



UNIVERSIDAD DE JAÉN

Vicerrectorado de Extensión Universitaria, Deportes y Proyección Institucional
Servicio de Actividades Físicas y Deportivas

1

PROGRAMA DE ACTIVIDADES

Curso Académico 2013/2014

Turnos

<i>Turnos</i>	<i>Fechas</i>
<i>Primer Turno</i> ^(*)	<i>(del 1 de octubre al 20 de diciembre)</i>
<i>Segundo Turno</i>	<i>(del 27 de enero al 28 de marzo)</i>
<i>Tercer Turno</i> ^(**)	<i>(del 31 de marzo al 31 de mayo)</i>

^(*) Excepto semana del 14 al 20 de octubre por Feria de San Lucas (solo Campus de Jaén)

^(**) Excepto semana del 14 al 20 de abril por Semana Santa

Periodos Especiales

<i>Periodos</i>	
	del 16 al 30 de septiembre
	del 8 al 26 de enero
	del 1 al 30 de junio



UNIVERSIDAD DE JAEN

Vicerrectorado de Extensión Universitaria, Deportes y Proyección Institucional
Servicio de Actividades Físicas y Deportivas

2

ACTIVIDADES CAMPUS LAS LAGUNILLAS

El SAFYD se reserva la posibilidad de modificar, suspender o ampliar el contenido de estas actividades a lo largo del Curso Académico.

Actividades físicas sin inscripción

MODALIDAD	PLAZAS	DÍAS	HORARIO	TARIFA
MUSCULACIÓN Y CARDIO*	Hasta completar aforo	Lunes a viernes	De 8 a 21:45 h	Sesión Individual 0,60 € Bono anual 50 €

(*) Durante los Turnos y Periodos especiales. Sólo miembros de la comunidad universitaria.

MODALIDAD	PLAZAS	DÍAS	HORA DE INICIO	TARIFA
CICLO INDOOR 1	20	Lunes a Jueves	9:00	Sesión individual 1 € Univ. Safyd 2 € No Univ.
CICLO INDOOR 2	20		12:00	
CICLO INDOOR 3	20		18:00	
CICLO INDOOR 4	20		19:15	
CICLO INDOOR 5	20		20:30	

(*) Durante el periodo de Turnos. En Periodos especiales, solo Ciclo Indoor 1 y 5.

NOTA: Consultar la normativa específica de ciclo indoor

MODALIDAD	PLAZAS	DÍAS	HORA DE INICIO	TARIFA
ENTRENAMIENTO EN SUSPENSIÓN 1	15	Martes, Jueves y Viernes	12:00	Sesión individual 1 € Univ. Safyd 2 € No Univ.
ENTRENAMIENTO EN SUSPENSIÓN 2	15	Miércoles	19:15	
ENTRENAMIENTO EN SUSPENSIÓN 3	15	Miércoles	20:30	
ENTRENAMIENTO EN SUSPENSIÓN 4	15	Viernes	17:00	

(*) Durante el periodo de Turnos.



UNIVERSIDAD DE JAÉN

Vicerrectorado de Extensión Universitaria, Deportes y Proyección Institucional
Servicio de Actividades Físicas y Deportivas

3

MODALIDAD	PLAZAS	DÍAS	HORA DE INICIO	TARIFA
BODY PUMP **	15	Lunes	19:15 20:30	Sesión individual 1 € Univ. Safyd 2 € No Univ.
AEROBOXING **	15	Miércoles	19:15 20:30	

(*) Durante el periodo de Turnos.

(**) Estas actividades se impartirán en la pista de squash

Actividades Físicas con inscripción

El SAFYD se reserva la posibilidad de suspender aquellas actividades que no lleguen al 50 % de ocupación.

