



UNIVERSIDAD DE JAÉN

Vicerrectorado de Proyección de la Cultura, Deportes y Responsabilidad Social
Secretariado de Responsabilidad Social, Cooperación y Deportes

1

PROGRAMA DE ACTIVIDADES

Curso Académico 2015/2016

Turno 3º (Mayo – Junio)

ACTIVIDADES CAMPUS LAS LAGUNILLAS

Actividades Físicas por Usos

El SAFYD se reserva la posibilidad de modificar, suspender o ampliar el contenido de estas actividades a lo largo del Curso Académico. Consultar la Normativa Específica de "AF por usos".

Actividades para el Mes de Mayo. La programación de Junio se publicará con suficiente antelación.

CICLO INDOOR

MODALIDAD	PLAZAS	DÍAS	HORA DE INICIO	TARIFA
CICLO INDOOR	20	Martes a Jueves	20:30	Sesión individual 1 € Univ. Safyd 2 € No Univ.

CICLO INDOOR VIRTUAL

MODALIDAD	PLAZAS	DÍAS	HORA DE INICIO	TARIFA
CICLO VIRTUAL 1	20	De lunes a viernes	9:00	Sesión individual 1 €
CICLO VIRTUAL 2	20		12:30	
CICLO VIRTUAL 3	20		18:00	
CICLO VIRTUAL 4	20		19:15	
CICLO VIRTUAL 5	20	Lunes y viernes	20:30	
CICLO VIRTUAL Sábados	20	Sábados	10:00 12:00	



UNIVERSIDAD DE JAÉN

Vicerrectorado de Proyección de la Cultura, Deportes y Responsabilidad Social
Secretariado de Responsabilidad Social, Cooperación y Deportes

OTRAS ACTIVIDADES POR USOS

2

MODALIDAD	PLAZAS	DÍAS	HORA DE INICIO	TARIFA
BODY JUMP	12	M - J	9:15 h. 19.00 h.	Sesión individual 1 € Univ. Safyd 2 € No Univ.
CORE	15	L - X	19.00 h.	
ENTRENAMIENTO EN SUSPENSIÓN	15	M - J	19.00 h.	
ENTRENAMIENTO TOTAL	15	L – M - X - J	20:00 h.	
ZUMBA	25	L – M - X - J	20.30 h.	

ACTIVIDAD DE AUTOENTRENAMIENTO

MODALIDAD	PLAZAS	DÍAS	HORARIO	TARIFA
MUSCULACIÓN Y CARDIO*	Hasta completar aforo	Lunes a viernes	De 8 a 21:45h	Sesión Individual 0.60 € Bono anual 50 €
		Sábados	De 9 a 14 h.	

(*) Sólo miembros de la comunidad universitaria.



UNIVERSIDAD DE JAÉN

Vicerrectorado de Proyección de la Cultura, Deportes y Responsabilidad Social
Secretariado de Responsabilidad Social, Cooperación y Deportes

3

Actividades Físicas por Turnos

El SAFYD se reserva la posibilidad de suspender aquellas actividades que no lleguen al 50 % de ocupación, así como la posibilidad de modificar, suspender o ampliar el contenido de estas actividades a lo largo del Curso Académico.

MODALIDAD	PLAZAS	DÍAS	HORARIO	TARIFA
NATACIÓN 1	20	L – X – V	13:30 – 14:30	15 € Univ. Safyd 25 € No Univ.
NATACIÓN 2	20	L – X – V	14:30 – 15:30	
PILATES 1	25	M – X – V	13:00 – 14:00	
PILATES 2	25	L – X – V	18:00 – 19:00	
RITMOS LATINOS	20	L – X	20:15 – 21:45	
YOGA	20	M - J	20:00 – 21:30	

Tercer Turno: del 3 de mayo al 30 de junio de 2016

Inscripciones: Universitarios, a partir del lunes 18 de abril. No Universitarios, a partir del miércoles 20.

INICIACIÓN AL PÁDEL

MODALIDAD(*)	PLAZAS	DÍAS	HORARIO	TARIFA
INICIACIÓN AL PÁDEL 1	6	L-M-X-J	9:30 – 11:00	20 € Univ. Safyd
INICIACIÓN AL PÁDEL 2	6	L-M-X-J	20:00 – 21:30	50 € No Univ.

(*) Intensivo, 3 semanas de duración: Del 9 al 26 de mayo de 2015.

Inscripciones: Universitarios a partir del 3 de mayo. No Universitarios a partir del 5.



