



Programa de actividades

El programa deportivo Universitario está dirigido a toda la comunidad universitaria UVa, estudiantes pre-universitarios (2º bachiller y ciclos formativos) y egresados UVa

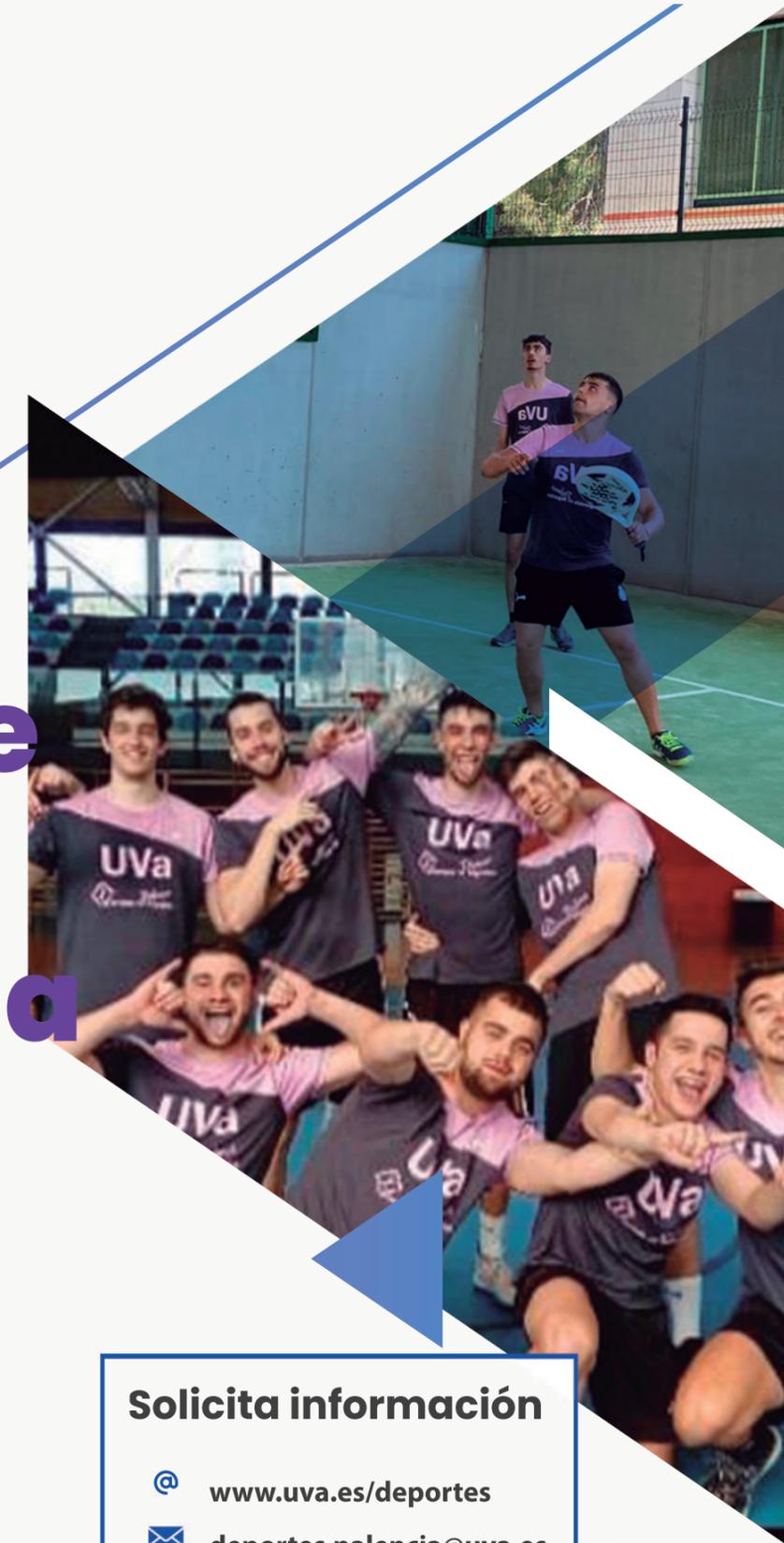
ACTIVIDADES FÍSICAS DIRIGIDAS GIMNASIO CAMPUS DE LA YUTERA (edificio principal)				
ACTIVIDAD	PLAZAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PRECIO
FITNESS TOTAL	15	L-Mi 19:00 - 20:00	Gimnasio Campus Palencia	Cuota cuatrimestre 45€/cuota anual 80€, socio del servicio de deportes (posesión tarjeta deportiva) Cuota cuatrimestre 60€/cuota anual 105€ no socios del servicio (sin tarjeta deportiva)
CLASES DE BAILE	15	L-Mi 20:00 - 21.00		
NINJUTSU	15	M-J 18:30 - 20:00		
AIKIDO	15	M-J 20:00 - 21:00		
TALLER DE AJEDREZ	-	Mi 17:00 - 19:00		
				Cuota cuatrimestre:7€.socio del servicio de deportes 10€ no socio del servicio

Deporte UVa Palencia

Programa deportivo universitario.
Curso 21-22

Oferta deportiva centros externos

- Gimnasio CRONOS: C/Juan de Balmaseda 7. www.gimnasiocronos.es
- Gimnasio LA LANERA: Paseo la Julia s/n. www.centrosupera.com
- Gimnasio WIFIT: C/Mayor 101. www.wifit-gym.com
- CENTRO CROSSFIT EL MORADO: C/Río Rubagon. www.crossfitmorado.com



Solicita información

- @ www.uva.es/deportes
- ✉ deportes.palencia@uva.es
- ☎ 681329798
- 📷 @deportesuvapalencia
- 📍 Edificio principal de la vutera. despacho 007



Indicaciones Generales

Todas las actividades del programa deportivo se llevarán a cabo siempre respetando las **medidas Covid** de cada momento.