MODALIDAD(*)	PLAZAS	DÍAS	HORARIO	TARIFA
NATACIÓN 1	25	L-X-V	13:30 – 14:30	20 € Univ. Safyd 30 € No Univ.
NATACIÓN 2	25	L-X-V	14:30 – 15:30	
ENTRENAMIENTO FÍSICO COMBINADO <i>(Fútbol y Gomas – Bodybalance – Ciclo Indoor)</i>	20	L-X-V	18:00 – 19:00	
PILATES 1	25	M-J-V	13:00 – 14:00	
PILATES 2	25	L-M-J	18:00 – 19:00	
AERODANCE 1 <i>(Aerobic - Step – Latino)</i>	30	M-J-V	9:15 – 10:15	
AERODANCE 2 <i>(Aerobic - Step – Latino)</i>	30	M-J-V	10:30 – 11:30	
AERODANCE 3 <i>(Aerobic - Step – Latino)</i>	30	L-M-J	19:15 – 20:15	
AERODANCE 4 <i>(Aerobic - Step – Latino)</i>	30	L-M-J	20:30 – 21:30	
YOGA **	20	M-J	19:00 – 20:00	
RITMOS LATINOS **	20	M-J	20:15 – 21:15	

(*) Inscripciones por Turnos.

(**) Estas nuevas actividades se impartirán en el aula del pabellón

Plazos de Inscripción: Universitarios, a partir del lunes de la semana anterior al comienzo del Turno correspondiente. No Universitarios, a partir del miércoles.



UNIVERSIDAD DE JAEN

Vicerrectorado de Extensión Universitaria, Deportes y Proyección Institucional
Servicio de Actividades Físicas y Deportivas

4

MODALIDAD	PLAZAS	DÍAS	HORARIO	TARIFA
ACTIVIDAD FÍSICA PARA MAYORES 1	60	M-X-J	8:30 – 9:30	12 €
ACTIVIDAD FÍSICA PARA MAYORES 2	60		9:30 – 10:30	

Primer Cuatrimestre: del 1 de octubre de 2013 al 24 de enero de 2014

Inscripciones: a partir del martes 17 de septiembre

Segundo Cuatrimestre: Del 1 de febrero al 31 de mayo de 2014 (grupos, días y horarios por determinar)

Inscripciones: a partir del jueves 23 de enero

MODALIDAD(*)	PLAZAS	DÍAS	HORARIO	TARIFA
PÁDEL 1	6	L-M-X-J	9:30 – 11:00	20 € Univ. Safyd
PÁDEL 2	12	L-M-X-J	18:30 - 20:00	50 € No Univ.

(*) Intensivos, 3 semanas de duración:

Primera Actividad: del 23 de septiembre al 10 de octubre de 2013

Segunda Actividad: Del 4 al 21 de noviembre de 2013

Tercera Actividad: Del 27 de enero al 13 de febrero de 2014

Cuarta Actividad: Del 10 al 27 de marzo de 2014

Quinta Actividad: Del 28 de abril al 19 de mayo de 2014

Plazos de Inscripción: Universitarios, a partir del lunes de la semana anterior al comienzo de la Actividad correspondiente. No Universitarios, a partir del miércoles.



UNIVERSIDAD DE JAEN

Vicerrectorado de Extensión Universitaria, Deportes y Proyección Institucional
Servicio de Actividades Físicas y Deportivas

5

ACTIVIDADES CAMPUS DE LINARES

El SAFYD se reserva la posibilidad de modificar, suspender o ampliar el contenido de estas actividades a lo largo del Curso Académico.

Actividades físicas sin inscripción

MODALIDAD	PLAZAS	DÍAS	HORARIO	TARIFA
MUSCULACIÓN Y CARDIO	Hasta completar aforo	Lunes a viernes	De 8:00 a 21:45	<u>Sesión Individual</u> Univ.: 0,60 € No Univ.: 2 € (*) <u>Bono anual</u> solo Universitarios: 50 €

Durante los Turnos y Periodos especiales.

(*) Previa tramitación de la ficha de No Universitario y en franjas horarias limitadas de uso.

MODALIDAD	PLAZAS	DÍAS	HORA DE INICIO	TARIFA
CICLO INDOOR 1	17	L-M-J	9:00	Sesión individual 1 € Univ. Safyd 2 € No Univ.
CICLO INDOOR 2	17		12:00	
CICLO INDOOR 3	17		18:00	
CICLO INDOOR 4	17		19:15	
CICLO INDOOR 5	17		20:30	

(*) Durante el periodo de Turnos. En Periodos especiales, solo Ciclo Indoor 1 y 5.

