

Móllate

con nós!



AUGA VEN TURA



Outono 2016

saudable +
happy ☺
activ@ ^



Área de
Benestar, Saúde e Deporte

UniversidadeVigo



CAMPUS DO MAR
KNOWLEDGE IN DEPTH

**MUVERS
GO!**

Poden tomar parte no programa

Só os membros da comunidade universitaria (alumnado, PDI e PAS) e das institucións que forman parte da Agrupación de I+D do Campus do Mar

Período de matrícula

Segundo o grupo márcanse distintas datas límite de inscrición

Procedemento de inscrición e pagamento

1º Realizar a inscrición en www.deportes.uvigo.es

2º Efectuar o pagamento:

- En liña, en www.deportes.uvigo.es mediante a tarxeta bancaria
- Presencialmente, nas entidades bancarias colaboradoras (Santander, Abanca e CaixaBank) presentando a folla de pagamento

Outras consideracións

- Na modalidade de ingreso por folla de pagamento haberá un prazo de 48 horas para realizalo dende o momento da inscrición. De non facelo, perderase o dereito de matrícula
- Non se admitirá ningunha inscrición que non aporte toda a documentación solicitada
- Non se permitirá outra posibilidade que a inscrición telemática
- Todas as actividades teñen un número de prazas limitado e o sistema non permitirá realizar o pagamento bancario se as prazas xa están cubertas
- Só se devolverán as taxas no caso de anularse a actividade ou por motivos de forza maior que así o xustifiquen
- Para calquera dúbida ou cuestión, escribir un email a deportes@uvigo.es

BAUTISMOS DE SURF



Entidade colaboradora: Prado Surf Escola

Lugar de celebración: praia Patos (Nigrán)

Prezos: 3 € Voluntariado Campus Mar-TDU, 5 € Resto Comunidade Universitaria

Datos da empresa colaboradora: www.pradosurfescola.com

Horario: a actividade comeza ás 16.00. Dura aproximadamente 2 horas

Transporte: non incluído. Autobuses ATSA www.atsahorarios.com/entrebaivigo.php

Periodicidade	<i>Grupo</i>	<i>Data</i>	<i>Límite inscrición</i>
	1	Domingo 2 de outubro	23 de setembro
	2	Domingo 9 de outubro	30 de setembro

Información precisa: os bautismos de Surf realizaranse en horario de 16.00 a 18.00 horas. O punto de encontro é a sede de Prado Surf Escola na Praia de Patos (Nigrán), é un local de madeira que está ao pé da praia, segundo se baixa pola estrada verase a man dereita, ten un rótulo no que figura: ESCOLA GALEGA DE SURF

Ubicación exacta: goo.gl/maps/U2ufNqaYASz

Así mesmo e para os que utilicen transporte público para chegar á praia, a empresa que chega desde Vigo é ATSA, débese coller a liña que marca PANXON C.VIA dirección a Baiona e que sae desde a Estación de Autobuses de Vigo con paradas nas rúas Gran Vía e Florida, neste enlace pódense ver os horarios en: www.atsahorarios.com/entrebaivigo.php

Material Necesario: levar un bañador ou bikini, chanclas, útiles de ducha e toalla. O resto do equipamento ponolo a empresa

RAFTING



Entidade colaboradora: Arrepións

Lugar de celebración: río Miño (Arbo). Dificultade media

Prezos: 10 € Voluntariado Campus Mar-TDU, 15 € Resto Comunidade Universitaria

Datos da empresa colaboradora: www.arrepions.com

Horario: a actividade comeza ás 10.30. Dura aproximadamente 4 horas

Transporte: incluído. O autobús sairá ás 9.00 dende Nakasa Interiorismo na Praza de Galicia de Pontevedra; e ás 9.30 do nº 52 do Areal de Vigo. Retorno ás 14.00 aprox.

Información complementaria: traerase bañador, toalla, tenis para mollar e útiles de ducha, o resto do equipo pono Arrepions. É obrigatorio saber nadar e ser maiores de 18 anos. Os guías son titulados e as actividades realízanse baixo unha póliza de R. Civil e accidentes

Agasallo: Arrepións agasallará aos participantes cun CD (só un para todo o grupo) coas fotos da actividade, que logo poderán copiar e distribuir

Cómo chegar: collerase, na A-52, a saída 291. Seguimos á dereita, dirección As Neves e continuamos cara Arbo, aquí entraremos na PO-400, sinalizada con postes quilométricos. No km 15,5 xirar á dereita cara ao polígono industrial e ao final deste, en Plásticos Carrera, estará a empresa esperando

Periodicidade	<i>Grupo</i>	<i>Data</i>	<i>Límite inscrición</i>
	1	Venres 30 de setembro	21 de setembro
	2	Venres 7 de outubro	28 de setembro

RUTA ILLA SAN SIMÓN (Kaiak+Andaina+Snorkel)



Entidade colaboradora: Marexada

Lugar de celebración: proximidades illa San Simón. Dificultade baixa

Prezos: 7 € Voluntariado Campus do Mar-TDU, 10 € Resto Comunidade Universitaria

Datos empresa colaboradora: www.marexada.es

Horario: a actividade comeza ás 10.30. Os participantes deben estar ás 10.00 no aparcadoiro da praia de Cesantes para o reparto de material e explicación da actividade. Dura aprox. 2 horas

