

Escuelas Deportivas UCM Curso 2016-2017

Actividades, horarios y tarifas

Todas las Escuelas comienzan su actividad la primera semana de octubre de 2016

ESCUELA	UBICACIÓN	DURACIÓN	DÍAS/HORAS	CUATRIMESTRE	CURSO COMPLETO
Mantenimiento y Acondicionamiento	Sala Columnas Sala Múltiple	Octubre a Junio	L, X 15:00 a 16:00 h. M, J 15:00 a 16:00 h.	GRUPO A: 90 € GRUPO B: 126 €	GRUPO A: 160 € GRUPO B: 224 €
Yoga	Sala Columnas		L, X 16:00 a 17:00 h. M, J 13:00 a 14:00 h.		
<i>Fitness Cardio Tonic</i>	Sala Múltiple		L, X 19:00 a 20:00 h.		
Danza del Vientre	Sala Columnas		M, J 15:00 a 16:00 h.		
Taichi/Chikung	Sala Múltiple		X, 17:00 a 19:00 h.		
Zumba	Sala Múltiple		L-X 15:00-16:00 h M, J 13:30 a 14:30 h. M, J 18:00 a 19:00 h.		
Capoeira	Somosaguas Sala artes escénicas		L-X de 14:30 a 15:30		
			M-J 14:00-15:00		

ESCUELA	UBICACIÓN	DURACIÓN	DÍAS/HORAS	CUATRIMESTRE	CURSO COMPLETO
Natación Iniciación	Piscina de la Almodena	Octubre a Mayo	L, X 18:00 a 19:00 h.	GRUPO A: 90 € GRUPO B: 126 €	GRUPO A: 160 € GRUPO B: 224 €
Natación Perfeccionamiento			L y X 13:00 a 14:00 h. L y X 16:00 a 17:00 h. L y X 17:00 a 18:00 h.		
			M y J 13:00 a 14:00 h. M y J 15:00 a 16:00 h. M y J 16:00 a 17:00 h. M y J 17:00 a 18:00 h.		
			L, X 15:00 a 16:00 h. M, J 15:00 a 16:00 h.		
<i>Aquaerobic</i>					

ESCUELA	UBICACIÓN	DURACIÓN	DÍAS/HORAS	CUATRIMESTRE	CURSO COMPLETO
Musculación	Gimnasio Zona Sur y Somosaguas	Octubre a Junio	Lunes a Viernes 09:00 a 21:00 h. Sábados 10:00 a 14:00 h.	Grupo A: 110 €	Grupo A: 195 €
			y Lunes a Viernes 10:00 a 19:00 h.	Grupo B: 154 €	Grupo B: 274 €

ESCUELA	UBICACIÓN	DURACIÓN		TRIMESTRE	
				Grupo de 6 alumnos	Grupo de 4 alumnos
Tenis o Pádel ¹ (cursos de 2 días por semana)	Inst. Zona Sur	Octubre a Junio	GRUPO A	105 €	158 €
			GRUPO B	125 €	184 €

Las salas donde se imparte el curso así como la oferta de actividades y horarios se podrán modificar según la ordenación de espacios, y en función del número de solicitudes s por parte la Unidad de Gestión de actividades deportivas de la UCM

Tarifas:

- **Grupo A:** Miembros de la Comunidad Universitaria UCM (estudiantes, colegiales residentes de los *Colegios Mayores de fundación propias* de la UCM² y adscritos a la UCM, personal de la UCM –en activo o jubilado– y los respectivos cónyuges, parejas de hecho e hijos entre 18 y 28 años de todos los anteriores).
- **Grupo B:** Público en general (mayores de 18 años, con seguro médico).

Información adicional:

Unidad de Gestión de Actividades Deportivas (UGAD), Instalaciones Zona Norte (Tfno. 91-394-6092/6094)

¹ Para las escuelas de tenis y pádel contactar directamente con los monitores (Tenis: Iñigo 622520072. Pádel: Alberto 646536795)

² Son *Colegios Mayores de fundación propia* de la UCM los siguientes: Antonio de Nebrija, Diego de Covarrubias, Santa María de Europa, Teresa de Jesús, y Ximénez de Cisneros.