NOTA: Consultar la normativa específica de ciclo indoor



UNIVERSIDAD DE JAEN

Vicerrectorado de Extensión Universitaria, Deportes y Proyección Institucional
Servicio de Actividades Físicas y Deportivas

6

Actividades Físicas con inscripción

El SAFYD se reserva la posibilidad de suspender aquellas actividades que no lleguen al 50 % de ocupación.

MODALIDAD(*)	PLAZAS	DÍAS	HORARIO	TARIFA
NATACIÓN	6	M-J	9:00 – 10:00	20 € Univ. Safyd
MANTENIMIENTO FÍSICO COMBINADO	20	L-M-J	19:00 – 21:00	
PILATES	20	L-M-J	20:00 – 21:00	30 € No Univ.

(*) Durante el periodo de Turnos.



UNIVERSIDAD DE JAEN

Vicerrectorado de Extensión Universitaria, Deportes y Proyección Institucional
Servicio de Actividades Físicas y Deportivas

7

COMPETICIONES

COMPETICIÓN	FECHAS
XXI Trofeo Universidad de Jaén (Jaén y Linares)	Octubre – marzo
Campeonatos de Andalucía Universitarios(*)	Febrero - marzo
Campeonatos de España Universitarios(*)	Marzo - mayo
Trofeo Intercentros (Jaén y Linares)	Marzo – abril
Trofeo Acceso (Jaén y Linares)	Enero - marzo
Trofeos de Primavera (Jaén y Linares)	Marzo - abril
Trofeos Abiertos	Enero - abril
Jornada de Deporte femenino	Diciembre
II Liga PAS-PDI de Pádel	Octubre – mayo

(*) Según Convocatoria.



UNIVERSIDAD DE JAÉN

Vicerrectorado de Extensión Universitaria, Deportes y Proyección Institucional
Servicio de Actividades Físicas y Deportivas

8

ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL

1er Cuatrimestre Curso 2013/2014

MODALIDAD	PLAZAS	DÍAS	LUGAR	TARIFA
<i>Medio acuático</i>				
Travesía de mar	20	16 y 17 septiembre	Águilas (Murcia)	20 € Univ. SAFYD 30 € No Univ.
Descenso de Cañones 1	15	20 septiembre	Cerrada Utrero	7 € Univ. SAFYD 15 € No Univ.
Piragüismo 1	20	24 septiembre	Pantano Encinarejo	7 € Univ. SAFYD 15 € No Univ.
<i>Competiciones y Aventura</i>				
BTT 2 días	15	2 y 3 octubre	Sierra Nevada	10 € Univ. SAFYD 20 € No Univ.
Triatlón Aventura	30	9 octubre	La Fernandina	7 € Univ. SAFYD 15 € No Univ.
Raid Universitario	30	26 y 27 octubre	Por determinar	20 € Univ. SAFYD 30 € No Univ.
<i>A pie por nuestras montañas</i>				
Senderismo 1	50	9 noviembre	Sierra de Cazorla	5 € Univ. SAFYD 10 € No Univ.
Senderismo 2	50	30 noviembre	Sierra Mágina	5 € Univ. SAFYD 10 € No Univ.
Senderismo 3	50	14 diciembre	Sierra Morena	5 € Univ. SAFYD 10 € No Univ.
<i>Deslízate por la roca</i>				
Vías Ferrata	16	26 y 27 de septiembre	Serranía de Ronda	20 € Univ. SAFYD 30 € No Univ.
Curso de Escalada en Roca 1	15	4, 5 y 6 noviembre	Alrededores Jaén	7 € Univ. SAFYD 15 € No Univ.
Jornada de Escalada 1	15	21 noviembre	Alrededores Jaén	5 € Univ. SAFYD 10 € No Univ.
Espeleología	20	4 diciembre	S ^a de Castril	5 € Univ. SAFYD 10 € No Univ.
Jornada de Escalada 2	15	11 diciembre	Alrededores Jaén	5 € Univ. SAFYD 10 € No Univ.
<i>Deporte y familia</i>				
Jornada de Deporte y familia	-	6 octubre	Cañada de las Azadillas	Por determinar Univ. SAFYD