UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

PROGRAMA DEPORTIVO

Septiembre - Diciembre 2020/2021

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

PRIMER PERÍODO
SEPTIEMBRE - DICIEMBRE
2020-2021

DÓNDE ENCONTRARNOS

INSTALACIONES

ACTIVIDADES

ESCUELAS

COMPETICIONES

INTERUNIVERSITARIAS UPV

DEPORTISTAS ALTO NIVEL UPV

FORMACIÓN

PREMIOS ARTE E INVESTIGACIÓN

EVENTOS

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

ATENCIÓN AL USUARIO

ATENCIÓN AL USUARIO NO PRESENCIAL

La atención al usuario se realizará preferentemente de manera no presencial a través de:

Correo electrónico	deportes@upv.es
WhatsApp	670202032 (atención de Lunes a Viernes de 10 a 13 h)
Teléfono de Información	963 877 004, ext 78372
Teléfono de Administración	963 879 005, ext 78377
Policonsulta	poli [Consulta]
Redes sociales	

ATENCIÓN AL USUARIO PRESENCIAL Edificio 7C, primer piso

Si deseas ser atendido de forma presencial, solicita cita previa poli [Cita]

ATENCIÓN EN INSTALACIONES

Edificio principal	96 387 90 04, ext. 78371
Pabellón UPV	96 387 77 45, ext. 77745
Trinquet	96 387 90 86, ext. 79086
Edificio 5R	96 387 90 04, ext. 78413

Medidas y recomendaciones COVID - 19

- Respeta la distancia de 1,5 metros entre usuarios.
- Para ser atendido de forma presencial debes usar mascarilla.
- El uso de la mascarilla es obligatorio, excepto en el momento de práctica deportiva.

Ventajas para socios de deportes

- **Reserva de instalaciones deportivas. Gratuita siempre que todos los jugadores sean socios o con tarifa reducida para jugar con invitados.**
- **Reserva preferente 24h de antelación al resto de usuarios.**
- **Acceso sin cuota o con cuota reducida a Escuelas Deportivas.**
- **Acceso sin cuota a los programas En Forma y Aula Salud, a competiciones internas y a las instalaciones de uso individual.**

Exención de la tasa de socio de deportes para:

- **Estudiantes de titulaciones oficiales de la UPV, PAS y PDI que tengan reconocido un grado de discapacidad igual o superior al 33%.**
- **Alumnas víctimas de actos de violencia sobre la mujer así como los hijos e hijas a su cargo menores de 25 años.**

Tarifas de Socio de deportes (€)	Anual	1º Periodo	2º Periodo	Verano
Alumnado	65	35	45	10
PAS, PDI y personal de investigación mixto del CSIC	100	55	65	20
Familiares de 1º grado mayores de 18 años de PAS y PDI; alumni UPV y personal asimilado[2]	150	85	95	30
Personas externas con convenio en la UPV[3]	250	140	160	60
Personas externas	400	240	260	80

1 Se considera personal asimilado, el personal de las concesiones y empresas adjudicativas que desempeñan su jornada laboral en la UPV, el alumnado de titulaciones propias de la UPV (máster y especialista universitario), el personal de las empresas vinculadas a la CPI y el personal externo de los institutos de la UPV.
2 Aquellos colectivos que tienen firmado un convenio en vigor con la UPV donde se incluyan los servicios del Servei d'Esports.

Fechas	
Anual	Del 1 de septiembre de 2020 al 31 de julio de 2021
1º Periodo	Del 1 de septiembre al 31 de diciembre de 2020
2º Periodo	Del 1 de enero al 31 de julio de 2021
Verano	Del 1 de junio al 31 de julio de 2021

En caso de modificación de tarifas en las normas presupuestarias de la UPV estas serán de aplicación a partir del 1 de enero.

- **Con la garantía de poder darte de baja**

Puedes solicitar la devolución de la cuota hasta 30 días naturales antes del final del periodo matriculado, siempre que no hayas hecho uso de los servicios ofrecidos a los socios.

- **Asistencia sanitaria**

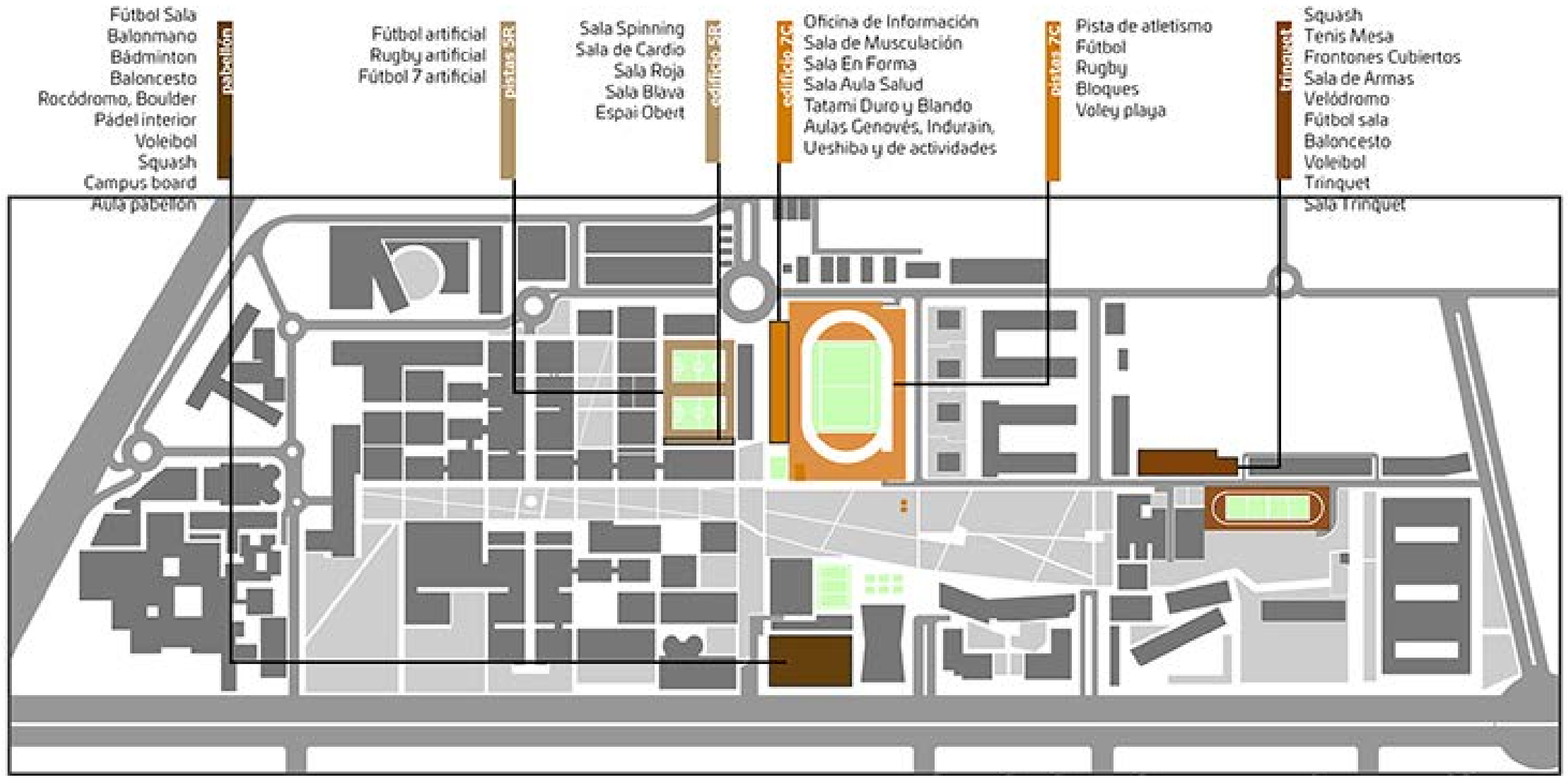
La asistencia sanitaria corre a cargo del seguro médico de cada usuario.

