



Ata que doan os pés!

Actividades Deportivas

Campus de Ourense

2016/2017

activ@ ^
saudable +
happy ☺

Que son os Muvers?

Os muvers son unha xeración de persoas que se preocupan por coidar o seu corpo, ser máis activos, estar máis saudables e acadar a felicidade no seu benestar físico e mental.

Como recoñecer a un muver?

- Un muver preocúpase por manterse saudábel
- Un muver practica deporte
- A un muver gústalle viaxar
- Un muver é moi activo
- Un muver coída os seus hábitos
- A un muver gústalle a aventura
- Un muver é competitivo
- Un muver sabe traballar en equipo
- Un muver comprométese co seu estilo de vida sano
- Un muver busca a felicidade diariamente

MUVERS
GO!

CAMPUS OURENSE

Área De Benestar, Saúde e Deporte

Actividades sala cardio fitness
Escolas deportivas: bailes, hipopresivos, Tai Chi, pilates, Aikido, volei, natación, tenis, xadrez
Adestramento personalizado
Ligas e competicións internas
Servizos médicos e de fisioterapia
Préstamo de material deportivo
Equipos federados (Baloncesto, rugby, tenis, xadrez)
Instalacións deportivas: tenis, tenis de mesa, squash, campos de fútbol, pista polideportiva, pista de atletismo, ...

CDU-AQA Ourense:

Nado libre
Sala cardio-fitness
Actividades dirixidas de auga e de seco

Ourense CIDADE

Sabrosura
Saraiba
AQA Ourense
Club Ourense Atletismo

CONTORNA NATURAL

Augaventura Campus Mar Life (outono e primavera): surf, kaiak, rafting, windsurf, flyboard, wakeboard...
Orientación e xeochaching
Rutas culturais
Viaxes á neve

TIPOS DE USUARIAS E USUARIOS



- A** Persoas pertencentes á comunidade universitaria: alumnado, PDI e PAS
- B** Cónxuxes ou persoas en análoga relación de convivencia e fillos ou fillas do PAS ou do PDI da Universidade de Vigo
- C** Persoas tituladas pola Universidade de Vigo (alumni)
- D** Persoas físicas alleas á comunidade universitaria Uvigo

ABONOS DA ÁREA DE BENESTAR, SAÚDE E DEPORTE

Tipo de usuario/a



		A	B	C	D
Abono básico Vestuarios e taquillas	<i>Cuadrimestral</i>	0 €	10 €	20 €	
	<i>Anual</i>	0 €	15 €	30 €	
	<i>Verán</i>	0 €	5 €	10 €	
Tarxeta Deportiva Universitaria (TDU): sala cardio-fitness, actividades dirixidas, tenis de mesa, e descontos en Escolas Deportivas, Auga-ventura e servizos de saúde.	<i>Cuadrimestral</i>	35 €	50 €	100 €	
	<i>Anual</i>	60 €	90 €	180 €	
	<i>Verán</i>	10 €	15 €	30 €	
Tarxeta Ponte en Forma (PEF): vantaxes da Tarxeta Deportiva Universitaria + programas de exercicio físico personalizado e valoración médico-deportiva	<i>Cuadrimestral</i>	60 €	–	–	
	<i>Anual</i>	110 €	–	–	

Inscricións

En calquera momento do ano a través de: www.deporxest.uvigo.es

Duración dos abonos

- *Anual*: do 1 de setembro ao 31 de agosto
- *1ª cuadrimestre*: do 1 de setembro ao 15 de xaneiro
- *2ª cuadrimestre*: do 16 de xaneiro ao 31 de maio
- *Verán*: do 1 de xuño ao 31 de agosto

ACTIVIDADES DIRIXIDAS PARA PERSOAS ABONADAS

Horario	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
12.00	Stretching	Abdominais express	Stretching	Abdominais express	Stretching
16.00	Ciclo indoor*		Ciclo indoor*		
16.30		Hipopresivos**		Hipopresivos**	
19.30	Circuit Fit		Circuit Fit		
20.30	Zumba	Power dumbell	Zumba	Funcional Training	
21.15	Ciclo indoor*	Ciclo indoor*	Ciclo indoor*	Ciclo indoor*	

Estas actividades serán impartidas nas instalacións deportivas do Campus de Ourense, e serán gratuítas para persoas posuidoras dunha TDU ou do abono correspondente.

