PROGRAMA DE ACTIVIDADES 2020 | 2021

17:30-18:30

20:00-21.00 17:30-18:30

20:00-21:00

L-X-V

FUNCTIONAL TRAINING





2020 20	/_			Dirección Deporte Universitario	los valores del deporte universitorio
	CONSUI	LTE EN WW	W.DEPORTES.UM	A.ES	
	ACTIVID	ADES A	ACUÁTICAS	20-21	
			COMUNIDAD UMA	TARIFA C	P. BASE
CURSO NATACIÓN ADULTOS (niveles 1 a 3)	8:30-9:30 9:30-10:30 10:30-11:30	L-X-V	28,45 €	35,56 €	47,41 €
	14:30-15:30 15:30-16:30 19:30-20:30 20:30-21:30	M-J			
	8:30-9:30 9:30-10:30 10:30-11:30 15:30-16:30 19:30-20:30	L-X	20,69 €	25,86 €	34,48 €
APRENDIZAJE	10:30-11:30 15:30-16:30	L-X-V	28,45 €	35,56 €	47,41 €
ADULTOS	10:30-11:30	L-X	20,69 €	25,86 €	34,48 €
		L-X-V	25,86 €	32,33 €	37,93 €
COMBINADA	20:30-21:30	L-X L-V M-J X-V	18,62 €	23,28 €	31,03 €
		L-X-V	23,79 €	29,74 €	39,66 €
AQUAGYM	11:30 -12:30	M-J			
	17:30-18:30 18:30-19:30	L-X M-J	20,69 €	25,86 €	34,48 €
ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO DE NATACIÓN	12:30 -13:30	L-X-V	23,79 €	29,74 €	39,66 €
	CURS	OS DEP	ORTIVOS 2	0-21	
			COMUNIDAD UMA	TARIFA C	P. BASE
CLUB RUNNING UMA	19.00-20.30	M-J	15,52 €	19,40 €	25,86 €
VOLEIBOL	20.00-21:30	M-J	15,52 €	19,40 €	25,86 €
	08:30-10.00 10:30-12.00	L-X -V	23,28 €	29,09 €	38,79 €
ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO EN	12:30-14.00 14:00-15:30	M-J	16,03 €	20,04 €	26,72 €
SALA CARDIOVASCULAR	16:00-17:30	L-X -V	27,41 €	34,27 €	45,69 €
	18:00-19:30 20:00-21.30	M-J	18,10 €	22,63 €	30,17 €
ESCUELA DE PADEL NIVELES INICIACION, MEDIO Y PERFECCIONAMIENTO	16:00-17:00 17:00-18:00 18:00-19:00 19:00-20:00 20:00-21.00	L-X	28,96€	36,20€	41,00€
	17:00-18.00 18:00-19.00	٧	22,75 €	28,45 €	29,31 €
	17:00-18:00 18:00-19:00 19:00-20:00 20:00-21:00	M-J	28,96€	36,20€	41,00€
	18:00-19:00 19:00-20:00 20:00-21.00	L-X	28,96€	36,20€	41,00€
ASESORAMIENTO	09:00-12:00	M-J	15,52€	19,40€	25,86€
DEPORTIVO OPOSITORES	18:45-21:15	L-X-V	20,69€	25,86€	34,46€
	11:30-12:30		10000000	To constitute to	REPORTED A

