVIDAD, PARA RETIRARTE DEBERÁS HACERLO POR LA PUERTA DE SALIDA**
Al salir se debe usar
gel antibacterial en las manos
y colocarte tu cubrebocas.

"SI CUIDAS DE TI,
CUIDAS DE TODOS"

IMPORTANTE: LO NO PREVISTO EN ESTE REGLAMENTO SERÁ RESUELTO POR EL ENCARGADO EN TURNO.

Alberca Deportiva
Nuevas instalaciones

Como parte de nuestro amplio proyecto de renovación de Casa Club, llevamos a cabo la rehabilitación y construcción de nuevos espacios, para la comodidad y seguridad de tu familia, durante la práctica de sus actividades acuáticas.

Contamos con una nueva alberca independiente para niños menores de cuatro años, donde podrán aprovechar de mejor forma sus clases, estar más seguros y supervisados en todo momento.

Se instaló suelo antiderrapante para evitar accidentes, así como nuevas regaderas para ducharse antes y después de nadar.

También se habilitaron nuevos baños con regaderas y lockers para damas y caballeros, así como baños familiares, donde los padres pueden ayudar a asearse a los más chiquitos y, para que los acompañantes esperen cómodamente, se cuenta con una bella terraza.

Puedes seguir disfrutando de esta instalación sin preocuparte, pues cumplimos con todos los protocolos de seguridad y diariamente sanitizamos todos los espacios.

Ayúdanos a cuidarte siguiendo todas las normas del área, así como las indicaciones de los profesores.

TRES MARÍAS
Club de GOLF

¿CÓMO HACER USO DE LA ALBERCA DEPORTIVA?

CONTAMOS CON CUPO LIMITADO DE 15 USUARIOS ADULTOS POR TIEMPO DE 2 HRS O POR DISPONIBILIDAD.

MARTES A VIERNES

MATUTINO ADULTOS (3 NADADORES POR CARRIL)
NADO LIBRE
06:30 AM A 07:20 AM

CLÍNICA DE NATACIÓN PARA ADULTOS
07:30 AM A 10:30 AM

VESPERTINO
NADO LIBRE
3:00 PM A 9:00 PM. HORARIO TEMPORAL

SÁBADO
NADO LIBRE
07:30 AM A 2:00 PM
3:00 PM A 9:00 PM

DOMINGO
NADO LIBRE
07:30 AM A 2:00 PM
3:00 PM A 5:00 PM

LO ANTERIOR CON BASE A LAS NORMAS Y REGLAMENTOS DE LA SECRETARÍA DE SALUD.

TODOS LOS DÍAS SANITIZACIÓN PROFUNDA A PARTIR DE LAS 12:00 A 1:00 PM

REGLAMENTO DE INGRESO PARA ADULTOS
POR NORMA DE LA SECRETARÍA DE SALUD.

1) SE TOMARÁ TEMPERATURA, NO SE PERMITIRÁ EL ACCESO CON TEMPERATURA MAYOR A 37ºC.

2) USO DE SANDALIAS O CALZADO ACUÁTICO.

3) POR LA SALUD DE TODOS NO SE PERMITE EL INGRESO CON ALGÚN SÍNTOMA DE ENFERMEDAD RESPIRATORIA Y/O GASTROINTESTINAL.

4) USAR EL CUBRE BOCAS HASTA INGRESAR A LA ALBERCA.

5) SOLO SE PUEDE INGRESAR CON UNA MALETA DEPORTIVA.

USO DE INSTALACIÓN

- DUCHARSE ANTES Y DESPUÉS DE USAR LA ALBERCA.
- USAR TRAJE DE BAÑO DEPORTIVO, GOOGLES, GORRA Y SANDALIAS.
- 3 ADULTOS MÁXIMO POR CARRIL.
- ALBERCA EXCLUSIVA PARA USO DEPORTIVO.
- AL PERMANECER EN LAS INSTALACIONES SE DEBE EVITAR EL SALUDO DE MANOS ES IMPORTANTE MANTENER UNA DISTANCIA SANA.

