

PROGRAMA DE ACTIVIDADES 2018 | 2019



UNIVERSIDAD
DE MÁLAGA

Vicerrectorado de Cultura y Deporte
Dirección de Deporte Universitario

ACUÁTICAS | 2018-2019

NATACIÓN ANTIESTRÉS

M-J		21:30-22:30	
A	B	C	P. BASE
20,00€	20,69€	25,86€	34,48€

APRENDIZAJE NATACIÓN ADULTOS (NIVEL 0)

L-X		9:30-10:30	
L-X-V		9:30-10:30	
		15:30-16:30	
A	B	C	P. BASE
2 DÍAS	20,00€	20,69€	25,86€
3 DÍAS	27,50€	28,45€	35,56€

CURSO SUPERIOR NATACIÓN ADULTOS

L-X-V		14:30-16:00	
		19:30-21:00	
M-J		14:30-16:00	
		19:30-21:00	
A	B	C	P. BASE
2 DÍAS	20,00€	20,69€	25,86€
3 DÍAS	27,50€	28,45€	35,56€

CURSO NATACIÓN ADULTOS (NIVELES 1 A 3)

L-X-V		8:30-9:30	
		9:30-10:30	
		10:30-11:30	
		14:30-15:30	
M-J		15:30-16:30	
		16:30-17:30	
		19:30-20:30	
		20:30-21:30	
L-X		8:30-9:30	
		9:30-10:30	
		10:30-11:30	
		15:30-16:30	
		16:30-17:30	
		19:30-20:30	
A	B	C	P. BASE
2 DÍAS	20,00€	20,69€	25,86€
3 DÍAS	27,50€	28,45€	35,56€

AQUAGYM

L-X-V		11:30-12:30	
M-J		11:30-12:30	
L-X		17:30-18:30	
M-J		18:30-19:30	
A	B	C	P. BASE
2 DÍAS	20,00€	20,69€	25,86€
3 DÍAS	23,00€	23,79€	29,74€

ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO DE NATACIÓN

L-X-V		12:30-13:30	
L-X		21:30-22:30	
M-J		8:00-9:00	
A	B	C	P. BASE
2 DÍAS	20,00€	20,69€	25,86€
3 DÍAS	23,00€	23,79€	29,74€

COMBINADA (ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN SECO Y PISCINA)

L-X-V		20:30-21:30	
L-X			
L-V			
M-J			
X-V			
A	B	C	P. BASE
2 DÍAS	18,00€	18,62€	23,28€
3 DÍAS	25,00€	25,86€	32,33€

INFANTILES Y JUVENILES 2018-2019

APRENDIZAJE INFANTIL DE NATACIÓN

L-X		16:45-17:30	
X-V			
L-V			
SÁBADO		9:15-10:00	
		10:00-10:45	
		10:45-11:30	
		12:00-12:45	
		12:45-13:30	
B	C	P. BASE	
1 DÍA	18,00€	22,50€	30,00€
2 DÍAS	26,00€	32,50€	43,33€

ESCUELA WATERPOLO

L-X-V		17:30-19:30	
M-J-V			
B	C	P. BASE	
34,14€	42,68€	56,90€	

AIKIDO INFANTIL Y JUVENIL (DE 7 A 15 AÑOS)

L-X		18:00-19:00	
B	C	P. BASE	
15,00€	18,75€	25,00€	

RED BLUE

L-X		16:45-17:45	
M-J		16:15-17:15	
		17:15-18:15	
B	C	P. BASE	
20,00€	20,00€	25,00€	

ESCUELA DE NATACIÓN INFANTIL

L-X		17:30-18:30	
X-V		18:30-19:30	
L-V			
M-J			
L-X-V		17:30-18:30	
		18:30-19:30	
B	C	P. BASE	
2 DÍAS	20,00€	25,00€	33,33€
3 DÍAS	27,00€	33,75€	45,00€

