



UNIVERSIDAD  
DE MÁLAGA

VICERRECTORADO DE PROYECTOS  
ESTRATÉGICOS, RELACIONES INSTITUCIONALES  
Y BIENESTAR UNIVERSITARIO

Servicio de Deporte Universitario

CURSO 24/25

22 €

Tarifa mensual

TARIFA PLANA ESTUDIANTADO

Grado, posgrado y movilidad

27 €

Tarifa mensual

TARIFA PLANA PTGAS | PDI

Más información:

[www.deportes.uma.es](http://www.deportes.uma.es)



Actividades dirigidas

Calistenia

Circuito de carreras

Gimnasio exterior

Pista de atletismo

Piscina

Sala cardiovascular

# INFORMACIÓN ACTIVIDADES TARIFA PLANA

SUBVENCIÓN DEL 50% PARA ALUMNOS CON BECA DE CARÁCTER GENERAL MEFP, CON AYUDA FIJA POR RENTA, O DE COHESIÓN SOCIAL GRADO/MÁSTER, QUE ESTÉN POR DEBAJO DEL UMBRAL 1 DE RENTA

## NATACIÓN DE ADULTOS CON TARIFA PLANA\*

| ESPACIO DEPORTIVO   | HORARIO   | DÍAS  |
|---------------------|---|-------|
| PISCINA CLIMATIZADA | 08:30-09:30<br>09:30-10:30<br>10:30-11:30<br>14:30-15:30<br>15:30-16:30<br>19:30-20:30<br>20:30-21:30 | L a V |

\*Estos horarios se ofertan para tarifa plana siempre y cuando queden plazas libres en los cursos mensuales



# INFORMACIÓN ACTIVIDADES TARIFA PLANA

SUBVENCIÓN DEL 50% PARA ALUMNOS CON BECA DE CARÁCTER GENERAL MEFP, CON AYUDA FIJA POR RENTA, O DE COHESIÓN SOCIAL GRADO/MÁSTER, QUE ESTÉN POR DEBAJO DEL UMBRAL 1 DE RENTA

## SALA CARDIOVASCULAR USO LIBRE\*



| ESPACIO DEPORTIVO   | HORARIO     | DÍAS  |
|---------------------|-------------|-------|
| SALA CARDIOVASCULAR | 08:30-10:00 | L a V |
|                     | 10:00-11:30 |       |
|                     | 11:30-13:00 |       |
|                     | 13:00-14:30 |       |
|                     | 14:30-16:00 |       |
|                     | 16:00-17:30 |       |
|                     | 17:30-19:00 |       |
|                     | 19:00-20:30 |       |
|                     | 20:30-21:30 |       |
|                     | 09:00-10:30 |       |
| 10:30-12:00         |             |       |
| 12:00-13:30         |             |       |

\*De lunes a viernes, estos horarios se ofertan para tarifa plana siempre y cuando queden plazas libres en los cursos mensuales



# INFORMACIÓN ACTIVIDADES TARIFA PLANA

## ACTIVIDADES DIRIGIDAS 24/25



|               | LUNES                      | MARTES                                  | MIÉRCOLES                        | JUEVES   | VIERNES              |
|---------------|----------------------------|---|----------------------------------|--|----------------------|
| 09:30 - 10:15 |                            | GAP                                     |                                  | GAP  |                      |
| 09:30 - 10:30 | PILATES FUNCTIONAL         | FUNCTIONAL                              | PILATES FUNCTIONAL               | FUNCTIONAL   | FUNCTIONAL           |
| 10:30 - 11:00 |                            | CORE                                    |                                  | CORE   |                      |
| 10:30 - 11:00 |                            |   |                                  |  |                      |
| 11:30 - 12:30 |                            |   |                                  |  |                      |
| 12:00 - 13:00 | CICLO UMA                  |   | CICLO UMA                        |  | CICLO UMA            |
| 12:30 - 13:30 |                            | FUNCTIONAL                              |                                  | FUNCTIONAL   |                      |
| 13:00 - 14:00 |                            | CICLO UMA                               | CICLOPOWER                       | CICLO UMA  |                      |
| 14:30 - 15:30 | BODYFITNESS FUNCTIONAL     | CICLO UMA CICLOPOWER                    | BODYFITNESS FUNCTIONAL CICLO UMA |  | FUNCTIONAL CICLO UMA |
| 15:00 - 16:00 |                            | PILATES                                 |                                  | PILATES  |                      |
| 15:30 - 16:15 | GAP                        |   | GAP                              |  | GAP                  |
| 16:00 - 17:00 |                            | CICLO UMA                               |                                  | CICLO UMA  |                      |
| 16:15 - 17:00 |                            | GAP                                     |                                  | GAP  | GAP                  |
| 17:00 - 18:00 |                            |   | BODYFITNESS                      |  | BODYFITNESS          |
| 17:30 - 18:30 | PILATES                    | PILATES                                 | PILATES                          | PILATES  | PILATES              |
| 18:00 - 19:00 | ZUM UMA DANCE <sup>1</sup> |   | ZUM UMA DANCE <sup>1</sup>       |  |                      |
| 18:30 - 19:30 | PILATES FUNCTIONAL         | ZUM UMA DANCE <sup>1</sup> FUNCTIONAL   | PILATES FUNCTIONAL               | ZUM UMA DANCE <sup>1</sup> FUNCTIONAL              | FUNCTIONAL           |
| 19:00 - 20:00 | CICLOPOWER                 |   | CICLOPOWER                       |  | CICLOPOWER           |
| 19:30 - 20:30 | FUNCTIONAL CALISTENIA      | FUNCTIONAL RUNNING UMA PISTA CALISTENIA | CALISTENIA                       | CICLOPOWER FUNCTIONAL RUNNING UMA PISTA CALISTENIA | FUNCTIONAL           |
| 20:15 - 21:00 | GAP                        |   | GAP                              |  |                      |

<sup>1</sup> Estas sesiones se reservan a los usuarios que tengan un nivel avanzado

## ESPACIOS DEPORTIVOS DE USO LIBRE INCLUIDOS

- > Piscina (nado libre)
- > Sala cardiovascular
- > Pista de atletismo
- > Circuito de carreras
- > Calistenia
- > Gimnasio exterior
- > Aquarunning 30'