*Para participar nestas actividades será preciso facer a correspondente reserva de praza, cun máximo de 24 horas de antelación, para cada un dos días nos que se imparta esta actividade en: Miña Conta / Histórico / Bonos-Entradas / Nova sesión ou tamén en Instalacións / Ourense / Zona de Ciclo Indoor / Sesión

Estas actividades e horarios poderán experimentar cambios ao longo do curso académico coa fin de adaptarse á demanda real das persoas usuarias ou a outras necesidades sobrevidas do servizo. Este tipo de cambios non dará dereito á devolución de taxas.

ESCOLAS DEPORTIVAS

Horario	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
16.00	#Tenis perfeccionamento		#Tenis iniciación		
18.00	Tenis nenos 7 a 11 anos		Tenis nenos 7 a 11 anos		
	Fortalecemento de costas		Fortalecemento de costas		
19.00	Tenis nenos 12 a 15 anos	#Xadrez***	Tenis nenos 12 a 15 anos		
20.00	Aikido		Circuit Fit		
	#Rugby*		#Rugby*		
20.15		#Tenis iniciación		#Tenis iniciación	
20.30		MMA		MMA	
21.00		Fútbol Gaélico			
22.00	#Volei*		Fútbol Gaélico		

Actividades con Créditos ECTS

* Para participar nas escola de Rugby, Volei e Xadrez será preciso estar en posesión dunha TDU ou do abono correspondente, e rexistrarse previamente na aplicación web.

Periodos:

1º cuad.: do 26 de setembro ao 22 de decembro e do 9 ao 21 de xaneiro.

2º cuad.: do 23 de xaneiro ao 8 de abril e do 17 de abril ao 26 de maio.

Inscripcións: a partir do 12 de setembro.

Prezo: 50 €cuadrimestre e 90 €anual

Agás Tenis infantil:

Familiares comunidades universitaria: 50 €cuadrimestre; 90 €anual

Usuarios alleos a comunidade universitaria: 80 €cuadrimestre; 140 € anual, esta taxa inclúe a ficha federativa.

SERVIZOS DE MEDICINA E FISIOTERAPIA

Tipo de usuario/a



Medicina deportiva	Consulta informativa	0 €	-
	Rev. médico-deportiva básica	30 €	-
	Rev. médico-deportiva avanzada	40 €	-
	Consulta dietética	30 €	-
	Consulta puntual (lesión, antropometría, ...)	20 €	-
Fisioterapia	1 Sesión	20 €	-
	Bono 5 sesiones (1 ano de caducidade)	75 €	-

INSTALACIÓNS DEPORTIVAS



988 387 198

Horario

De setembro a xuño:

De luns a venres: de 8.00 a 23.30 h

sábados: de 10.00 a 14.00 e de 16.00 a 21.00 h,

domingos: de 10.00 a 14.00 e de 16.00 a 20.00

Xullo, Semana Santa e Nadal:

De luns a venres: de 9.00 a 21.00 h

sábados: de 10.00 a 14.00 e de 16.00 a 21.00 h,

domingos: de 10.00 a 14.00 e de 16.00 a 20.00

Agosto:

De luns a venres de 8.30 a 20.30 h.,

sábados e domingos: pechado

ENTRADAS INDIVIDUAIS

Multideporte: sala cardio – fitness e pista de atletismo

Escolas: Ciclo Indoor, Artes Marciais Mixtas e Volei

Tipo de usuario/a

A **B** **C** **D**

	A	B	C	D
Entrada 1 uso (2h)	1,5 €	2 €	4 €	
Bono 5 usos	6 €	8 €	16 €	
Bono 10 usos	10 €	14 €	28 €	

Pista de atletismo

Tipo de usuario/a

A **B** **C** **D**

	A	B	C	D
Entrada 1 uso (2h)	0 €	1 €	2 €	
Bono 5 usos	0 €	4 €	8 €	
Bono 10 usos	0 €	7 €	14 €	