Medidas y recomendaciones COVID - 19

- **El Servei d'Esports se reserva el derecho de adaptar el programa deportivo para adecuarlo a las normativas sanitarias que se vayan estableciendo en cada momento.**
- **No se permite el acceso a vestuarios y duchas.**

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

INSTALACIONES



En Servei d'Esports se reserva el derecho a cerrar temporalmente aquellas instalaciones que necesiten mantenimiento.

PABELLÓN DEPORTIVO 6A
De Lunes a Viernes de 8 a 23 h.
Sábados y Domingos de 8 a 23h.

EDIFICIO PRINCIPAL 7C
De Lunes a Viernes de 7.15 a 23h.

EDIFICIO 5R
De Lunes a Viernes de 8 a 23h.

TRINQUET DEL GENOVÉS 9A
De Lunes a Viernes de 8 a 23h.

COVID-19

Medidas y recomendaciones COVID - 19

- El uso de la mascarilla es obligatorio, excepto en el momento de práctica deportiva.
- Recuerda mantener la distancia de 1'5 metros.
- Respeta el aforo indicado en cada espacio deportivo.
- Es obligatorio el uso de calcetines antideslizantes o zapatillas, queda prohibido realizar actividades descalzo.
- Debido a las medidas COVID relativas al cese de actividad nocturno, todas las instalaciones deportivas cierran a las 23.00 horas.
- No esta permitido el uso de duchas y vestuarios.

Descarga la app y reserva desde tu móvil.

Reserva de instalaciones

Tarifas instalaciones deportivas (€)	Socios con invitados		Comunidad universitaria		Usuarios externos	
	Mañana	Tarde	Mañana	Tarde	Mañana	Tarde
Fútbol sala - balonmano (60’)	10	15	30	40	40	50
Baloncesto - Voleibol (60’)	5	10	20	30	30	40
Fútbol sala exterior (60’)	7	12	20	30	25	40
Baloncesto-voleibol exterior (60’)	5	10	10	20	15	30
Fútbol 11/Rugby césped artificial (60’)	15	25	50	65	60	100
Fútbol 7 (60’)	10	20	30	40	45	55
Vóley playa (60’)	3	5	6	10	12	20
Squash (30’)	2	2	3	5	5	7
Pádel (60’)	3	5	6	10	12	20
Tenis (60’)	3	5	6	8	10	12
Frontón (60’)	3	5	6	10	12	20
Tenis de mesa (60’)	1	1	2	2	3	3
Bádminton (60’)	2	2	3	3	5	5
Trinquet (60’)	3	5	6	10	12	20

El horario de mañana es hasta las 15.00 h

¡Haz tu reserva!

Reservas	Preferencia
Socios	Reserva preferente en los 8 días naturales anteriores al uso de la pista
Comunidad universitaria	Reserva en los 7 días naturales anteriores al uso de la pista
Usuarios externos	Reserva en los 6 días naturales anteriores al uso de la pista

Reserva presencial

de Lunes a Viernes de 9 a 22 h
Sábados y Domingos de 9 a 21h
(en el Pabellón)

Reserva web

Cada día, a partir de las 9h
(24 horas)

Ten en cuenta que...

- Puedes reservar y/o pagar la instalación en tu intranet o desde tu smartphone.
- Puedes anular hasta 24 h antes de la hora de juego, si es una reserva pagada solicita la devolución a través de Polisolicita
- Confirma el uso de la instalación en las pantallas táctiles desde 30' antes del inicio de la reserva hasta 30' después de finalizar la hora de juego reservada.
- Los socios tienen reserva gratuita siempre que jueguen con otros socios, si finalmente vas a jugar con invitados puedes cambiar el estado de la reserva desde Intranet o en la instalación antes de jugar.
- No se permite el uso de instalaciones para fines profesionales.
- Todos los pagos presenciales se realizan con tarjeta.

Tarifas instalaciones de uso individual (€)	Socios	Comunidad universitaria		Usuarios externos	
		Mañana	Tarde	Mañana	Tarde
Pista de atletismo	Acceso gratuito	Gratuito		2	3
Velódromo				2	3
Rocódromo, Campus board y Boulder Interior		2	3	4	5
Sala de cardio		Acceso exclusivo para socios			

El horario de mañana es hasta las 15.00 h

Si eres de la comunidad universitaria o dispones de intranet, puedes reservar desde este enlace.

Si eres externo a la UPV, la reserva de plaza se hace directamente en el Hall del edificio al que pertenece la instalación, supeditado a la existencia de plazas libres.

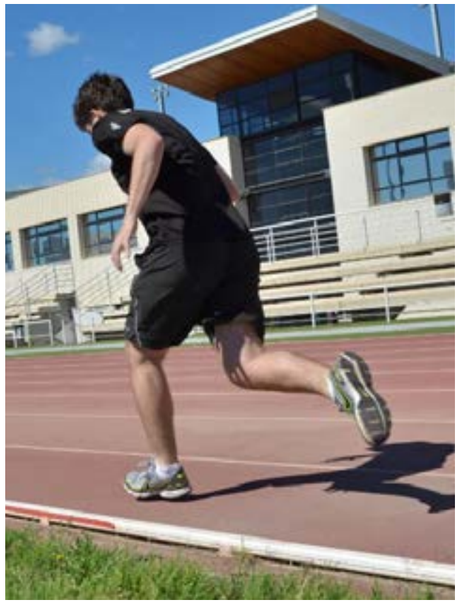
Pago inmediato

Abona el tique con tarjeta inmediatamente antes del uso de la instalación.

¿Dónde adquiero el tique?

Pista de atletismo: Edificio principal 7C
Velódromo: Edificio trinquet 9A
Rocódromo, boulder y campus board: Pabellón UPV 6A.

