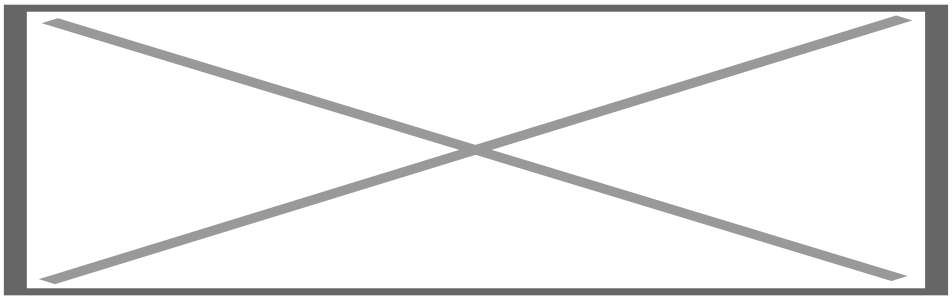
Ciclo Indoor - Linares



El Ciclo Indoor es una actividad aeróbica que consiste en trabajar fuerza, resistencia y velocidad a ritmos específicos de música, articulado sobre una bicicleta fija.

Días de Actividad: **Lunes, martes, miércoles y jueves**, excepto festivos.

Tarifas: **1 euro (comunidad universitaria) - 2 euros (resto)**.

Plazas por Turno: **17, hasta completar aforo** *(el número de plazas podrá variar con objeto de proceder a revisiones técnicas del estado de las bicicletas).*

¡NOVEDAD CAMPUS DE LINARES!

Reserva ya tus plazas de "Ciclo Indoor Linares" por Web.

Reserva y asegura tu plaza desde el día anterior (Universitarios y Vinculados UJA), o para el mismo día de la actividad desde las 8 horas (No Universitarios).

Puedes consultar el procedimiento articulado a tal efecto, disponible en el apartado "Documentación relacionada" del presente espacio web.

Horarios habituales de la actividad de CICLO INDOOR LINARES

Junio de 2016

(excepto festivos)

Turno	Hora de inicio

Ciclo indoor 1 **9.00 h.**
Ciclo indoor 2 **20.30 h.**

Periodos especiales (solo se impartirá Ciclo Indoor 1 y 4): enero, mayo y junio de 2016.

Perfil de Usuario	Apropiado para cualquier usuario, aunque es recomendable una mínima condición física.
Nivel de Intensidad	Adaptado a las características del grupo. El nivel de intensidad podrá ser controlado por el propio usuario. Habitualmente intensidad media-alta

---

- **¡Asegura tu reserva con tiempo!:** Los miembros de la comunidad universitaria podrán reservar plazas por internet **desde el día anterior al de la actividad en la que desean participar**. Los no universitarios, desde las 8 horas del mismo día de la actividad.

Nota: La reserva de una "Actividad Física por usos" implica el abono de la misma mediante pago electrónico. Este abono no es reembolsable (ver Normativa de Acceso a las AF por usos). Ten a mano tu tarjeta de *débito o crédito* al comenzar este proceso de reserva, y tu móvil, en caso de que tu entidad bancaria tenga en su procedimiento el envío de clave para confirmar un cargo por internet.

igualmente, dispones del "Saldo Cliente SAFYD": Si no deseas pagar con tarjeta, recarga tu saldo cliente en el SAFYD; luego solo tendrás que descontar saldo con cada inscripción a las actividades.

- Si no perteneces a la comunidad universitaria (No universitario, egresado o cónyuge de PAS o PDI) y no tienes aún tu "Usuario y contraseña" para reservar por internet, solicítalos ahora.

- Recuerda que dispones de **10 minutos** para realizar la reserva desde el momento que comience la misma. Una vez finalizado ese tiempo, la reserva que has bloqueado quedará libre a disposición del resto de interesad@s.

- Las reservas en la cabina de acceso al Pabellòn Deportivo solo se podrán realizar 20 minutos antes del comienzo de la actividad.

- Consulta la **Normativa de Acceso a estas AF por usos** para resolver cualquier duda que puedas tener. Si quieres participar en otras actividades puntuales, consulta el resto de "AF por usos" en los apartados de

"Enlaces relacionados" y "documentación relacionada".

Síguenos en

Enlaces relacionados

- Reserva de Actividades Físicas por USOS
- Condiciones de participación en actividades

Documentos relacionados

- Normativa de Acceso a AF por Usos