RESERVAS PARA USO COLECTIVO

Tipo de usuario/a

A

B

C

D

<i>Pista polideportiva cuberta</i>	Enteira (1h)	Ordinario	0€	10€	20€
		Especial	0€	12,5€	25€
	Lateral (1h)	Ordinario	0€	5€	10€
		Especial	0€	7,5€	15€
<i>Campos de herba</i>	Enteira (1h)	Ordinario	0€	12,5€	25€
		Especial	0€	15€	30€
	Metade (1h)	Ordinario	0€	10€	15€
		Especial	0€	15€	20€
<i>Pista de tenis (1h)</i>			0€	2,5€	5€
<i>Tenis de mesa (1h)</i>			0€	1,5€	3€
<i>Pista de atletismo</i>			0€	10€	20€
<i>Aulas (1h)</i>			0€	5€	10€
<i>Sala de actividades dirixidas (1h)</i>			0€	5€	10€

2 Para aplicar as taxas tipo A, B ou C todas as persoas deberán pertencer a dito colectivo.


3 Horario ORDINARIO: luns a venres de 9.00 a 20.00 h.

Horario ESPECIAL: luns a venres a partir das 20.00 h e fins de semana.

4 Nas reservas destinadas a usos non relacionados coa actividade física e o deporte así como para a organización de espectáculos deportivos repercutirase o IVE correspondente do 21 %.

CONSELLO MUNICIPAL DE DEPORTES

Pavillón dos Remedios, Avda. de Pardo de Cela nº2

 988 370 539

Natación práctica libre


Prezo Curso completo: **50 €**

luns a venres de 7.00 h a 17.00 h

*O horario de acceso para a modalidade de Natación práctica libre será:
Do 1 de setembro de 2016 ao 31 de xullo de 2017*

INSTALACIÓNS DO CDU AQA OURENSE

Campus universitario

 988 101 717

Natación (iniciación)

Prezo por período: **50 €**

Prezo curso completo: **90 €**

Grupo A: luns e mércores de 8.15 a 9.00 h

Grupo B: luns e mércores de 9.00 a 9.45 h

Grupo C: luns e mércores de 13.15 a 14.00 h

Grupo D: luns e mércores de 15.15 a 16.00 h

Grupo E: martes e xoves de 8.15 a 9.00 h

Grupo F: martes e xoves de 9.00 a 9.45 h

Grupo G: martes e xoves de 16.00 a 16.45 h

Natación (Perfeccionamento)