¡Ven a hacer deporte con nosotros. Te esperamos!



Ten en cuenta que...

- Si dispones de acceso gratuito debes registrar tu entrada en la pantalla de Hall de acceso antes de utilizar la instalación.
- No se permite el uso de instalaciones para fines profesionales.

¿Cómo accedo a las actividades?

Reserva de plaza semanal

Los viernes a partir de las **23.30h podrás reservar tu plaza en tu intranet, a través de la app de actividades, para la semana siguiente**. Y a lo largo de la semana siempre que haya plazas disponibles.

Inscripción en la intranet, en la Oficina de Información (Edificio 7C) con cita previa o en la app de Actividades.

Fechas a tener en cuenta:

Programa	Inicio reserva semanal*	Inicio Programa	Requisito
Musculación, sala cardio y spinning	3 de septiembre	A partir del 7 de septiembre (hasta el 14 las sesiones de spinning serán virtuales)	Socio de Deportes
Programa de Bienvenida	10 de septiembre	A partir del 14 de septiembre	Comunidad Universitaria
En Forma y Aula Salud	28 de septiembre	A partir del 1 de octubre	Socio de Deportes

*El primer día de reserva de plazas (3, 10 y 28 de septiembre) comenzará a las 10.00h.

¡¡RECUERDA!! **Todas las actividades requieren reserva previa de plaza.**

Ten en cuenta que...

- Debes teclear tu número DNI en las pantallas táctiles de acceso a las salas.
- El Servei d'Esports se reserva el derecho de anular o modificar las actividades y sesiones que no tengan suficiente demanda.
- Si el monitor lo considera necesario, se requerirá un certificado médico para continuar en la actividad.
- La asistencia sanitaria corre a cargo del seguro médico de cada usuario.
- Todos los viernes a las 23h se darán de baja a todas las plazas.

Medidas y recomendaciones COVID - 19

- Las sesiones de 60 minutos se reducirán a 50 minutos y las de 90 minutos a 80 minutos.
- Limitación de reserva de 10h/semanales en musculación
- Respeta el aforo indicado en cada espacio deportivo.
- Bailes latinos y bachata se impartirá en línea y no por parejas.
- Se recomienda a cada usuario traer su propio material (colchonetas y banda elástica).
- Es obligatorio el uso de 2 toallas en la sala de musculación y spinning (una para limpieza de sudor y otra para uso de material), y 1 toalla en el resto de salas.
- Cada usuario debe desinfectar el material usado al finalizar la sesión, así como el espacio que haya podido ensuciar por sudoración.
- Se recomienda el uso de guantes, muñequeras y cintas/pañuelos para la cabeza.
- Es obligatorio el uso de calcetines antideslizantes o zapatillas, queda prohibido realizar actividades descalzos/as.
- Debes mantener la distancia de seguridad y usar mascarilla en las zonas de paso.
- Sé responsable y reserva plaza sólo en los grupos que sepas con seguridad que podrás asistir. Piensa en los demás.

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

ACTIVIDADES EN FORMA

En Forma

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
7.30-8.30	GAP Andrea	Tonificación MªPaz	Tonificación Andrea	GAP MªPaz	
8.30-9.30	Tonificación Andrea	GAP MªPaz	GAP Andrea	Fitness MªPaz	Body Weight Training MªPaz
9.30-10.30					
10.30-11.30					
13.30-14.30	Acondic. Cari	Tonificación Cari	Tonificación Cari	Fitness Cari	Acondicionamiento Cari
14.30-15.30	GAP Cari	Zumba Nacho / Train Camp Cari	Fitness Cari	Zumba Nacho / Tonifica. Cari	Train Camp Cari
15.30-16.30	Train Camp Cari	Fitness Cari	Train Camp Cari	Train Camp Cari	Tonificación Cari
16.30-17.30					
17.30-18.30	Zumba Laura	GAP Clara	Aerobox Clara	Step Mario	
18.30-19.30		Aerobox Clara	Fitness Clara		Train Camp Clara
19.30-20.30	Body Weight Clara	Train Camp Clara		Train Camp Laura	Fitness Clara
20.30-21.30	Train Camp Clara / Fitness Mario	Fitness Clara	Train Camp Laura	Zumba Laura	
21.30-22.30					

Edificio 7C (Tatami/Pista atletismo)

Edificio 7C (Sala Aerobic)

PUERTAS ABIERTAS PARA TODA LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA

Del 14 al 30 de septiembre

¡Acceso GRATUITO con reserva de plaza!

Socios de deportes: del 1 de octubre al 22 de diciembre

Los viernes a partir de las **23.30h podrás reservar tu plaza para la semana siguiente**.

Y a lo largo de la semana siempre que haya plazas disponibles.

TODAS TUS ACTIVIDADES EN UN CLICK: ¡RESERVA SEMANAL EN TU INTRANET Y EN LA APP!

¡Prueba nuestras actividades y disfruta cuidándote!

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

ACTIVIDADES AULA SALUD

Aula Salut

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
7.30-8.30					
8.30-9.30	Yoga – Nicole	Yoga – Laura	Yoga – Nicole	Pilates – Laura	
9.30-10.30	Pilates – Nicole		Pilates – Nicole		
10.30-11.30					
13.30-14.30	Yoga – Carol	Pilates – Sefa	Yoga – Carol	Pilates – Sefa	
14.30-15.30	Taichi – Rocío		Taichi – Rocío		Yoga – Laura
15.30-16.30	Pilates – Sefa	Yoga – Carol	Pilates – Sefa	Yoga – Carol	
16.30-17.30	Espalda sana – Jorge	Espalda sana – Laura	Espalda sana – Jorge		
17.30-18.30					
18.30-19.30	Pilates – Nicole	Pilates – Laura	Pilates – Nicole	Bailes latinos – Gloria; Yoga – Laura	
19.30-20.30		Bachata – Gloria	Bachata – Gloria		Bachata – Gloria
20.30-21.30	Pilates Sport – Nicole	Yoga – Laura	Pilates Sport – Nicole; Bailes latinos – Gloria	Pilates – Laura	Bailes latinos – Gloria
21.30-22.30		Bailes latinos – Gloria			

- Edificio 7C (Sala Aerobic)
- Edificio 7C (Tatami/Pista atletismo)
- Edificio 5R
- Edificio 7C (Sala actividades)

PUERTAS ABIERTAS PARA TODA LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA

Del 14 al 30 de septiembre ¡Acceso GRATUITO con reserva de plaza!

Socios de deportes: del 1 de octubre al 22 de diciembre

Los viernes a partir de las **23.30h podrás reservar tu plaza para la semana siguiente**.

Y a lo largo de la semana siempre que haya plazas disponibles.