CUALQUIER LESIÓN O ACCIDENTE DURANTE LA PRÁCTICA DE ESTA ACTIVIDAD ES RESPONSABILIDAD DE QUIEN LA REALIZA.

"RESPETA LAS INDICACIONES DEL PERSONAL A CARGO DEL ÁREA"

Promociones especiales de fin de año

Noviembre

SPA

- En la compra de **6 faciales específicos** (según las necesidades de tu piel) recibe ¡2 DE OBSEQUIO!

- En la compra de cualquier **Paquete de Masaje** recibe ¡3 SERVICIOS MÁS DE OBSEQUIO!

- En la compra de **Paquete de Aparatología** recibe VARIOS SERVICIOS DE OBSEQUIO: Lipomax, LPG, Radio Facial, Lumicell y Depilación con Tecnología Indolora SHR.

- En la compra de producto profesional de la línea cosmética de **Germaine De Capuccini** recibe ¡UN SERVICIO FACIAL DE OBSEQUIO!

Diciembre

SPA

- Nuevo servicio de masaje **Signature Tres Marías** ¡Cónocelo! Un delicioso masaje relajante de 90 min. con piedras y exfoliación corporal.

ESTÉTICA

- En la compra de **producto profesional de cualquier línea** recibe ¡UN OBSEQUIO SORPRESA!

- 25% DE DESCUENTO en la aplicación de Gel Essie

Informes y reservaciones al 443 428 0033
Spa Damas: Ext. 1023
Spa Caballeros: Ext. 1031

Circuito Fomento Ecuestre del Estado de Querétaro

Jinetes de Tres Marías tuvieron una destacada participación en diversas pruebas, durante la competencia que se llevó a cabo en el Hípico Montecarlo de Querétaro con duración de tres días.

DÍA DE COMPETENCIA	PRUEBA	LUGAR	JINETE	CABALLO
Viernes	90 cm	5º	Rebeca Herrera	Tiffany 3M
Sábado	75 cm	4º	Angélica Aguilasocho	Allegro Tapatío
	90 cm	3º	Diego Equihua	Malinche
	100 cm	7º	Rebeca Herrera	Tiffany 3M
Domingo	75 cm	4º	Angélica Aguilasocho	Allegro Tapatío

Felicidades a Diego Equihua, Duña Naumkin, Rebeca Herrera y Angélica Aguilasocho por su gran esfuerzo, compromiso y dedicación como integrantes del representativo de Hípico Tres Marías.

Alexis Pohle

SE SUMA A NUESTRO EQUIPO

Nueva instructora de Hípico Tres Marías

Ha estado involucrada con el mundo de los caballos desde muy pequeña. Cuando tenía sólo cinco años de edad montó por primera vez en Valle de Bravo, desde entonces ha estado enamorada de la equitación.

Como alumna, entrenaba todos los días mínimo 3 horas, perfeccionado así su técnica y acrecentando sus conocimientos en la disciplina de salto. Ha participado en diversos concursos en todo el país, entre ellos los nacionales de Jalapa y Monterrey. Entre sus logros destaca el segundo lugar obtenido en el Hípico la Silla de la Sultana del Norte en la prueba de 1.30 metros.

Su entrega, tenacidad y disciplina la transmite a sus alumnos, por ello, entre sus objetivos se encuentran que los jinetes de Tres Marías superen sus límites, desarrollen su potencial y aprovechen mejor a sus caballos asistiendo en breve a competencias nacionales.

"Puedes practicar la equitación a cualquier edad, no necesitas tener experiencia. Contamos con caballos propios y las mejores instalaciones."

¡Reserva tu clase muestra!

Informes y citas en Coordinación de Hípico o al 443 428 0033, ext. 1043.

