

Septiembre - Diciembre
2021-2022



PROGRAMA DEPORTIVO

Campus De Vera



UNIVERSITAT
POLITÈCNICA
DE VALÈNCIA

ÀREA DE DEPORTES



PRIMER CUATRIMESTRE 2021 - 2022

- 3 | Dónde encontrarnos**
- 5 | Instalaciones**
- 8 | Actividades**
- 13 | Escuelas**
- 17 | Competiciones**
- 24 | Selecciones UPV**
- 27 | Deportistas de alto nivel UPV**
- 28 | Premios Càtedra**
- 29 | Premios de arte e investigación**
- 30 | Formación**
- 35 | Eventos**

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 (lunes a viernes de 10 a 13 h)

670202032

Teléfono de Información

963 877 004, ext 78372

Teléfono de Administración

963 879 005, ext 78377

Policonsulta



Redes sociales



Atención al usuario: presencial

Edificio 7C, primer piso

Atención presencial en el edificio 7C, primer piso

De lunes a viernes de 10 a 14 y martes y jueves de 16 a 18 horas

Atención al usuario: 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



Consulta las medidas COVID-19 vigentes en cada momento.

Ventajas socio 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.



Descarga la app de deportes.

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.

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.



Tarifas socio de Deportes

	ANUAL	1º CUATRI	2º CUATRI	VERANO	BONO 30
Alumnado		35			
PAS, PDI y personal de investigación mixto del CSIC		55			
Familiares de 1r grado mayores de 18 años de PAS y PDI; Alumni UPV y personal asimilado ¹	150	85	95	30	55
Personas externas con convenio con la UPV ²	250	140	160	60	70
Personas externas	400	240	260	80	120

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 Área de Deportes.



Períodos

Anual	Del 1 de septiembre al 31 de julio
1º Cuatrimestre	Del 1 de septiembre al 31 de diciembre
2º Cuatrimestre	Del 1 de enero al 31 de julio
Verano	Del 1 de junio al 31 de julio
Bono 30	Un mes natural desde la fecha de alta