TODAS TUS ACTIVIDADES EN UN CLICK: ¡RESERVA SEMANAL EN TU INTRANET Y EN LA APP!

¡Prueba nuestras actividades y disfruta cuidándote!

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

ACTIVIDADES EN FORMA

Musculación

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
7.30-8.30	Kike	Jordi	Mª Paz	Manuel	Mª Paz
8.30-9.30					Kike
9.30-10.30					
10.30-11.00	**LIMPIEZA**				
11.00-12.00	Kike	Manuel	Manuel	Manuel	Kike
12.00-13.00					
13.00-13.30	**LIMPIEZA**				
13.30-14.30	Mari Loli	Manuel	Manuel	Laura	Héctor
14.30-15.30					
15.30-16.30					
16.30-17.00	**LIMPIEZA**				
17.00-18.00	Mari Loli	Mari Loli	Mari Loli	Mari Loli	Héctor
18.00-19.00					
19.00-19.30	**LIMPIEZA**				
19.30-20.30	Mari Loli	Mari Loli	Mari Loli	Mari Loli	Héctor
20.30-21.30					
21.30-22.30					

ACCESO EXCLUSIVO PARA SOCIOS DE DEPORTES

del 7 de septiembre al 22 de diciembre

Acceso DIRECTO tecleando tu DNI y reservando tu plaza.

Limitación de reserva de 10 horas semanales.

Lugar:

Sala de musculación: Edicifio 7C

¡Ven y entrena con nosotros! ¡Recuerda reservar tu plaza previamente!

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

ACTIVIDADES EN FORMA

Spinning

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
8.30-9.30	● Virtual	● Virtual	● Virtual	● Virtual	● Virtual
9.30-10.30	○ Virtual	○ Virtual	○ Virtual	○ Virtual	○ Virtual
10.30-11.00	LIMPIEZA				
11.00-12.00	● Virtual	● Virtual	● Virtual	● Virtual	● Virtual
12.00-13.00	○ Virtual	○ Virtual	○ Virtual	○ Virtual	○ Virtual
13.00-14.00	● Virtual	● Virtual	● Virtual	● Virtual	● Virtual
14.00-14.30	LIMPIEZA				
14.30-15.30	Jen	Jen	Jen	Jen	○ Virtual
15.30-16.00	LIMPIEZA				
16.00-17.00	○ Virtual	○ Virtual	○ Virtual	○ Virtual	○ Virtual
17.00-18.00	● Virtual	● Virtual	● Virtual	● Virtual	● Virtual
18.00-19.00	LIMPIEZA				
19.00-20.00	Laura	Ramón	Ramón	Jen	○ Virtual
20.00-20.30	LIMPIEZA				
20.30-21.30	Rony	Ramón	Rony	Rony	● Virtual

Sala Cardio

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
8.00-9.00	○	○	○	○	○
9.00-10.00	○	○	○	○	○
10.00-10.30	LIMPIEZA				
10.30-11.30	○	○	○	○	○
11.30-12.30	○	○	○	○	○
12.30-13.30	○	○	○	○	○
13.30-14.00	LIMPIEZA				
14.00-15.00	○	○	○	○	○
15.00-15.30	LIMPIEZA				
15.30-16.30	○	○	○	○	○
16.30-17.30	○	○	○	○	○
17.30-18.00	LIMPIEZA				
18.00-19.00	○	○	○	○	○
19.00-20.00	○	○	○	○	○
20.00-21.00	○	○	○	○	○

ACCESO EXCLUSIVO PARA SOCIOS DE DEPORTES

Del 7 al 30 de septiembre
(hasta el 14 de septiembre todas las sesiones serán virtuales)
¡Acceso **GRATUITO** con reserva de plaza!

Socios de deportes:
del 1 de octubre
al 22 de diciembre

Acceso DIRECTO tecleando tu DNI y reservando tu plaza

● Nivel Avanzado
○ Nivel Medio

Lugar:

Spinning: edicifio 5R

Sala cardio: edificio 5R

Medidas y recomendaciones COVID - 19

- Las máquinas disponibles para cada sesión estarán marcadas de un color con el fin de mantener la distancia social y las medidas de higiene necesarias.

¡Recuerda reservar tu plaza previamente!

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

ACTIVIDADES
ESCUELAS DEPORTIVAS

PUERTAS ABIERTAS para toda la Comunidad Universitaria

Del 21 al 30 de septiembre

Acceso **GRATUITO con previa inscripción** a partir del **16 de septiembre a las 10h**, a través de tu intranet o en la app de actividades.

1er CUATRIMESTRE

Del 1 de octubre al 22 de diciembre

Escuelas Deportivas

Fechas de inscripción	Exclusivo socios	Inscripción general
Escuelas deportivas de equipo, individual, raqueta y artes marciales.	A partir del 25 de septiembre	A partir del 29 de septiembre hasta completar las plazas

Inscripción en la Oficina de información (Edificio 7C) con cita previa, en tu intranet o en la app de actividades. Las inscripciones comienzan a las 10.00 horas.

Tarifas (€)		Socios	Comunidad Universitaria	Usuarios externos
Deportes individuales, deportes de equipo, Clinic de tecnificación y artes marciales (Precios por grupo)		Gratuito	10	30
Deportes de raqueta Precios por curso	Tenis	88	113	-
	Pádel	132	169	-

Ten en cuenta que...

- El Servei d'Esports se reserva el derecho de anular o modificar las actividades y sesiones que no tengan suficiente demanda.
- Si el monitor lo considera necesario, se requerirá un certificado médico para continuar en la actividad.
- La asistencia sanitaria corre a cargo del seguro médico de cada usuario.
- Las inscripciones están abiertas siempre que hayan plazas disponibles.
- Acumular dos faltas de asistencia en un mismo mes será motivo de baja.
- Todas las semanas las plazas motivo de baja serán liberadas para nuevas inscripciones.
- Para las escuelas con varios niveles, el monitor puede determinar tu permanencia o no en la escuela.

COVID-19

Medidas y recomendaciones COVID - 19

- Debes mantener la distancia de seguridad y y usar mascarilla siempre, excepto en el momento de práctica deportiva.
- Respeta el aforo indicado en cada espacio deportivo para cumplir con las medidas de seguridad.
- Se recomienda el uso de guantes, muñequeras y cintas/pañuelos para la cabeza.
- En Artes Marciales se trabajará la técnica individual sin contacto.
- En Artes Marciales, es obligatorio el uso de calcetines antideslizantes o zapatillas, queda prohibido realizar actividades descalzos/as.

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

ACTIVIDADES
ESCUELAS DEPORTIVAS

Deportes Individuales

Atletismo

Miércoles de 19.00 a 21.00

Lugar: Pista de atletismo

Tenis de mesa

Lunes de 19.00 a 20.30

Lugar: Edificio Trinquet UPV

Tiro con arco

Sábados de 11:30 a 12.30, y de 12.30 a 14.00

Lugar: Campo de tiro UVEG

¡Inscríbete aquí!