Horarios de clase

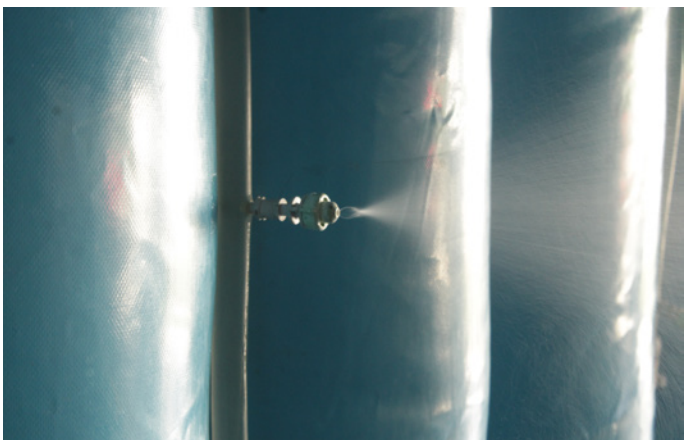
Martes a viernes
8:00 a 11:45 hrs.
15:00 a 17:45 hrs.

Sábado y domingo
9:00 a 12:45 hrs.

Disfruta de tu ronda seguro

Para que de lo único que te preocupes sea de tu juego, diariamente implementamos rigurosas medidas de sanidad e higiene en todos los espacios de tu club. El campo de golf no es la excepción, pues contamos con diversos equipos y protocolos para cuidar de tu salud.

Antes de salir al campo, se lleva a cabo la limpieza de carritos a través de un túnel descontaminante con sales cuaternarias de quinta generación, el cual reduce al máximo las bacterias y microorganismos de todas las superficies. También se coloca en cada uno de los vehículos un atomizador con esta misma sustancia para rociarlo cuantas veces desee el usuario, así como gel antibacterial para manos.



Adicionalmente, nuestros caddies deben usar de forma obligatoria, durante todo el tiempo que brinden sus servicios, cubrebocas y guantes.

Al término de la ronda, el equipo de los golfistas es limpiado e higienizado por los caddies de manera cuidadosa en su totalidad.

A pesar de todas estas acciones, tu colaboración es fundamental para seguir combatiendo al COVID-19. Recuerda usar cubrebocas en los espacios que así lo requieran, lavarte las manos constantemente y mantener unas sana distancia.

¡Sigamos cuidándonos!

Modernización de Proshop

Como parte del amplio programa de remodelación de Casa Club, se renovó por completo nuestro Proshop, con un vanguardista diseño y ambientación. Además de una mejor vista de los productos y la construcción de un espacio más acogedor, se brinda mayor comodidad a socios y visitantes con el nuevo y elegante Bar Hoyo 28 y otros espacios de servicio aledaños.

En Proshop podrás encontrar outfits de las mejores marcas, calzado, accesorios, equipos golf, gorras, maletas, bloqueadores y mucho más para disfrutar con gran clase “la ronda de tu vida”.

Para brindarte el mejor servicio, antes de salir a jugar con tu familia o invitados, recuerda seguir todas las recomendaciones que nuestro personal te sugiera para cuidar de lo más importante, tu salud.

Alumna del mes

Fabiola Álvarez

Por influencia de su hija comenzó a practicar el golf hace apenas cuatro meses, dándose cuenta en las Clínicas de Simon Snaith, profesional de nuestro club certificado por la PGA Europa, que le encanta este deporte. Por ello, entrena dos horas todos los días y sale a jugar al campo los fines de semana. Su mayor fortaleza en el juego son los fierros.

Su principal objetivo es mejorar todos los días, lo cual le ha resultado fácil, pues ella sale a divertirse con sus compañeros y profesores de golf.

Actualmente todos los integrantes de su familia han encontrado en el golf una gran disciplina, que los ayuda a recrearse, relajarse y acrecentar sus habilidades de concentración.

¡Vengan! Los invito a que aprovechen el hermoso campo de golf que tenemos. Hay un ambiente muy agradable, compañerismo y un gran equipo de profesionales con mucha experiencia y paciencia".