Prezo por período: **50 €**

Prezo curso completo: **90 €**

Grupo H: luns e mércores de 8.15 a 9.00 h

Grupo I: luns e mércores de 9.00 a 9.45 h

Grupo J: luns e mércores de 13.15 a 14.00 h

Grupo K: luns e mércores de 15.15 a 16.00 h

Grupo L: martes e xoves de 8.15 a 9.00 h

Grupo M: martes e xoves de 9.00 a 9.45 h

Grupo N: martes e xoves de 16.00 a 16.45 h

Aquagym

Prezo por período: **50 €**


Prezo curso completo: **90 €**

Grupo A: martes e xoves de 11.00 a 11.45 h

Grupo B: martes e xoves de 14.00 a 14.45 h

DINAMIC CENTER

Rúa Emilia Parto Bazán, n.º 18 baixo

 988 239 937

Taichi-Kung

Prezo por período: **50€**

Prezo curso completo: **90€**

Grupo A: luns e mércores de 8.00 a 9.00 h

Grupo B: martes e xoves de 19.00 a 20.00 h

Grupo C: martes e xoves de 20.00 a 21.00 h

Grupo D: martes e xoves de 21.00 a 22.00 h

Wu Shu

Prezo por período: **50€**

Prezo curso completo: **90€**

Grupo A: luns e mércores de 19.00 a 20.00 h

Pilates

Prezo por período: **50€**

Prezo curso completo: **90€**


Grupo A: luns e mércores de 10.00 a 11.00 h

Grupo B: martes e xoves de 21.00 a 22.00 h

Grupo C: luns e mércores de 21.00 a 22.00 h

MARBEL

Rúa Cardenal Quevedo n.º 18 baixo

 988 239 958

Aerobic

Prezo por período: **50€**

Prezo curso completo: **90 €**

Grupo A: luns e mércores de 09.00 a 10.00 h

Grupo B: luns e mércores de 17.00 a 18.00 h

Defensa personal Jiu-Jitsu

Prezo por período: **50€**

Prezo curso completo: **90 €**

Grupo A: martes e xoves de 21.30 a 22.30 h

Grupo B: martes e xoves de 11.00 a 12.00 h

Grupo C: martes e xoves de 21.30 a 22.30 h

Judo

Prezo por período: **50€**

Prezo curso completo: **90 €**

Grupo A: luns e mércores de 21.30 a 22.30 h

Compre facer ficha federativa, que correrá a cargo do deportista

Pilates

Prezo por período: **80€**

Prezo curso completo: **140 €**

Grupo A: martes e xoves de 19.30 a 20.30 h (novidade)

Grupo B: martes e xoves de 20.30 a 21.30 h

Debido a que o número de participantes por grupo é moi reducido, débese consultar a dispoñibilidade de praza con carácter previo a formalización da inscrición na web.

Plataforma vibratoria

De Luns a venres

*Opción A: 25 sesións con cita previa por **65 €***

*Opción B: 50 sesións con cita previa por **105 €***

TRX adestramento en suspensión

De Luns a venres

*Opción A: 25 sesións con cita previa por **65 €***

*Opción B: 50 sesións con cita previa por **105 €***

Pilates Reformer

Prezo por período: **50€**

Prezo curso completo: **90 €**

Grupo A: Martes e xoves de 9.00 a 10.00 h

Grupo B: Martes e xoves de 12.00 a 13.00 h

XIMNASIO 2000

Rúa Erdevelo 11, 2ª soto



988 227 523

Pilates

Prezo por período: **50€**

Prezo curso completo: **90 €**

Grupo A: martes e xoves de 20.30 a 21.30 h

Ximnasia Abdominal Hipopresiva

Prezo por período: **50€**

Prezo curso completo: **90 €**

Grupo A: martes e xoves de 20.30 a 21.30 h

A práctica dos exercicios hipopresivos provoca a medio e longo prazo, efectos positivos para a saúde, a nivel postural, respiratoria, vascular e sexual, sendo moi efectivo na prevención das hernías anatómicas en particular na muller, no campo de descenso dos órganos pelvianos e da incontinencia urinaria. Outros beneficios son a tonificación da faixa abdominal e retificación das curvas da columna ou rehabilitación Postparto

Adestramento Persoal Fitness

Prezo por período: **50 €**

Prezo curso completo: **90€**

De luns a venres 3 sesións a convir con monitor

Horario de mañás: 10.00 a 14.00 h

Horario de tardes: 17.00. a 22.00 h

TRX adestramento en suspensión

Prezo por período: **50 €**

Prezo curso completo: **90€**

Luns e mércores de 20.30 a 21.30 h

ACTIVIDADES CON RECOÑECIMIENTO ACADÉMICO (ECTS)


- Escolas deportivas de xadrez, tenis, natación, volei e rugbi
- Programa Ponte en forma
- Programa de rutas culturais
- Participación en competicións en representación da Universidade de Vigo
- Colaboración en eventos: HappyGoRunning, Trofeo Uvigo orientación...
- Programa UTOP - Deporte e liderado: responsables de equipos das ligas universitarias, dinamizadores de centros, proxectos deportivos...