¡CONSULTA las plazas disponibles!

PUERTAS ABIERTAS

Del 21 al 30 de septiembre

Acceso **GRATUITO**, con inscripción previa en tu intranet o app de actividades a partir de 16 de septiembre a las 10h.

1er CUATRIMESTRE

Del 1 de octubre al 22 de diciembre

Fechas inscripción

Socios

A partir del 25 de septiembre.

No socios

A partir del 29 de septiembre.

Tarifas

Socios- Gratuito

Comunidad Universitaria- 10€

Personas externas- 30€

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

ACTIVIDADES
ESCUELAS DEPORTIVAS

Deportes Individuales

Patinaje

Viernes de 18.00 a 19.00

Lugar: Edificio Trinquet UPV

Pilota Valenciana

Lunes de 18.30 a 20.00

Lugar: Trinquet UPV

Ajedrez

Martes de 19.00 a 20.30

Lugar: Trinquet UPV

Runners UPV **Online**

*Inscripciones abiertas del **1 de septiembre hasta fin de plazas**.

¡Inscríbete aquí!

¡CONSULTA las plazas disponibles!

PUERTAS ABIERTAS

Del 21 al 30 de septiembre

Acceso **GRATUITO**, con inscripción previa en tu intranet o app de actividades a partir de 16 de septiembre a las 10h.

1er CUATRIMESTRE

Del 1 de octubre al 22 de diciembre

Fechas inscripción*

Socios

A partir del 25 de septiembre.

No socios

A partir del 29 de septiembre.

Tarifas

Socios- Gratuito

Comunidad Universitaria- 10€

Personas externas- 30€

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

ACTIVIDADES
ESCUELAS DEPORTIVAS

Deportes de Raqueta

Pádel*

Iniciación	Lunes y Miércoles 21.00 Martes y Jueves 9.00
Medio 1:	Lunes y Miércoles 10.00, 12.00 y 17.00 Martes y Jueves 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 19.00 y 20.00 Viernes 15.00
Medio 2:	Lunes y Miércoles 9.00, 11.00, 13.00, 15.00, 16.00, 19.00 y 20.00 Martes y Jueves 12.00, 13.00 y 14.00 Viernes 11.00 y 13.00
Perfeccionamiento:	Lunes y Miércoles 14.00 y 18.00 Martes y Jueves 15.00, 18.00 y 21.00 Viernes 9.00

Tenis*

Iniciación	Lunes y Miércoles 13.00 y 18.00 Viernes 9.00
Medio 1:	Lunes y Miércoles 10.00, 11.00, 16.00 y 17.00 Martes y Jueves 9.00, 12.00, 14.00 y 16.00 Viernes 11.00 y 15.00
Medio 2:	Lunes y Miércoles 9.00, 12.00, 15.00 y 20.00 Martes y Jueves 10.00, 11.00, 13.00, 17.00, 18.00 y 20.00 Viernes 13.00
Perfeccionamiento:	Lunes y Miércoles 14.00, 19.00 y 21.00 Martes y Jueves 15.00, 19.00 y 21.00

*Clases de una hora, excepto los viernes de dos horas

Tenis infantil**

De 4 a 10 años	Viernes 18.00 y Sábados 12.00
De 10 a 14 años	Viernes 19.00 y Sábados 11.00
De 14 a 18 años	Viernes 20.00 y Sábados 10.00

** Para inscribir a una niña o niño, la madre o el padre debe ser socia/o de deportes

Impartido con la Colaboración de la Federación de Tenis de la C. Valenciana

¡Inscríbete aquí!

¡CONSULTA las plazas disponibles!

PUERTAS ABIERTAS

Del 21 al 30 de septiembre

Acceso **GRATUITO** (para los horarios marcados en rojo), con inscripción previa a partir del 16 de septiembre a las 10h.

1er CUATRIMESTRE

Del 1 de octubre al 22 de diciembre

Fechas inscripción

Socios
A partir del 25 de septiembre.

No socios
A partir del 29 de septiembre.

Tarifas

Socios -
Tenis 88€ y Pádel 132€
Comunidad Universitaria -
Tenis 113€ y Pádel 169€

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

ACTIVIDADES
ESCUELAS DEPORTIVAS

Artes Marciales

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves
Aïkido Tatami blando	19.30 - 20.30 h		12.00 - 13.00 h	
Kárate Tatami duro	18.00 - 19.00 h			13.00 - 14.00 h
Judo Tatami blando		19.00 -20.00 h		19.00 - 20.00 h
Taekwondo Tatami duro	12.00 - 13.00 h			20.30 - 21.30 h

Ten en cuenta que...

- El Servei d'Esports se reserva el derecho de anular o modificar las actividades y sesiones que no tengan suficiente demanda.
- Si el monitor lo considera necesario, se requerirá un certificado médico para continuar en la actividad.
- La asistencia sanitaria corre a cargo del seguro médico de cada usuario.

COVID-19

Medidas y recomendaciones COVID - 19

- En Artes Marciales, es obligatorio el uso de calcetines antideslizantes o zapatillas, queda prohibido realizar actividades descalzos/as.
- En estas escuelas se trabajará la técnica individual sin contacto.

PUERTAS ABIERTAS

Del 21 al 30 de septiembre

Acceso **GRATUITO**, con inscripción previa en tu intranet o app de actividades a partir de 16 de septiembre a las 10h.

1er CUATRIMESTRE

Del 1 de octubre al 22 de diciembre

Fechas inscripción

Socios
A partir del 25 de septiembre.

No socios
A partir del 29 de septiembre.

Tarifas

Socios- Gratuito
Comunidad Universitaria- 10€
Personas externas- 30€

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

COMPETICIONES
LIGAS Y TORNEOS UPV

LIGAS UPV

Juega con tus compañeros durante todo el cuatrimestre.

Bádminton, Baloncesto, Frontenis, Fútbol 7, Fútbol Sala, Racketball, Pádel, Tenis, Tenis Mesa, Squash, Voley playa (2x2).

Fase de grupos: del **19 de octubre** al **27 de noviembre**.

Fase Play-off: del **30 de noviembre** al **18 de diciembre**.

TORNEOS UPV

Encuentros rápidos para deportes minoritarios.

Balonmano, Fútbol 7 Mixto, Tenis, Tenis Mesa, Rugby 7, Squash, Voleybol
y en modalidad Femenina: Fútbol Sala, Pádel, Tenis, Tenis mesa, Rugby 7, y Squash.

Fechas: del **23 al 30 de noviembre**.

