



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

PROGRAMA DE ACTIVIDADES
Curso Académico 2012/2013
Segundo Turno (del 21 de enero al 22 de marzo)

ACTIVIDADES CAMPUS LAS LAGUNILLAS

ACTIVIDADES de libre participación

Desde el miércoles 9 de enero (excepto Musculación y Cardio, que comienza el martes 8 de enero)

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 4 al 21 de febrero (inscripción: 28 de enero Universitarios con Ficha Deportiva SAFYD, Campus Virtual. 30 de enero, no universitarios)

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

Actividad Física para Mayores: miércoles 9 de enero
Universitarios por Campus Virtual: jueves 10 de enero
No Universitarios: lunes 14 de enero

MODALIDAD	PLAZAS	DÍAS	HORARIO	TARIFA
ACTIVIDAD FÍSICA PARA MAYORES 1	60	L-M-V	8:30 – 9:30	6 €
ACTIVIDAD FÍSICA PARA MAYORES 2	60		9:30 – 10:30	
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>(Fitball 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	M-J-V	9:15 – 10:15	
AERODANCE 2	30	M-J-V	10:30 – 11:30	
AERODANCE 3	30	M-J-V	19:15 – 20:15	
AERODANCE 4	30	M-J-V	20:30 – 21:30	
<i>(Aerobic Step – Aerobox – Latino)</i>				



UNIVERSIDAD DE JAÉN

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

COMPETICIONES

Segundo Turno (del 21 de enero al 22 de marzo)

COMPETICIÓN	FECHAS
XX Trofeo Universidad de Jaén	Noviembre – abril
Torneo Acceso	Enero
Torneo Relámpago de Tenis	Marzo
Torneo de Pádel Mixto	Marzo
Liga de Pádel del PAS y PDI	Marzo - Mayo
Campeonatos de España Universitarios	Marzo - Mayo



UNIVERSIDAD DE JAEN
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	Sesión Individual Univ.: 0.60 € No Univ.: 2 € (*) Bono anual 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 21 de enero al 22 de marzo), con los siguientes plazos de inscripción:

Universitarios por Campus Virtual: jueves 10 de enero

No Universitarios: lunes 14 de enero

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	



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

ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL

MODALIDAD	PLAZAS	DÍAS	LUGAR	TARIFA
<i>A pie por nuestras montañas</i>				
Senderismo 3	50	2 de febrero	Sierra Morena	3 € Univ. SAFYD 5 € No Univ.
Senderismo 4	50	23 de febrero	Sierra Sur	3 € Univ. SAFYD 5 € No Univ.
Senderismo 5	50	16 de marzo	Sierra Mágina	3 € Univ. SAFYD 5 € No Univ.
<i>Aventura blanca</i>				
Alta Montaña 1	20	19 de enero	Ascensión al Veleta	7 € Univ. SAFYD 15 € No Univ.
Alta Montaña 2	20	15 de febrero	Ascensión a la Sagra	7 € Univ. SAFYD 15 € No Univ.
Alta Montaña 3 días	20	6, 7 y 8 de febrero	Sierra Nevada	10 € Univ. SAFYD 20 € No Univ.
Esquí y Snowboard	24	Por determinar	E. E. Sierra Nevada	Por determinar
Montañismo Invernal	20	7 y 8 de marzo	Integral 2000 – S ^a Mágina	7 € Univ. SAFYD 15 € No Univ.
Raquetas de Nieve	16	Del 27 de febrero al 3 de marzo	Ordesa o Pineta	75 € Univ. SAFYD 125 € No Univ.
<i>Deslízate por la roca</i>				
Jornada de Escalada 3 (sólo iniciados)	15	21 de febrero	Alrededores de Jaén	3 € Univ. SAFYD 5 € No Univ.
Jornada de Escalada 4 (sólo iniciados)	15	21 de marzo	Alrededores de Jaén	3 € Univ. SAFYD 5 € No Univ.