Las tarifas de las actividades se diferenciarán tomando en consideración la condición de socio del Servicio de Deportes.

Todos los estudiantes tendrá reconocida directamente dicha condición. El resto interesados, en adquirir dicha condición podrán hacerlo contactando con el Servicio de Deportes.

Por cada 25h de Actividad física se reconocerá 1 crédito ECTS (fecha solicitud 1-15 mayo 2022)

Ventajas Socio Servicio de Deportes

- Prioridad en las inscripciones y aplicación de la tarifa reducida.
- 15% de descuento en Deportes Artiza.

Hacer deporte con la Universidad, te permite quitarte **asignaturas optativas de tu plan de estudios (6 crd máximo).**

Si eres **DAN o DAR**, pregunta por tus ventajas: becas, tutorías, cambios de grupo, competiciones nacionales e internacionales universitarias...

Podrás consulta la información más detalladamente en la web: www.uva.es/deportes.

Inscripciones 1º Cuatr: del 20 sep al 1 oct

Comienzo cursos de AF dirigida: 5 oct - 10 feb

Inscripciones 2º Cuatr: del 1 feb al 11 feb

Comienzo cursos de AF dirigida: 14 feb - 26 may

Instalaciones



- Campus La Yutera Avd Madrid, 50.



- Campo de la Juventud. Avd. Cardenal Cisneros, 12.
- Complejo Eras de Santa Marina. C/S. Antonio.
- Campos Góticos. Avd Campos Góticos.
- Complejo Isla dos Aguas C/ Ponce de León.

SEMANA EUROPEA DEL DEPORTE Del 23 al 30 de septiembre. A lo largo de la semana, se llevara a cabo una actividad deportiva, para participar de forma voluntaria:
padel-playa martes 21 sept a las 17.00h | voley playa miercoles 22 sept a las 17:00h | partido de Ultimate jueves 23sept a las 17.00h | Jornada de orientacion, martes 28 sept a las 17.00h | clases zumba-batuka mierc 29 sept a las 17:00h
Más info en la web: www.uva.es/deportes

Actividades competitivas

Competiciones Universitarias

Trofeo Rector: Se podrá hacer competición en todas las modalidades deportivas tanto equipos/individ. Inscripciones del 27sept-4oct. Los ganadores de esta primera fase del TR se enfrentarán a los ganadores en su modalidad deportiva, de cada campus de la UVa y los ganadores de esta fase jugarán el Trofeo CyL. Precio: persona/deporte: 5euros, a partir del tercero será gratuito.

Trofeo San isidro: Trofeo interno del campus, competición mixta y con formato de juego reducido. Inscripciones: 7-11 febrero 2022.

Campeonatos de España Universitarios 2021: Se celebrarán durante los meses de octubre y noviembre. Representa a la Universidad en las modalidades deportivas: triatlón, hípica, tenis, pádel, esgrima, judo, baloncesto, balonmano, fútbol, fútbol sala y vóley. Necesario pre-inscripción para participar. Compite contra otras universidades de nuestro país.

CEU 2022: programados para abril-mayo.

Actividades puntuales

CURSO DE SURF: incluye 3 actividades, surf, padel surf y wind surf, en SOMO, Cantabria. 2-3 oct 2021.

CURSO DE BUCEO OPEN WATER. Titulación oficial por PADI, incluye material didáctico, prácticas en piscina y mar.. primer cuatrimestre: oct-nov y segundo cuatrimestre Mayo- junio.

SEMANA BLANCA: programada para mediados de febrero 2022, en el pirineo catalan-francés. 5 días, 5 estaciones, 2h/día de clases, todos los niveles.

TRAIL UNIVERSITARIO: programado para el mes de abril del 2022.

OLIMPIADA RURAL: programada para mes de mayo 2022.

SERVICIO PRÉSTAMO BICICLETAS: solicitud del 20-22 octubre, mediante mail deportes.palencia@uva.es. Incluye taller gratuito de reparación de bicis, fecha por determinar.

Programa actividad física en el medio natural

Programa de 4 actividades a desarrollar en el primer y segundo cuatrimestre.

Barranquismo: sábado 25 septiembre. Precio 15euros. Plazas min 4-max 8.

Vía Ferrata: sábado 23 octubre. Precio 15euros. Plazas min 4-max 8.

Escalada: sábado 13 noviembre. Precio 10euros. Plazas 6min-max 12.

Raquetas de nieve: fecha según climatología. Precio 12 euros. Plazas min 6-max 20.

Toda la info, sobre los lugares, material, más detallada se encuentra en la web de deportes.