Tarifas de Competiciones(€)	Socios de Deportes	Comunidad Universitaria	Externos
Deportes individuales	Gratuito	5	15
Deportes de raqueta		15	30
Deportes de equipo		20	40

Precio por jugador para cada uno de los períodos. La duración de la competición dependerá de la programación del Servei d'Esports

FECHAS DE INSCRIPCIÓN

Del 21 de septiembre
al 4 de octubre

En la intranet u oficina de información con cita previa.

¡Inscríbete!

COVID-19

Medidas y recomendaciones COVID - 19

- Reducimos tiempo de cortesía a 5 minutos en todos los deportes.
- Al finalizar salimos de la instalación lo antes posible.
- Los equipos solo pueden llegar 10 minutos antes de la hora del partido.
- El acceso para las sustituciones se realizará desde la portería que se defienda en cada tiempo.
- En el banquillo guarda la distancia de seguridad.
- Los carnés los presentará cada jugador individualmente al árbitro.

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

COMPETICIONES
DEPORTES DE EQUIPOS

Ligas UPV

Horarios de juego	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Baloncesto	12.00-16.30 h	9.30-14.00 h	16.30-21.00 h		
Fútbol 7	15.00-19.30 h	17.00-21.30 h	13.00-17.30 h	9.30-14.00 h 16.30-21.00 h	15.30-20.00 h
Fútbol sala	17.30-22.00 h	14.30-19.00 h	12.30-17.00 h	18.30-23.00 h	13.30-18.00 h
Vóley Playa	15.00-18.00 h	18.00-21.00 h	19.00-22.00 h		
PAS - PDI Fútbol Sala	14.30-15.30 h				19.00-21.00 h

FECHAS DE INSCRIPCIÓN

Del 21 de septiembre
al 4 de octubre

En la intranet u oficina de información con cita previa.

FECHAS DE JUEGO

Fase grupos:
del 19 de octubre al
27 de noviembre.

Play Off:
del 30 de noviembre al
18 de diciembre.

¡Sigue los resultados y clasificaciones en la **web** del Servei d'Esports!

¡Te ayudamos a buscar equipo!

Fechas de inscripción del 25 al 30 de septiembre

Fechas para la de formación equipos 1 y 2 de octubre

CATEGORÍA OPEN:
equipos de:
chicos / chicas / chicos + chicas

GRUPOS:
min.4, máx. 6 equipos

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

COMPETICIONES
DEPORTES DE EQUIPOS

Torneos UPV

Horarios de juego

	Día	Hora de juego
Balonmano	Miércoles	12.00-14.00 h
Fútbol 7 mixto	Miércoles	12.00-14.00 h
Fútbol sala femenino	Jueves	18.00-20.00 h
Rugby 7 femenino	Martes	21.00-23.00 h
Rugby 7 masculino	Lunes	21.00-23.00 h
Voleybol	Viernes	17.00-19.00 h

FECHAS DE INSCRIPCIÓN

Del 21 de septiembre
al 4 de octubre

En la intranet u oficina de información
con cita previa.

FECHAS DE JUEGO

Fase eliminatoria:
del 23 al 30 de noviembre

¡Sigue los resultados y clasificaciones en la **web** del Servei d'Esports!

¡Te ayudamos a buscar equipo!

Fechas de inscripción del al

Fechas para la formación equipos

CATEGORIA OPEN:
equipos de:
chicos / chicas / chicos + chicas

GRUPOS:
min.4, máx. 6 equipos

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

COMPETICIONES

DEPORTE DE RAQUETA

Ligas UPV

Horarios de juego

		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Pádel	Oro	15.00-18.00 h	9.00-12.00 h 15.00-18.00 h	18.00-21.00 h	18.00-21.00 h 21.00-23.00 h	
	Plata	18.00-21.00 h	18.00-21.00 h 21.00-23.00 h	15.00-18.00 h	9.00-12.00 h	15.00-18.00 h
	Bronce	9.00-12.00 h 21.00-23.00 h		9.00-12.00 h 21.00-23.00 h	15.00-18.00 h	9.00-12.00 h 18.00-21.00 h
Tenis	Oro	15.00-18.00 h 18.00-21.00 h	9.00-12.00 h	18.00-21.00	21.00-23.00 h	
	Plata		21.00-23.00 h	9.00-12.00 h 15.00-18.00 h	18.00-21.00 h	
	Bronce	9.00-12.00 h 21.00-23.00 h	18.00-21.00 h	21.00-23.00 h	15.00-18.00 h	18.00-21.00 h
Squash	Oro	15.00-18.00		17.00-20.00		
	Plata		16.00-19.00	9.00-12.00	17.00-20.00	

FECHAS DE INSCRIPCIÓN

Del 21 de septiembre
al 4 de octubre

En la intranet u oficina de información con cita previa.

FECHAS DE JUEGO

Fase liga:
del 19 de octubre al
27 de noviembre

Play Off:
del 30 de noviembre al
18 de diciembre

¡Sigue los resultados y clasificaciones en la **web** del Servei d'Esports!

¡PRUEBAS DE NIVEL del 21 al 25 de septiembre!

Oro	• Nivel oro periodo anterior. • Nivel perfeccionamiento en la Escuela. • Prueba de nivel.	Plata	• Nivel plata periodo anterior. • Nivel medio finalizado en la Escuela. • Prueba de nivel.	Bronce	• Sólo para tenis y pádel y sin requisitos.

CATEGORIA OPEN:
equipos de:
chicos / chicas / chicos + chicas

GRUPOS:
min.4, máx. 6 equipos

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

COMPETICIONES
DEPORTES DE RAQUETA

Ligas UPV

Horarios de juego	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Badminton		10.00-13.00 h	14.00-17.00 h		16.00-19.00 h
Frontenis	15.00-19.00 h	16.00-20.00 h	9.00-13.00 h	15.00-19.00 h	
Tenis mesa	12.00-15.00 h	15.00-18.00 h	16.00-19.00 h	15.00-18.00 h	16.00-19.00 h
Racketball	18.00-21.00 h	9.00-12.00 h		15.00-18.00 h	
PAS - PDI Pádel	17.00-21.30 h	15.00-19.30 h	15.00-19.30 h	15.30-20.30 h	

FECHAS DE INSCRIPCIÓN

Del 21 de septiembre
al 4 de octubre

En la intranet u oficina de información con cita previa.

FECHAS DE JUEGO

Fase liga:
del 19 de octubre al
27 de noviembre

Play Off:
del 30 de noviembre al
18 de diciembre

Consulta el día de las competiciones

CATEGORIA OPEN:
equipos de:
chicos / chicas / chicos + chicas

GRUPOS:
min.4, máx. 6 equipos

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

COMPETICIONES
DEPORTES DE RAQUETA

Torneos Femenin s ♀

Horarios de juego

	Día	Hora de juego
Pádel	Miércoles	15.00 - 19.00 h
Squash	Jueves	17.00-19.00 h
Tenis	Lunes	16.00-20.00 h
Tenis mesa	Jueves	15.00-17.00 h

FECHAS DE INSCRIPCIÓN

Del 21 de septiembre
al 4 de octubre

En la intranet u oficina de información
con cita previa.