¡Nunca es tarde para aprender a jugar golf!

Agenda una clase muestra con nuestros profesionales. Contamos con clases particulares para ajustarnos a tu horario. Implementamos todas las medidas de seguridad y protección que marca la nueva normalidad para tu tranquilidad.

Tips del profesional

Por Simon Snaith
PGA Professional

Rutina previa a tu tiro

Para que sigas mejorando en tu juego, la constancia y la repetición son fundamentales. Te recomendamos que durante tu estancia en el Área de Práctica lleves a cabo, todos los días, esta sencilla rutina:

- Comprueba que la pelota esté estática.
- Verifique la distancia para lograr que aterrice la pelota donde deseas.
- Elige el bastón correcto para la distancia y el golpe que quieres realizar.
- Párate aproximadamente tres metros detrás de la pelota, en línea con tu objetivo, y elije un punto que se encuentre a una distancia de 30 a 40 cm. frente a la pelota, apuntando a la cara del palo.
- Visualiza el tiro que deseas realizar y comprométete 100% con esta decisión.
- Camina hacia la pelota y realiza un máximo de dos golpes de práctica.
- Dirígete a la pelota y comprueba que tu puntería y alineación sean correctas.
- Observa el objetivo una o dos veces. Golpea la pelota tres a cuatro segundos, después de configurar tu posición, para una adecuada dirección.
- La rutina de predisparo no deberá durar más de 45 segundos

¡No dejes de practicar!

HOYO 28
DRINKS & GOLF

Donde brindan y celebran los golfistas

Contamos con un nuevo centro de consumo, a unos pasos de Proshop, para que socios y visitantes se reúnan cómodamente al término de su juego, mientras disfrutan de una vista espectacular, su programa preferido en nuestras pantallas, así como de deliciosos aperitivos, botanas, bebidas o el vino favorito de sus cavas.

Puedes disfrutar de este espacio con tu familia y amigos en los siguientes horarios:

Martes a jueves
12:00 a 21:00 hrs.

Viernes
10:00 a 23:00 hrs.

Sábado
9:00 a 23:00 hrs.

Domingo
9:00 a 17:00 hrs.

Para tu tranquilidad, todos los días el área es limpiada y desinfectada, nuestro personal usa cubrebocas y cumple con las normas de sana distancia.

Mayores informes al 443 428 0033, ext. 1051.

¿Cómo hacer un pedido a domicilio?

En un horario de 9:00 a 17:00 hrs.
De martes a domingo

1 Contáctanos

- **Por teléfono 443 428 0033, ext. 1033**
- **Desde tu whattsapp al celular 443 504 5107**

2 Identifícate

(Nombre y número de acción)

Tiempo de entrega

- *Oeste 20–40 min*
- *Este 30–120 min*
- *Norte 45–60 min*
- *Sureste 30–60 min*
- *Sur 15–45 min*

Super Eats Tres Marías

Tres Marías

5 Pago

Indica tu método de pago: efectivo o tarjeta de crédito (no American Express)

3 Confirma

(Tu dirección de entrega)

Solicita Menú

(Elije los platillos con un mínimo de compra de $180 pesos)

4

- *El costo de envío es $40 por servicio (incluye bolsa ecológica).*
- *El tiempo puede variar dependiendo la distancia. No incluye propina.*

@clubdegolftresmarias

ClubdeGolfTresMarías

PROTEGE BIEN
ASESORES

Una enfermedad puede consumir tus ahorros, ¡Protege tu patrimonio!

Luis Córdova:
(443) 318 2042

26 AÑOS DE EXPERIENCIA

SEGURO DE GASTOS MÉDICOS

Somos una fábrica de soluciones que te asesora en el momento de comprar un seguro y te acompaña en el proceso de un siniestro.

Javier Córdova:
(443) 202 8122

Información y asesorías en: protegebien.com (443) 135 9275

Diseño por peram.com.mx