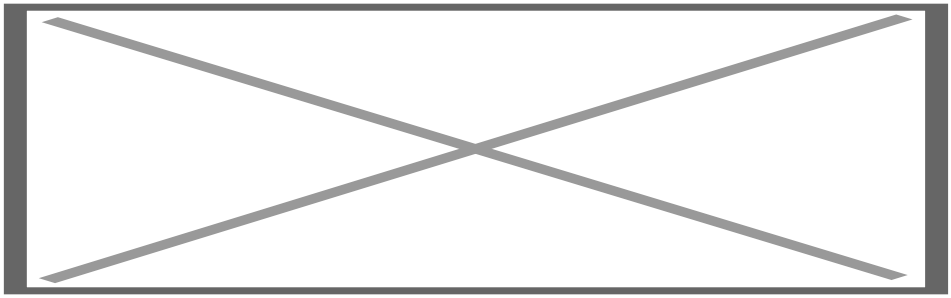
Ciclo Indoor



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: **De Martes a Jueves**, excepto festivos.

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

Plazas por Turno: **20, hasta completar aforo** *(el número de plazas podrá variar con objeto de proceder a revisiones técnicas del estado de las bicicletas).*

Horarios habituales de la actividad de CICLO INDOOR

Mayo de 2016

Turno	**Hora de inicio**	**Monitor/a**
Ciclo indoor	**20.30 h.**	por determiniar

Periodos especiales : junio de 2016. Durante este mes el Ciclo Indoor se impartirá como Ciclo Virtual.

Y si estos horarios no te vienen bien, siempre puedes acudir al Ciclo Indoor Virtual:

lunes y viernes a las 20.30h.

sábados a 10.00 y 12.00 h.

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 cuatro días de antelación 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.

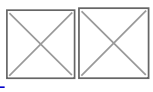
Este año presentamos como novedad el "Saldo Cliente SAFYD": Si no deseas pagar con tarjeta, recarga tu saldo cliente en el SAFYD; luego solo tendrás que descontar saldo con cada inscripción a las actividades.

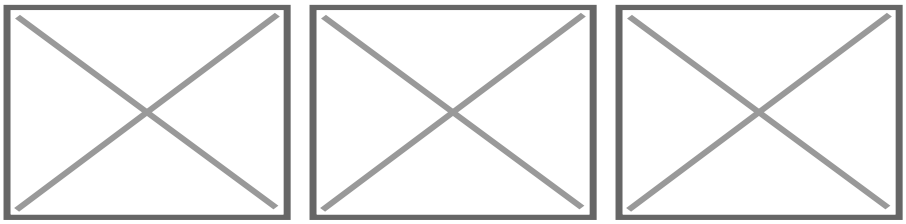
- Si no perteneces a la comunidad universitaria (No universitario, egresado o cónyuge de PAS o PDI) y no tienes aún tu "Usuario y contraseña" para reservar por internet, solicítalos ahora.

- 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 15 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
- Ciclo Indoor Virtual