REQUISITOS PARA O RECOÑECIMIENTO DE CRÉDITOS

- Será necesario acadar un total de 30 horas de práctica (en cómputo anual) para obter o recoñecemento de cada crédito ECTS (ou 2 créditos de libre elección)
- No caso do programa Ponte en forma, os requisitos serán manter unha media de dúas asistencias semanais á sala cardio-fitness da Área de Benestar, Saúde e Deporte durante as dezaseis semanas de duración da actividade, seguir o programa de exercicio físico personalizado que lle sexa prescrito por parte do persoal técnico e realizar as dúas revisións médico- deportivas (inicial e final) incluídas no programa
- Os créditos poderán acadarse unha soa vez por cada actividade
- No programa de rutas culturais concederanse 7,5 horas ECTS por cada ruta dun día de duración e 15 horas ECTS polas de dous días de duración
- Unha vez que se remate a actividade, e baixo a solicitude previa do alumno ou alumna, a Área de Benestar, Saúde e Deporte expedirá un certificado de asistencia que a persoa interesada deberá presentar a continuación na secretaría de alumnado do seu centro de estudos para obter a validación dos créditos no seu expediente académico

CDU AQA OURENSE - PISCINA UNIVERSITARIA

Campus A Lonia - s/n

 988 387 198

Piscina, dala cardio fitness, sala de musculación, actividades dirixidas
988 101 717

Horarios

Horario de apertura ordinario (setembro a xuño)

De luns a venres: de 7.30 h a 22.30 h

Sábados: de 10.00h a 14.00 h e de 18.00h a 22.30 h

Domingos e Festivos: de 10.00h a 14.00 h

Horario de apertura no verán (xullo e agosto)

De luns a venres: de 8.00h a 13.30h e de 18.00 a 22.00h

Sábados: de 9.00h a 15.00h

Domingos e festivos: pechado

Abonos

Abono universitario anual matinal

Prezo anual: **105 €**

De luns a venres de 7:30 a 16:00 h

Acceso ás piscinas e zona relax

Acceso á sala de actividades (pilates, GAP, Body Tonic, AQA gym, Aeróbic, Step, Tonificación...)

Acceso á sala fitness

Curso de natación incluído no abono

Abono universitario mensual matinal *

Prezo mensual: **14,56 €**

De luns a venres de 7:30 a 16:00 horas.

Acceso ás piscinas e zona relax...

Acceso á sala de actividades (Pilates, GAP, Body Tonic, Aquagym, Aeróbic, Step, Tonificación)

Acceso á sala fitness

Curso de natación incluído no abono

Abono universitario mensual completo *

Prezo mensual: **30,67 €**

De luns a venres de 7.30 a 22.30 h

Sábados de 9.00 a 14.00 h e de 18.00 a 22.00 h, domingos e festivos de 10:00 a 14:00 h

Acceso ás piscinas e zona relax

Acceso á sala de actividades (pilates, GAP, Body Tonic, AqAgym, Aerobic, Step, Tonificación)

Acceso á sala fitness

Curso de natación incluído no abono

Abono universitario mensual mediodía *

Prezo por período: **11,50 €**

Acceso na franxa horario de luns a venres de 13.00 a 16.00 h.

Acceso ás piscinas e zona relax

Acceso á sala de actividades (pilates, GAP, Body Tonic, AQA gym, Aerobic, Step, Tonificación)

Acceso á sala fitness.

Curso de natación incluído no abono

Entrada diaria Universitaria*

Prezo: **2,55 €**

De luns a venres de 07.30 a 22.30 h.

Sábados de 9.00 a 14.00 h. e de 18:00 a 22:00 h., domingos e festivos de 10.00 a 14.00

Acceso ás piscinas e zona relax

Acceso á sala fitness

**O usuario deberá acreditar que pertence a Comunidade Universitaria e facer o pago directamente no complexo deportivo de AQA*


