



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

PROGRAMA DE ACTIVIDADES
Curso Académico 2012/2013
Primer Turno (del 22 de octubre al 21 de diciembre)

ACTIVIDADES CAMPUS LAS LAGUNILLAS

ACTIVIDADES de libre participación

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 42 €

*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			12:00	
CICLO INDOOR 3			13:15	
CICLO INDOOR 4			18:00	
CICLO INDOOR 5			19:15	
CICLO INDOOR 6			20:30	

NOTA: Consultar la normativa específica de ciclo indoor

MODALIDAD	PLAZAS	DÍAS	HORA DE INICIO	TARIFA
ENTRENAMIENTO EN SUSPENSIÓN 1	15	Miércoles	9:00	Sesión individual 1 € Univ. Safyd 2 € No Univ.
ENTRENAMIENTO EN SUSPENSIÓN 2			13:00	
ENTRENAMIENTO EN SUSPENSIÓN 3			19:15	
ENTRENAMIENTO EN SUSPENSIÓN 4			20:30	



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

ACTIVIDADES físicas dirigidas

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

MODALIDAD	PLAZAS	DÍAS	HORARIO	TARIFA
PÁDEL 1	6	L-M-X-J	9:30 – 11:00	15 € Univ. Safyd
PÁDEL 2	12	L-M-X-J	18:30 - 20:00	40 € No Univ.

Del 5 al 22 de noviembre (inscripción: 29 de octubre Universitarios con Ficha Deportiva SAFYD, Campus Virtual. 31 de octubre, no universitarios)

Las siguientes actividades tendrán la duración estipulada para este primer turno (del 22 de octubre al 21 de diciembre), con los siguientes plazos de inscripción:

Actividad Física para Mayores: lunes 8 de octubre

Universitarios por Campus Virtual: martes 9 de octubre

No Universitarios: jueves 11 de octubre

MODALIDAD	PLAZAS	DÍAS	HORARIO	TARIFA
ACTIVIDAD FÍSICA PARA MAYORES	50	L-M-V	9:00 – 10:00	6 €
NATACIÓN 1	25	L-X-V	13:30 – 14:30	15 € Univ. Safyd 25 € 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	L-M-J	13:00 – 14:00	
PILATES 2	25	M-J-V	18:00 – 19:00	
AERODANCE 1	30	L-M-J	9:15 – 10:15	
AERODANCE 2	30	L-M-J	10:30 – 11:30	
AERODANCE 3	30	L-M-J	19:15 – 20:15	
AERODANCE 4 <i>(Aerobic Step – Aerobox – Latino)</i>	30	L-M-J	20:30 – 21:30	



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

ACTIVIDADES EN EL CAMPUS DE LINARES

ACTIVIDADES de libre participación

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: 42 €

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

ACTIVIDADES físicas dirigidas

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

Las siguientes actividades tendrán la duración estipulada para este primer turno (del 22 de octubre al 21 de diciembre), con los siguientes plazos de inscripción:

Universitarios por Campus Virtual: lunes 8 de octubre

No Universitarios: martes 9 de octubre

MODALIDAD	PLAZAS	DÍAS	HORARIO	TARIFA
NATACIÓN	6	M-J	9:00-10:00	15 € Univ. Safyd 25 € No Univ.
MANTENIMIENTO FÍSICO COMBINADO	20	L-M-J	19:00 – 20:00	
PILATES	20	L-M-J	19:00 – 20:00	
CICLO INDOOR 1	15	L-M-J	9:00 – 10:00	
CICLO INDOOR 2		L-M-J	10:15 - 11:15	
CICLO INDOOR 3		L-M-J	18:00 – 19:00	
CICLO INDOOR 4		L-M-J	19:15 – 20:15	
CICLO INDOOR 5		L-M-J	20:30 – 21:30	