Transporte: non incluído. Autos González cubre a liña Vigo-Redondela-Vigo con saídas dende o Areal: goo.gl/nQPBI

Materiais: traer chanclas, bañador e toalla. O resto do material corre a cargo da empresa

Información complementaria: a actividade consiste nunha travesía en kaiak pola Enseada de San Simón realizando diferentes paradas de interese. Visitaremos as dependencias da Illa a través dun percorrido guiado polas súas instalacións. Para acabar faremos unha parada nos illotes de San Bartolomé e San Norberto para realizar buceo de superficie (snorkel)

Periodicidade	<i>Grupo</i>	<i>Data</i>	<i>Límite inscrición</i>
	1	Sábado 8 de outubro	29 de setembro

WAKEBOARD



Entidade colaboradora: Tierra y Mar

Lugar de celebración: proximidades do Liceo Marítimo de Bouzas (Vigo)

Prezos: 7 € Voluntariado Campus Mar-TDU, 10 € Resto Comunidade Universitaria

Datos da empresa colaboradora: www.tierraymar.net

Horario: comezará a partir das 10.00. Indicarase previamente a cada participante a hora exacta da súa actividade. Dura 20 minutos aproximadamente

Transporte: non incluído

Material: bañador, toalla, chanclas e útiles de ducha. O resto corre a cargo da empresa

Información complementaria: á hora concertada o grupo terá que estar nas instalacións do Liceo Marítimo de Bouzas, onde se lles dará o material preciso e unhas pequenas nocións teóricas, a continuación comezará a práctica nunha praia próxima. É obrigatorio saber nadar e ser maior de 18 anos. Recordarlles que os instructores son titulados e as actividades realízanse baixo unha póliza de R. Civil e accidentes

Seguridade: actividade totalmente desaconsellada para mulleres embarazadas, persoas con patoloxías graves de costas ou pescozo, otite, e luxacións de ombreiros ou xeonllos

Periodicidade	<i>Grupo</i>	<i>Data comenzo</i>	<i>Límite inscrición</i>
	1	Domingo 9 de outubro	30 de setembro

WINDSURF



Entidade colaboradora: Tierra y Mar

Lugar de celebración: proximidades do Liceo Marítimo de Bouzas (Vigo)

Prezos: 7 € Voluntariado Campus Mar-TDU, 10 € Resto Comunidade Universitaria

Datos da empresa colaboradora: www.tierraymar.net

Horario: comezará ás 16.00. Dura 2 horas e media aproximadamente

Transporte: non incluído

Material: bañador, toalla, chanclas, tenis para mollar e útiles de ducha. O resto pono a empresa

Información complementaria: á hora concertada o grupo terá que estar nas instalacións do Liceo Marítimo de Bouzas, onde se lles dará o material preciso e unhas pequenas nocións teóricas, a continuación comezará a práctica nunha praia próxima. É obrigatorio saber nadar e ser maiores de 18 anos. Recordarlles que os instructores son titulados e as actividades realízanse baixo unha póliza de R. Civil e accidentes

Periodicidade	<i>Grupo</i>	<i>Data comenzo</i>	<i>Límite inscrición</i>
	1	Martes 27 de setembro	17 de setembro

FLYBOARD



Entidade colaboradora: Tierra y Mar

Lugar de celebración: proximidades do porto deportivo de Moaña

Prezos: 12€ Voluntariado Campus Mar-TDU, 18€ Resto Comunidade Universitaria

Datos da empresa colaboradora: www.tierraymar.net

Horario: comezará a partir das 10.00. Indicarase previamente a cada participante a hora exacta da súa actividade. Dura 20 minutos aproximadamente

Transporte: non incluído. Existe a posibilidade de utilizar a tarxeta Vitrasa.

A empresa Nabia Naviera cubre o traxecto por mar Vigo-Moaña-Vigo:

www.piratasdenabia.com/linea-regular-moana-vigo

Material: bañador, toalla, chanclas e útiles de ducha, o resto pono a empresa

Información complementaria: á hora concertada o grupo terá que estar nas proximidades do porto deportivo de Moaña, onde se lles dará o material preciso e unhas pequenas nocións teóricas. É obrigatorio saber nadar e ser maiores de 18 anos. Recordarlles que os instructores son titulados e as actividades realízanse baixo unha póliza de R. Civil e accidentes

Seguridade: actividade totalmente desaconsellada para mulleres embarazadas, persoas con patoloxías graves de costas ou pescozo, otite, e luxacións de ombreiros ou xeonllos

	<i>Grupo</i>	<i>Data</i>	<i>Límite inscrición</i>
Periodicidade	1	Sábado 1 de outubro	22 de setembro
	2	Sábado 8 de outubro	29 de setembro

MUVERS GO!



LÁNZATE A
AUGAVENTURA
2016

Servizo de Deportes Campus de Vigo

As Lagoas, Marcosende
Tfno.: 986 812 182
Fax: 986 814 061
deportes@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
<https://www.facebook.com/muversuvigo>
<https://twitter.com/MuversUvigo>
<https://instagram.com/muversuvigo/>
https://youtube.com/c/MuversUvigo_
www.muvers.es

Campus do Mar Campus de Vigo

Praza Miralles, local 7
Tfno.: 986 130 000
info@campusdomar.es
@campusdomar
facebook.com/campusdomar



*Proxecto financiado polo Ministerio de
Educación no marco do programa Campus
de Excelencia Internacional*

www.campusdomar.es