CENTROS DEPORTIVOS ABERTOS

HORARIOS ACTIVIDADES SEPTIEMBRE

LUNS			MARTES			MÉRCORES			XOVES			VENRES		
Hora	Actividade	Sala	Hora	Actividade	Sala	Hora	Actividade	Sala	Hora	Actividade	Sala	Hora	Actividade	Sala
9.00	Pilates ☪	I	9.00	Step ❤️	I	9.00	Pilates ☪	I	9.00	GAP ↔️❤️	I	9.00	Pilates ☪	I
10.00	Aqagym ❤️	PP	10.00	Total Core ↔️❤️	I	10.00	GAP ↔️❤️	I	10.00	Zumba ❤️	I	10.00	Functional ↔️❤�	I
							Aqagym ❤️	PP						
11.00	GAP ↔️❤️	I	11.00	Pilates ☪	I	11.00	Zumba ❤️	I	11.00	Pilates ☪	I	11.00	Cicling ↔️❤️	2
			11.00	Aqagym ❤️	PP					11.00	Aqagym ❤️			
14.00	Zumba ❤️	I	14.00	Aqagym ❤️	PP	14.00	Zumba ❤️	I	14.00	Aqagym ❤️	PP			
18.00	Body Tonic ↔️❤️	I	18.00	Pilates ☪	I	18.00	Step ❤️	I	18.00	GAP ↔️❤️	I	18.00	Pilates ☪	I
19.00	Total Core ↔️❤️	I	19.00	GAP ❤️	I	19.00	Body Tonic ↔️❤️	I	19.00	Step ❤️	I	19.00	Zumba ❤️	I
20.00	Cicling ↔️❤️	I	20.00	Cicling ↔️❤️	I	20.00	Cicling ↔️❤️	2	20.00	Cicling ↔️❤️	2	20.00	Aqazumba ❤️	PP
20.00	Aqagym ❤️			Step ❤️			20.00	Aqa Runners ❤️						
20.15	Zumba ❤️	PP	20.15	Aqazumba ❤️	I	20.15	Aqagym ❤️	PP	20.15	Aqagym ❤️	PP	20.15	Functional ↔️❤�	I
							20.15							
21.15	GAP ↔️❤️	I	21.15	Body Tonic ↔️❤️	I	21.00	Functional ↔️❤�	I	21.00	Zumba ❤️	I	21.15	GAP ↔️❤️	I

SARAIBA

Rúa Concordia nº205 dereita

 988 619 896

Prezo por período: **80 €**

Prezo curso completo: **140 €**

Ioga

Pago directo no ximnasio

Grupo A: LUNSE MERCORES de 21:00 a 22:15 h

Ioga e Pilates durante o Embarazo

Pago directo no ximnasio

Grupo A: luns e mércores de 19.00 a 20.00 h

Pilates

Pago directo no ximnasio

Grupo A: martes e xoves de 10.00 A 11.00 h

Grupo B: martes e xoves de 18.00 a 19.00 h

Grupo C: martes e xoves de 20.00 a 21.00 h

Grupo D: martes e xoves de 21.00 a 22.00 h

Pilates con rapaces ou bebés

Pago directo no ximnasio

Grupo B: luns e mércores 18.00 A 19.00 h

SABROSURA

Rúa Benito Viceto nº12

📞 988 105 515

Acceso Fitness + actividades dirixidas (zumba, aeróbic, step, GAP, tonificación, pilates etc.)

Prezo por cuatrimestre: **120 €**

Prezo curso completo **180 €**

Acceso libre aeróbic, step, tonificación...

Acceso de luns a venres mañá e tarde - 20 horas de fitness a semana. (consultar horarios no ximnasio).