UNIVERSIDAD DE JAÉN

Vicerrectorado de Proyección de la Cultura, Deportes y Responsabilidad Social
Secretariado de Responsabilidad Social, Cooperación y Deportes

4

ACTIVIDADES CAMPUS DE LINARES

Actividades Físicas por Usos

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

Actividades para el Mes de Mayo. La programación de Junio se publicará con suficiente antelación.

CICLO INDOOR

MODALIDAD	PLAZAS	DÍAS	HORA DE INICIO	TARIFA
CICLO INDOOR 1	17	L-M-X-J	9:00	Sesión individual 1 € Univ. Safyd 2 € No Univ.
CICLO INDOOR 2	17		20:30	

ACTIVIDAD DE AUTOENTRENAMIENTO

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 €

(*)Previa tramitación del Alta en la categoría de "Externo Linares", y en franjas horarias limitadas de uso.



UNIVERSIDAD DE JAÉN

Vicerrectorado de Proyección de la Cultura, Deportes y Responsabilidad Social
Secretariado de Responsabilidad Social, Cooperación y Deportes

5

Actividades Físicas por Turnos

El SAFYD se reserva la posibilidad de suspender aquellas actividades que no lleguen al 50 % de ocupación, así como la posibilidad de modificar, suspender o ampliar el contenido de estas actividades a lo largo del Curso Académico.

MODALIDAD	PLAZAS	DÍAS	HORARIO	TARIFA
NATACIÓN(*)	6	M - J	9:00 – 10:00	10 € Univ. Safyd 25 € No Univ.
PILATES	20	L – M - J	18:00 – 19:00	15 € Univ. Safyd 25 € No Univ.
ENTRENAMIENTO FÍSICO COMBINADO	17	L - M -V	19:00 – 20:00	
ENTRENAMIENTO TOTAL	20	L – M - J	20:00 – 21:00	

Tercer Turno: del 3 de mayo al 30 de junio de 2016

(*) Natación del 3 de mayo al 14 de junio, por cierre de la piscina.

Inscripciones: Universitarios, a partir del lunes 18 de abril. No Universitarios, a partir del miércoles 20.

INICIACIÓN AL PÁDEL

MODALIDAD(*)	PLAZAS	DÍAS	HORARIO	TARIFA
INICIACIÓN AL PÁDEL 1	6	L-M-X-J	9:30 – 11:00	20 € Univ. Safyd
INICIACIÓN AL PÁDEL 2	6	L-M-X-J	20:00 – 21:30	50 € No Univ.

(*) Intensivo, 3 semanas de duración: Del 9 al 26 de mayo de 2015.

Inscripciones: Universitarios a partir del 3 de mayo. No Universitarios a partir del 5.



UNIVERSIDAD DE JAÉN

Vicerrectorado de Proyección de la Cultura, Deportes y Responsabilidad Social
Secretariado de Responsabilidad Social, Cooperación y Deportes

6

ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL

mayo – junio de 2016

MODALIDAD	PLAZAS	DÍAS	LUGAR	TARIFA
<i>Deslízate por la roca</i>				
Jornada de Escalada 3	12	4 de mayo	Alrededores de Jaén	2 € Univ. SAFYD 5 € No Univ.
Vías Ferrata 2	15	5 de mayo	Castillo de Locubín (Jaén)	5 € Univ. SAFYD 20 € No Univ.
Vías Ferrata 3	15	11 de mayo	Loja (Granada)	5 € Univ. SAFYD 20 € No Univ.
<i>Medía acuático</i>				
Descenso de Cañones 4	15	27 de mayo	Río Verde	7 € Univ. SAFYD 15 € No Univ.
Piragüismo en pantano 2	20	28 de mayo	Pantano del Negratín	7 € Univ. SAFYD 15 € No Univ.
Descenso de Cañones 5	15	31 de mayo	Cerrada de Utrero	7 € Univ. SAFYD 15 € No Univ.
Piragüismo en pantano 3	20	3 de junio	Pantano del Yegüas	7 € Univ. SAFYD 15 € No Univ.
Descenso de Cañones 6	15	9 de junio	Guadalentín	7 € Univ. SAFYD 15 € No Univ.
Travesía de Mar 2	20	11 de junio	La Herradura	7 € Univ. SAFYD 15 € No Univ.
Descenso de Cañones 7	15	14 de junio	Lentegí	7 € Univ. SAFYD 15 € No Univ.
Atardecer en Piragua	20	16 de junio	Pantano del Rumblar	7 € Univ. SAFYD 15 € No Univ.
Rafting	15	25 de junio	Río Guadalquivir	7 € Univ. SAFYD 20 € No Univ.