18,62€

25,86€

23,28€

32,33€

31,03€

37,93€

ACTIVIDADES INFANTILES Y JUVENILES 20-21						
		To the Million Co. Sec. 20	COMUNIDAD UMA	TARIFA C	P. BASE	
RED BLUE	16:15-17:15 17:15-18:15 16:45-17:45	M-J	20,00€	20,00€	25,00 €	
ESCUELA DE ESPALDA INFANTIL EN SECO	17:30-18:15	L-X-V	20,00€	25,00 €	33,33 €	
ESCUELA DE ATLETISMO	17:00-18:00 18:00-19:00	M-J L-X	15,00 €	15,00€	20,00€	
ESCUELA NATACIÓN INFANTIL	17:30-18:30 18.30-19.30	L-X L-V M-J X-V	20,00€	25,00€	33,33 €	
ESCUELA DE PÁDEL	17.00-18.00(I) 18:00-19:00(I) 19:00-20.00 (M)	v	17,00 €	21,25 €	28,33 €	
ACTIVIDADES DE SALUD 20-21						
	ACTIV	IDADE9				
			COMUNIDAD UMA	TARIFA C	P. BASE	
ESCUELA TERAPÉUTICA DE ESPALDA	8:30-9:30 09:30-10:30 13:30-14:30 16:30-17:30 19:00-20:00 20:00-21:00	L-X-V	40,34 €	50,43 €	67,24 €	
	8:30-9:30 09:30-10:30 12:00-13:00 13:30-14:30 16:30-17:30 20:00-21:00	M-J	32,59 €	40,73 €	54,31 €	
NATACION DE BAJA	11:30-12:30	L-X-V M-J	20,69 €	25,86 €	34,48 €	
INTENSIDAD ESCUELA DE ESPALDA EN SECO	11:15-12:00 18:30-19:15	M-7 M-2	14,48 € 20,69 €	18,10 € 25,86 €	24,14 € 34,48 €	
EJERCICIO TERAPEÚTICO CON FISIO	11:15-12:00 18:15-19:00	L-X	20,69 €	25,86 €	34,48 €	
ACTIVIDAD FÍSICA DE BAJA INTENSIDAD	11:45-12:45	M-J	12,41 €	15,52 €	20,69 €	
MATACION		1 V W	20 AE E	25 56 F	47 44 E	

	09:30-10:30 12:00-13:00 13:30-14:30 16:30-17:30 20:00-21:00	M-J	32,59 €	40,73 €	54,31 €	
NATACION DE BAJA	11:30-12:30	L-X-V	20,69 €	25,86 €	34,48 €	
INTENSIDAD		M-J	14,48 €	18,10 €	24,14 €	
ESCUELA DE ESPALDA EN SECO	11:15-12:00 18:30-19:15	M-J	20,69 €	25,86 €	34,48 €	
EJERCICIO TERAPEÚTICO CON FISIO	11:15-12:00 18:15-19:00	L-X	20,69 €	25,86 €	34,48 €	
ACTIVIDAD FÍSICA DE BAJA INTENSIDAD	11:45-12:45	M-J	12,41 €	15,52 €	20,69 €	
NATACION	12:30-13:30	L-X-V	28,45 €	35,56 €	47,41 €	
TERAPÉUTICA	12.00-10.00	M-J	20,69 €	25,86 €	34,48 €	
ACTIVIDADES DE MANTENIMIENTO 20-21						

					-	
ACTIVIDADES DE MANTENIMIENTO 20-21						
			COMUNIDAD UMA	TARIFA C	P. BASE	
BODYFITNESS	14:30-15:30	L-X	15,52€	19,40€	25,86€	
	19:00-20:00	M-J	15,52€			
AEROBOX	14:30-15:30	M-J	15,52€	19,40€	25,86€	
	20:00-21:00	L-X	15,526			
GAP	15:30-16:15	L-X	100000	19,40€	25,86€	
GAF	20:15-21:00	27,474	15,52€			
	15:30-16:15	M-J				
	15:00-16:00	M-J		25,86 €	34,48 €	
	17:30-18:30					
PILATES	09:30-10:30	L-X	20,69 €			
1121120	16:30-17:30					
	17:30-18:30					
	18:30-19:30 18:30-19:30	M-J	-		1	
CICLISMO INDOOR	14:30-15:30	M-2	20.60.6	25,86 €	34,48 €	
CICLISMO INDOOR	20:00-21:00	L-X	20,69€			
POWER BIKE	16:00-17:00			25,86 €	34,48 €	
	19:00-20:00	L-X	20,69 €			
	19:30-20:30	M-J	20,03 €			
BAILES LATINOS	20:00-21:00	M-J	20,69 €	25,86 €	34,48 €	
AERODANCE	20:00-21:00	M-J	15,52€	19,40€	25,86€	
STREET DANCE	19:00-20:00	L-X	15,52€	19,40€	25,86€	
ZUMBA BAJA	10:30-11:30	v	9,00 €	11,25 €	15,00 €	
INTENSIDAD	10.30-11.30	4.2	3,00 C	11,200	15,00 €	
ZUMBA	10:30-11:30	L-X	15,52€	19,40€	25,86€	
	18:00-19:00					
	18:30-19:30	M-J				