FECHAS DE JUEGO

Fase eliminatoria:
del 23 al 30 de noviembre

GRUPOS:
min.4, máx. 6 equipos

¡Consulta el día de las competiciones!

Torneos UPV

Horarios de juego	Fechas de inscripción	Fechas de competición
Ajedrez	Desde el 30 de septiembre	Noviembre - Diciembre

¡Insríbete aquí!

A lo largo del curso, la UPV participará en los siguientes Campeonatos Universitarios oficiales, a través de las SELECCIONES DEPORTIVAS UPV:

Campeonato Autonómico de Deporte Universitario (CADU)

Deportes de equipo
Baloncesto, balonmano, fútbol, fútbol sala, pádel, rugby 7, tenis y voleibol.
Inicio de las competiciones en el mes de febrero.

Deportes individuales
Ajedrez, atletismo, cross, deportes de raqueta, deportes de combate, escalada, esgrima, golf y hasta 28 modalidades deportivas que competirán **entre diciembre y mayo.**

Campeonato de España de Deporte Universitario (CEU)

Se celebran de **febrero a mayo** según modalidad deportiva y hay que clasificarse o acreditar las **marcas mínimas según la modalidad**.

Campeonatos de Europa o Juego Europeos Universitarios (EUSA)

Se celebran en función de la programación y para participar hay que ser **medallista en el CEU y acreditar buen estado de forma.**

¡PRUEBAS DE SELECCIÓN!

¿Dónde?
Campus de Vera

¿Cómo inscribirme?
En intranet o en la Oficina de Información del Servei d'Esports con cita previa

Criterios de selección:
www.upv.es/deportes

Fechas de inscripción

Equipo
Del 2 al 30 de septiembre.

Individual
A partir del 2 de septiembre.

Deportes de Equipo

DEPORTES	INICIO de entrenamientos	Horario e instalación
Fútbol masculino	6 de octubre de 2020	12:00 h. Césped artificial
Balonmano masculino		16:00 h. Pabellón – P1
Pádel femenino y masculino	7 de octubre de 2020	20:00 h. P1 - 2 - 3
Voleibol femenino		21:00 h. Pabellón – P4
Fútbol sala masculino	8 de octubre de 2020	12:00 h. Pabellón – P2
Baloncesto masculino		14:00 h. Pabellón – P3
Voleibol masculino		21:00 h. Pabellón – P4
Balonmano femenino	13 de octubre de 2020	20:00 h. Pabellón – P1
Tenis femenino y masculino	14 de octubre de 2020	15:00 h. P2 - 3
Rugby 7 masculino		19:00 h. Césped artificial
Baloncesto femenino	15 de octubre de 2020	12:00 h. Pabellón – P3
Fútbol sala femenino		14:00 h. Pabellón – P2
Rugby 7 femenino	19 de octubre de 2020	13:00 h. Césped artificial
Fútbol femenino	20 de octubre de 2020	12:00 h. Césped artificial

INSCRIPCIÓN

En tu intranet o en la oficina de información con cita previa.

Medidas y recomendaciones COVID - 19

- Es obligatorio el uso de la mascarilla excepto en el momento de práctica deportiva.
- Recuerda mantener la distancia de seguridad.

Ten en cuenta que...

En los **deportes de equipo**...

- Pueden participar alumnos matriculados en titulaciones oficiales.
- No es necesario ser socio de deportes.
- Todas **las pruebas se realizarán en el Campus de Vera y sólo se debe asistir por cita del entrenador.**

Deportes Individuales

DEPORTES	FECHA DE INSCRIPCIÓN desde el 2 de septiembre hasta:
Ajedrez	19 de noviembre de 2020
Cross	
Deportes de combate: Judo, Kárate, Lucha y Taekwondo	
Deportes de raqueta: Bádminton, Frontenis, Tenis de Mesa, Squash	
Esgrima	
Goal Ball	
Golf	
Natación	
Orientación	
Pilota valenciana: frontó, raspall y escala i corda	
Remo	

DEPORTES	FECHA DE INSCRIPCIÓN desde el 2 de septiembre hasta:
Trail	19 de noviembre de 2020
Atletismo	28 de enero de 2021
Ekiden	
Escalada	
Halterofilia	
Hípica	
Tiro con arco	
Triatlón	
Vela	
Voley playa	

Ten en cuenta que...

En los **deportes individuales**...

- Pueden participar alumnos matriculados en titulaciones oficiales.
- No es necesario ser socio de deportes.
- En los deportes de ekiden, frontenis, goal ball, maratón, pilota valenciana, remo, squash y trail también puede participar el PAS-PDI, siempre que sea seleccionado.

INSCRIPCIÓN

En tu intranet o en la oficina de información con cita previa.

Programa de Alto Nivel UPV

Si eres deportista de alto nivel o de élite (BOE, DOGV, UPV) o Selecciones Deportivas UPV, te ayudamos a compaginar las obligaciones académicas y deportivas mediante:

- **Aplazamiento de prácticas**
- **Acceso a sala de musculación**
- **Ayudas económicas**
- **Aplazamiento de exámenes***
- **Cambio de horarios de grupos***

* Sólo deportistas de alto nivel y élite

Puedes consultar las bases de los Premios y Ayudas en nuestra web.

Ayudas a deportistas de Alto Nivel UPV

Para los deportistas que más hayan destacado en los campeonatos universitarios y las competiciones oficiales:

- 3 ayudas de residencia de 600 € al mes.
- 5 ayudas de excelencia de 2.000 € al año.
- 82 ayudas a deportistas universitarios de élite de 750 € al año.

Plazo de solicitud hasta el **10 de septiembre.**
Un total de **90.000 €** para los mejores deportistas UPV.

Premios Fundación Trinidad Alfonso

Dos premios de 1000€ para deportistas universitarios de la UPV.

Plazo de solicitud hasta el **16 de octubre.**

Dos premios de 2000 € para deportistas egresados en la Comunidad Valenciana.