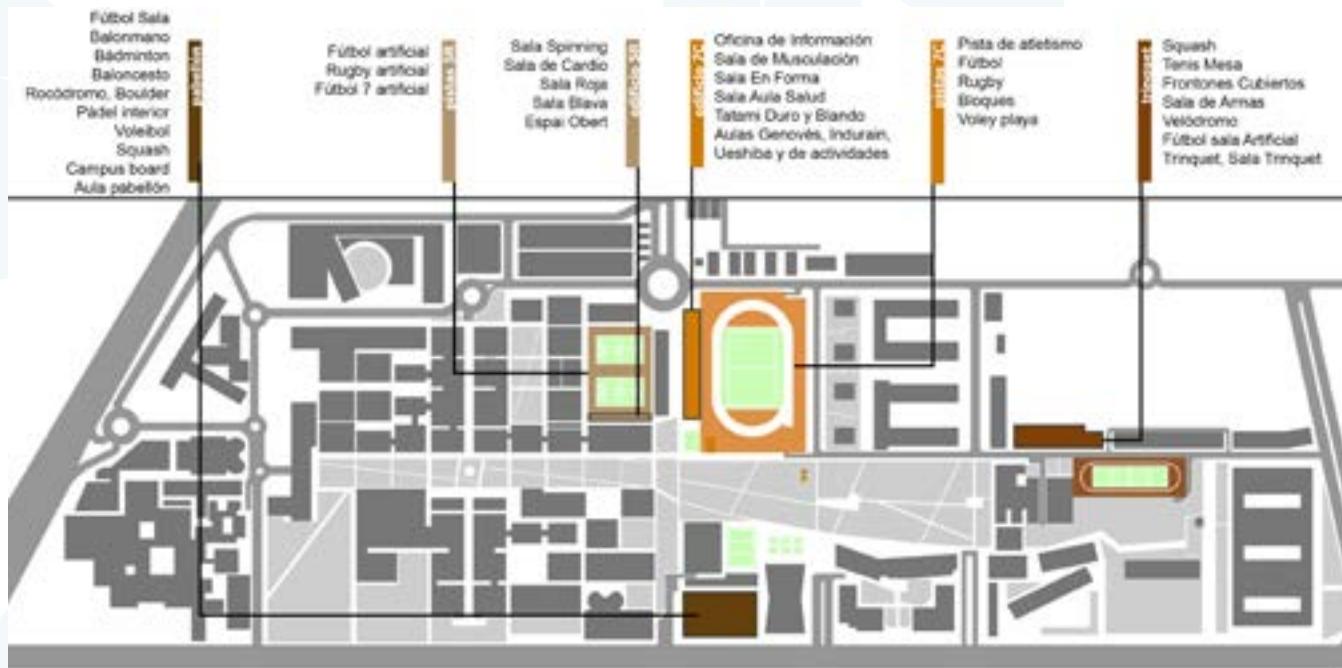


El Área de Deportes se reserva el derecho de modificar los programas para adaptarlo a las normativas sanitarias vigentes.



Hazte socio

Las modificaciones de tarifas en los presupuestos de la UPV serán de aplicación a partir del 1 de enero. Se prevé cuota 0 para la comunidad universitaria a partir de esta fecha.



PABELLÓN DEPORTIVO 6A

De Lunes a viernes de 8 a 23 h.
Sábados y domingos de 8 a 22h.

EDIFICIO PRINCIPAL 7C

De Lunes a Viernes de 7.15 a 23h.

EDIFICIO 5R

De Lunes a viernes de 8 a 22h.

TRINQUET DEL GENOVÉS 9A

De Lunes a viernes de 8 a 22h.

El Área de Deportes se reserva el derecho a cerrar temporalmente aquellas instalaciones que necesiten mantenimiento.

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.



- ◆ El uso de la mascarilla es obligatorio, excepto durante la práctica deportiva en el exterior
- ◆ Recuerda mantener la distancia de 1'5 m.
- ◆ Respetar el aforo indicado en cada espacio.



	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')	5	10	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	10	15

El horario de mañana es hasta las 15.00 h

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 en la intranet o en la app de deportes 24 horas



Presencial
 ◆ De lunes a viernes de 9 a 22 h en todos los edificios de deportes
 ◆ Sábados y domingos de 9 a 21 h en el pabellón



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

Pago inmediato con tarjeta bancaria antes del uso de la instalación en el Hall de acceso al que pertenece la instalación.



Intranet. Si eres de la comunidad universitaria



Presencial. Si eres externo a la UPV. En el Hall de acceso, supeditado a la existencia de plazas.



Ten en cuenta que...

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

El Área de Deportes se reserva el derecho a cerrar temporalmente aquellas instalaciones que necesiten mantenimiento o no puedan ser utilizadas por la COVID-19

Acceso a las actividades

Para acceder a las actividades se necesita hacer la reserva de plaza semanal.

Los sábados a partir de las 10.00 h podrás reservar tu plaza para la semana siguiente. Y a lo largo de la semana siempre que haya plazas disponibles.



Programa 1C

Del 6 de septiembre
al 23 de diciembre



Reserva de plaza:

Desde el sábado 4 de
septiembre a las 10.00 h



Reserva de plaza:

En tu intranet o en la app
Presencial: con cita previa

Máximo de reservas de plaza semanales:

- ◆ Puedes reservar hasta 5 actividades diferentes de los programas En Forma y Aula Salud.
- ◆ Puedes reservar hasta 5 sesiones en cada una de las actividades elegidas y en musculación hasta 6 sesiones.
- ◆ Y además, todas las sesiones que quieras de spinning virtual y sala cardio.

Sanciones a reservas sin asistencia:

Si no asistes a un grupo reservado, no podrás volver a reservar plaza en esa actividad durante 5 días por cada uno de los grupos a los que no asistas en esa actividad. Aunque podrás seguir reservando en el resto de actividades.



Ten en cuenta que...