Street e Break Dance

Prezo por cuatrimestre: **45 €**

Prezo curso completo **85 €**

Grupo A: martes de 19.00 a 20.00 h

Bailes latinos

1 día a semana

Prezo por cuatrimestre: **45 €**

Prezo curso completo **85 €**

Iniciación grupo A: luns e xoves de 21.00 a 22.00 h

Iniciación grupo 2: xoves de 20.00 a 21.00 h

Iniciación grupo 3: venres de 21.00 a 22.00 h

Inic/intermedio: mércores de 21.00 a 22.00 h

Intermedio grupo A: martes de 20.00 a 21.00 h

Intermedio grupo B: venres de 20.00 a 21.00 h

Intermedio grupo C: luns e mércores de 21.00 a 22.00 h

Bachata avanzado: luns de 20.00 a 21.00h

Salsa avanzado: mércores de 20.00 a 21.00 h

Bachata/salsa avanzado: martes de 21.00 a 22.00 h

Kizomba intermedio: xoves 21.00 a 22.00 h

Estilo chicas iniciación: venres de 21.00 a 22.00 h

Estilo chicas avanzado: venres de 22.00 a 23.00 h

2 días a semana


Prezo por cuatrimestre: **80 €**

Prezo curso completo **130 €**

Latinos Iniciación: luns e xoves de 21.00 a 22.00 h

ESCOLA OURENSE ATLETISMO

Pavillón dos Remedios – Rúa Pardo de Cela, 2

 escuela@clubourenseatletismo.es

Prezo por período: **80 €**

Prezo curso completo: **140 €**

Escola Atletismo para nenos

Lugar: Pista de Atletismo campus universitario e modulo cuberto de atletismo no Pavillón dos Remedios

Prezo curso completo **105 €***

Grupo A: Martes e xoves: de 18.30 a 19.30 h

Prezo curso completo **125 €***

Grupo B: Martes, xoves e venres: de 18.30 a 19.30 h (a partir de infantil)

Escola Atletismo senior

Lugar: Pista de Atletismo campus universitario e modulo cuberto de atletismo no Pavillón dos Remedios

Prezo curso completo **125 €****

Martes, xoves e venres: de 18.30 a 19.30 h

**Prezo para fillos de membros da comunidade universitaria, para os demais haberá que sumarlle o importe da ficha federativa.*

Para membros da comunidade universitaria, o prezo para os externos é de **150 €

NORMAS DO PROGRAMA DE CENTROS DEPORTIVOS ABERTOS

1. Persoas destinatarias

Só para a comunidade universitaria (alumnado, PDI e PAS)

2. Duración da actividade

- Primeiro período: do 1 de setembro ao 15 de xaneiro
- Segundo período: do 16 de xaneiro ao 31 de maio
- Verán: do 1 de xuño ao 31 de agosto
- Anual: do 1 de setembro ao 31 de agosto

3. Procedemento de inscrición

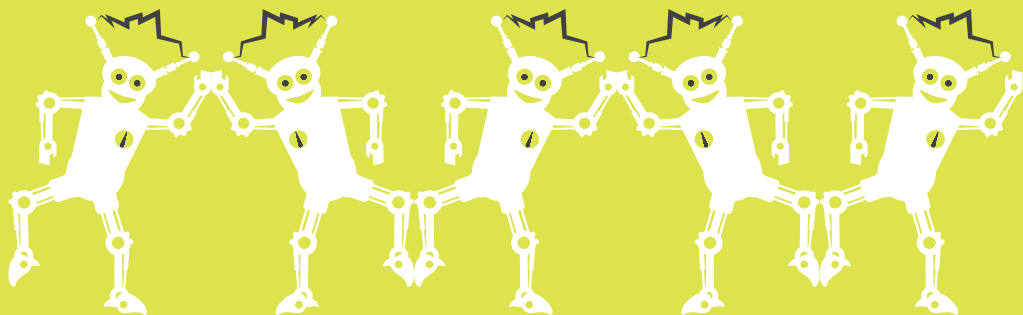
1. Realizar a preinscrición a través de www.deporxest.uvigo.es para acreditar a condición de comunidade universitaria
2. Realizar o pagamento no centro deportivo escollido

4. Outras consideracións

- Os centros deportivos colaboradores asumirán a dirección técnica das actividades e eventos, segundo a súa propia metodoloxía e por medio do seu propio persoal quedando libre a Universidade de Vigo de calquera responsabilidade relativa a organización e desenvolvemento
- Recoméndase confirmar previamente cos centros as condicións, horarios e características das diferentes actividades e servizo ofertados

Actívate

con nós!



Área de Benestar, Saúde e Deporte *Campus de Ourense*

Campus de Ourense
Campus Sur,
A Lonía s/n 32004 Ourense
Tfno.: 988 38 71 98 - 988 36 89 26
depor-ou@uvigo.es
De luns a venres de 9.00 a 14.00 h
Martes e xoves de 16.15 a 18.00 h

Consulta toda a información en:

www.deportes.uvigo.es

www.facebook.com/muversuvigo

<https://twitter.com/MuversUvigo>

<https://instagram.com/muversuvigo/>

https://youtube.com/c/MuversUvigo_