Plazo de solicitud hasta el **16 de octubre.**

PROGRAMA DE FORMACIÓN DEPORTIVA

Fechas de inscripción Desde el **28 de septiembre** en el Centro de Formación Permanente
Completa con nosotros tu currículum académico y obtén hasta 6 créditos ECTS

Deporte y salud	Tipo	Horas	Fechas		Certificados	Alumnado de grado	Socios de deportes y Miembros UPV	Personas externas
La suplementación deportiva adecuada y efectiva	Sesión Técnica Online	3 h	14 de octubre	De 18.00 a 21.00h	Certificado de asistencia	Gratuito*	10 €	20 €
Fortalece tu abdomen: Reeducación postural, pilates y GHA	Jornada Técnica Presencial	10 h	18, 23 y 25 de noviembre	De 18.00 a 21.30h	Certificado de asistencia + 0,33 ECTS	Gratuito*	25 €	35 €
Prevención y tratamiento del dolor de rodilla	Jornada Técnica Presencial	10 h	26 de noviembre, 1 y 3 de diciembre	De 18.00 a 21.30h	Certificado de asistencia + 0.33 ECTS	Gratuito*	25 €	35 €
Deporte y titulaciones UPV	**Tipo**	**Horas**	**Fechas**		**Certificados**	**Alumnado de grado**	**Socios de deportes y Miembros UPV**	**Personas externas**
Actividades de montaña y tecnología: Aplicaciones móviles	Jornada Técnica Presencial	10 h	22, 27 y 29 de octubre	De 18.00 a 21.30h	Certificado de asistencia + 0,33 ECTS	Gratuito*	25 €	35 €

* Tasa Secretaría CFP no incluida

PROGRAMA DE FORMACIÓN DEPORTIVA

Fechas de inscripción Desde el **28 de septiembre** en el Centro de Formación Permanente
Completa con nosotros tu currículum académico y obtén hasta 6 créditos ECTS

Deporte y Sociedad	Tipo	Horas	Fechas		Certificados	Alumnado de grado	Socios de deportes y Miembros UPV	Personas externas
Voluntariado deportivo	Monográfico Online y Presencial	Teroría: 8 h Práctica: 17 h	Teoría (online): 17 y 19 de noviembre Práctica: Colaboración en eventos deportivos UPV	Teoría: de 17.00 a 21.00h	Certificado de asistencia + 1 ECTS	Gratuito*	35 €	55 €

* Tasa Secretaría CFP no incluida

PROGRAMA DE FORMACIÓN DEPORTIVA

Fechas de inscripción Desde el **28 de septiembre** en el Centro de Formación Permanente
Completa con nosotros tu currículum académico y obtén hasta 6 créditos ECTS

Entrenamiento Deportivo	Tipo	Horas	Fechas		Certificados	Alumnado de grado	Socios de deportes y Miembros UPV	Personas externas
Bautismos de mar	Taller Presencial	3 h	24 de octubre	Sábado de 11.00 a 14.00h	Certificado de asistencia	37€	37€	45€
Iniciación al Ultimate Frisbee	Taller Presencial	10 h	20, 22, 27 y 29 de octubre	De 16.00 a 18.30h	Certificado de asistencia	35€	35 €	45 €
Vela Deportiva. Nivel básico	Taller Presencial	12 h	27 y 29 de octubre y 3 y 5 de noviembre	Martes y jueves de 15.00 a 18.00h	Certificado de asistencia	101€	101€	125€
Vela Deportiva. Nivel medio	Taller Presencial	12 h	10, 12, 17 y 19 de noviembre	Martes y jueves de 15.00 a 18.00h	Certificado de asistencia	101€	101€	125€
Entrenamiento de fuerza: Métodos para el aumento de masa muscular	Sesión Técnica Online	3 h	11 de noviembre	De 18.00 a 21.00h	Certificado de asistencia	Gratuito*	10 €	20 €

* Tasa Secretaría CFP no incluida

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

FORMACIÓN

PROGRAMA DE FORMACIÓN DEPORTIVA

Fechas de inscripción Desde el **28 de septiembre** en el Centro de Formación Permanente
Completa con nosotros tu currículum académico y obtén hasta 6 créditos ECTS

Entrenamiento Deportivo	Tipo	Horas	Fechas		Certificados	Alumnado de grado	Socios de deportes y Miembros UPV	Personas externas
Técnicas de relajación	Taller Presencial	10 h	12, 19 y 26 de noviembre, y 3 y 10 de diciembre	De 16.30 a 18.30h	Certificado de asistencia	35€	35 €	45 €
Mecánica básica de la bicicleta	Taller presencial	10 h	24 y 26 de noviembre, y 1 y 3 de diciembre	De 18.00 a 20.30h	Certificado de asistencia	35€	35 €	45 €

Ciclos de charlas UPV

El ciclismo de carretera:
nuevos retos para mejorar su seguridad

17 de diciembre de 12.00 a 14.00h

¡Inscripción gratuita!

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

PREMIOS ARTE E INVESTIGACIÓN RELACIONADOS CON EL DEPORTE DE LA UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

Presentación de obras

Hasta el 26 de octubre a las 14.00h siguiendo las instrucciones de las bases.

Participantes

Alumnado de grado, máster oficial o doctorado de la UPV, y PAS y PDI de la UPV.

Modalidades

Pintura, escultura, fotografía e investigación (proyectos fin de grado, fin de máster o tesis doctoral).

Premios

Pintura	Escultura	Fotografía	Investigación
1º 1.000 € 2º 600 € Accésit 200€	1º 1.000 € 2º 600€ Accésit 200€	1º 300 € Accésit 100€	1º 1.000 €

Días conmemorativos

DÍA INTERNACIONAL DEL DEPORTE UNIVERSITARIO
20 de septiembre de 2020

DÍA DE LAS UNIVERSIDADES SALUDABLES
19 de noviembre de 2020

DÍA INTERNACIONAL DE LA DISCAPACIDAD.
DEPORTE INCLUSIVO
3 de Diciembre de 2020

IX Circuito de carreras UPV

XIII SAN SILVESTRE SOLIDARIA
3,1 km - 17 de diciembre de 2020

Inscripciones y recogida del dorsal
Desde el **1 de diciembre** con cita previa.

Dorsal válido para todas las carreras

Consigue la Bolsa del Corredor al finalizar el Circuito, si has participado en las 2 carreras.

Actos deportivos

Nombramiento DEPORTISTA DE HONOR UPV 2020
Segunda semana de noviembre - Asistencia por invitación.

Presentación SELECCIONES UPV 2020
Segunda semana de noviembre - Asistencia por invitación.

Semana Europea del Deporte

CONCURSO DE FOTOGRAFÍA Y VIDEO

#BEACTIVE

Del 23 al 30 de septiembre
Concurso de fotografías y videos con el deporte como tema central en varias modalidades: haciendo deporte, la nueva normalidad en el deporte, la prevención,...

+Info

COVID-19

Medidas y recomendaciones COVID - 19

- Las carreras se realizarán de forma individual con salida escalonada y un máximo de 30 personas en el recorrido corriendo al mismo tiempo.
- Las carreras dispondrán de una cámara de salida y llegada acotadas, separadas y con las señalizaciones correspondientes de distanciamiento social seguro.
- No se hará entrega de avituallamiento a los participantes.
- En los actos que se realicen en instalaciones cerradas se cumplirán los aforos máximos permitidos con distanciamiento social de seguridad y se tomarán las medidas higiénicas correspondientes a la entrada del mismo, siendo obligatorio el uso de mascarillas.