JUDO INFANTIL Y JUVENIL

M-J		18:00-19:00 (4-8 AÑOS)	
		19:00-20:00 (MÁS DE 8 AÑOS)	
B	C	P. BASE	
15,00€	18,75€	25,00€	

ESCUELA DE ESPALDA INFANTIL EN SECO

L-X-V		17:30-18:15	
B	C	P. BASE	
20,00€	25,00€	33,33€	

NATACIÓN PARA BEBÉS (1 A 3 AÑOS)

SÁBADO		10:00-10:35	
		10:40-11:15	
		11:20-11:55	
		12:00-12:35	
		12:40-13:15	
B	C	P. BASE	
22,50€	30,00€	18,00€	

ESCUELA DE ATLETISMO (6 A 14 AÑOS)

M-J		17:00-18:00 (2012-2008)	
		18:00-19:00 (2007-2004)	
B	C	P. BASE	
15,00€	15,00€	20,00€	

ESCUELA DE PÁDEL

V		17:00-18:00(I)	
		18:00-19:00(I)	
		19:00-20:00 (M)	
B	C	P. BASE	
17,00€	21,25€	28,33€	

SALUD | 2018-2019

ESCUELA TERAPÉUTICA DE ESPALDA (REQUISITO SABER NADAR)

L-X-V		8:30-9:30	
		9:30-10:30	
		13:30-14:30	
M-J		16:30-17:30	
		20:00-21:00	
M-J		12:00-13:00	
L-X		21:00-22:00	
M-J			
A	B	C	P. BASE
2 DÍAS	31,50€	32,59€	40,73€
3 DÍAS	39,00€	40,34€	50,43€

ESCUELA DE ESPALDA EN SECO

M-J		11:15-12:00	
		18:30-19:15	
A	B	C	P. BASE
20,00€	20,69€	25,86€	34,48€

NATACIÓN PARA MAYORES (REQUISITO SABER NADAR) (+55)

L-X-V		11:30-12:30	
M-J			
A	B	C	P. BASE
2 DÍAS	14,00€	14,48€	18,10€
3 DÍAS	20,00€	20,69€	25,86€

PROGRAMA DE ACTIVIDADES 2018 | 2019



UNIVERSIDAD
DE MÁLAGA

Vicerrectorado de Cultura y Deporte
Dirección de Deporte Universitario

ACTIVIDAD FÍSICA PARA MAYORES (+55)

M-J		11:30-12:30	
A	B	C	P. BASE
12,00€	12,41€	15,52€	20,69€

NATACIÓN TERAPÉUTICA POR INDICACIÓN MÉDICA O FISIOTERAPÉUTICA

L-X-V M-J		10:30-11:30 13:30-14:30	
A	B	C	P. BASE
2 DÍAS	20,00€	20,69€	25,86€
3 DÍAS	27,50€	28,45€	35,56€

EJERCICIO TERAPÉUTICO CON FISIO

L-X		11:15-12:00 18:15-19:00	
A	B	C	P. BASE
20,00€	20,69€	25,86€	34,48€

ACTIVIDAD FÍSICA EMBARAZADAS

L-X		12:00-13:00	
A	B	C	P. BASE
20,00€	20,69€	25,86€	34,48€

*VALORACIÓN MÉDICA

*Valoración médica		Imprescindible junto con la inscripción en las actividades indicadas	
A	B	C	P. BASE
15€			

RÍTMICAS | 2018-2019

BODYFITNESS

L-X		14:30-15:30 21:00-22:00	
M-J		19:00-20:00	
A	B	C	P. BASE
15,00€	15,52€	19,40€	25,86€

AEROBOX

L-X		20:00-21:00	
M-J		14:30-15:30	
A	B	C	P. BASE
15,00€	15,52€	19,40€	25,86€

GAP

L-X		15:30-16:15 20:15-21:00	
M-J		15:30-16:15	
A	B	C	P. BASE
15,00€	15,52€	19,40€	25,86€

PILATES

L-X		9:30-10:30 16:30-17:30 17:30-18:30 18:30-19:30	
M-J		15:00-16:00 17:30-18:30	
A	B	C	P. BASE
20,00€	20,69€	25,86€	34,48€

BAILES LATINOS

M-J		20:00-21:00 (AVANZADO) 21:00-22:00 (INICIACIÓN)	
A	B	C	P. BASE
20,00€	20,69€	25,86€	34,48€

STEP

M-J		21:00-22:00	
A	B	C	P. BASE
15,00€	15,52€	19,40€	25,86€

AERODANCE

M-J		20:00-21:00	
A	B	C	P. BASE
15,00€	15,52€	19,40€	25,86€

STREET DANCE

(FUNKY, HIP-HOP, DANCE)		L-X	
		19:00-20:00	
A	B	C	P. BASE
15,00€	15,52€	19,40€	25,86€

CICLISMO INDOOR

L-X		14:30-15:30 20:00-21:00 21:00-22:00	
M-J		18:30-19:30	
A	B	C	P. BASE
20,00€	20,69€	25,86€	34,48€

ZUMBA BAJA INTENSIDAD

V		10:30-11:30	
A	B	C	P. BASE
8,70€	9,00€	11,25€	15,00€

ZUMBA

L-X		10:30-11:30 18:00-19:00	
M-J		18:30-19:30	
A	B	C	P. BASE
15,00€	15,52€	19,40€	25,86€

POWER BIKE

L-X		16:00-17:00 19:00-20:00	
M-J		19:30-20:30	
A	B	C	P. BASE
20,00€	20,69€	25,86€	34,48€

CURSOS DEPORTIVOS 2018-2019

AIKIDO

L-X		19:30-21:30	
A	B	C	P. BASE
15,00€	15,52€	19,40€	25,86€

JUDO

M-J		20:00-21:00	
A	B	C	P. BASE
15,00€	15,52€	19,40€	25,86€

CLUB RUNNING UMA

M-J		19.00-20.30	
A	B	C	P. BASE
15,00€	15,52€	19,40€	25,86€

VOLEIBOL

M-J		20.00-21.00	
A	B	C	P. BASE
15,00€	15,52€	19,40€	25,86€

ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO EN SALA CARDIOVASCULAR (CUESTIONARIO MÉDICO OBLIGATORIO)

2 DÍAS LIBRE 3 DÍAS LIBRE		8:00-15:30	
A	B	C	P. BASE
2 DÍAS LIBRES	15,50€	16,03€	20,04€
3 DÍAS LIBRES	22,50€	23,28€	29,09€
2 DÍAS LIBRE 3 DÍAS LIBRE 5 DÍAS LIBRE		15:30-22:30	
A	B	C	P. BASE
2 DÍAS LIBRES	17,50€	18,10€	22,63€
3 DÍAS LIBRES	26,50€	27,41€	34,27€
5 DÍAS LIBRES	32,50€	33,62€	42,03€

ESCUELA DE PÁDEL

L-X		16:00-17:00	
L-X		17:00-18:00 18:00-19:00 19:00-20:00 20:00-21:00 21:00-22:00	
M-J			
V		17:00-18:00 18:00-19:00 19:00-20:00	
A	B	C	P. BASE
1 DÍA	22,76€	28,45€	28,45€
2 DÍAS	28,00€	28,96€	36,20€

ASESORAMIENTO DEPORTIVO OPOSITORES

M-J		L-X-V	
		8:30-11:30 18:30-21:00	
L a V			
A	B	C	P. BASE
2 DÍAS	15,00€	15,52€	19,40€
3 DÍAS	20,00€	20,69€	25,86€
5 DÍAS	27,00€	27,93€	34,91€

FUNCTIONAL TRAINING

M-J		L-X-V	
		11:30-12:30 17:30-18:30 21:00-22:00	
L-X-V		17:30-18:30 19:30-20:30	
A	B	C	P. BASE
2 DÍAS	18,00€	18,62€	23,28€
3 DÍAS	25,00€	25,86€	32,33€

SÚPER BONO MATINAL

SALA CARDIOVASCULAR + PISTA DE ATLETISMO-CIRCUITO CARRERA + ACTIVIDADES (08:00 a 15:30 horas)		L-V	
		8:00-15:30	
A	B	C	P. BASE
28,00€	28,97€	36,21€	48,28€