- ◆ Debes teclear tu número DNI en las pantallas táctiles de acceso a las salas.
- ◆ El Área de Deportes 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.

- ◆ Respetar el aforo marcado en cada espacio.
- ◆ Es obligatorio el uso de mascarilla en interiores incluido el tiempo de la práctica deportiva y recomendable en exteriores.
- ◆ Se recomienda venir con ropa deportiva y evitar el uso de vestuarios.
- ◆ Bailes latinos y bachata se impartirá en línea y no por parejas.
- ◆ Se recomienda traer tu 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 sala.
- ◆ Cada usuario debe desinfectar el material usado tras la sesión, así como el espacio que haya podido ensuciar por sudoración.
- ◆ Se recomienda el uso de guantes, muñequeras y cintas/pañuelos.
- ◆ Es obligatorio el uso de calcetines antideslizantes o zapatillas, queda prohibido realizar actividades descalzos.
- ◆ Mantener la distancia seguridad.



En Forma



	Lunes		Martes				Miércoles		Jueves			Viernes		
7.30-8.30	Hitt	Andrea	Bars training		Paz	Tonificación	Andrea	Bars training		Paz	Hitt	Andrea		
8.30-9.30	Tonific.	Andrea	GAP		Paz	Fitness	Andrea	GAP		Paz	Bars training	Paz		
13.30-14.30	Acondiciona.	Cari	Tonific.		Cari	Tonific.	Cari	Fitness		Cari	Acond.	Cari		
14.30-15.30	GAP	Cari	Train Camp		Cari	Fitness	Cari	Tonific.		Cari	Train Camp	Clara		
15.30-16.30	Train Camp	Cari	Zumba	Laura	Fitness	Cari	Train Camp	Cari	Zumba	Sandra	Train Camp	Cari	Tonific.	Clara
16.30-17.30									Bars training	Sandra				
17.30-18.30			GAP		Clara	Aerobox	Clara			Step	Sandra			
18.30-19.30	Zumba	Laura	Aerobox		Clara	Fitness	Clara					Train Camp	Clara	
19.30-20.30	Body Weight Training	Clara	Train Camp		Clara			Train Camp		Laura	Fitness	Clara		
20.30-21.30	Train camp	Clara	Fitness		Clara	Train Camp	Laura	Zumba		Laura				
21.30-22.30	Fitness	Clara												



Programa 1C

Del 6 de septiembre al 23 de diciembre



Reserva de plazas:

Desde el sábado 4 de septiembre a las 10.00 h



En tu intranet o en la app
Presencial: con cita previa

 Sala Aeróbic

 Sala Actividades

 Tatami

 Pista de Atletismo

Máximo de reservas de plaza semanales:

- ◆ Podrás reservar hasta 5 actividades diferentes de los programas En Forma y Aula Salud.
- ◆ Podrás reservar hasta 5 sesiones en cada una de las actividades elegidas y en musculación hasta 6 sesiones.
- ◆ Y además, todas las sesiones que quieras de spinning virtual y sala cardio.

Sanciones a reservas sin asistencia:

Si no asistes a un grupo reservado, no podrás volver a reservar plaza en esa actividad durante 5 días por cada uno de los grupos a los que no asistas en esa actividad. Aunque podrás seguir reservando en el resto de actividades.



Musculación

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
7.30-8.30	Kike	Miquel	M ^a Paz	Manuel	M ^a Paz
8.30-9.30		M ^a Paz			Kike
9.30-10.30					
10.30-11.00					
11.00-12.00	Kike	Manuel	Manuel	Manuel	Kike
12.00-13.00					
13.00-13.30					
13.30-14.30	Mari Loli	Manuel	Manuel	Hector	Hector
14.30-15.30					
15.30-16.30					
16.30-17.00					
17.00-18.00	Mari Loli	Mari Loli	Mari Loli	Mari Loli	Hector
18.00-19.00					
19.00-19.30					
19.30-20.30	Mari Loli	Mari Loli	Mari Loli	Mari Loli	Hector
20.30-21.30					
21.30-22.30					



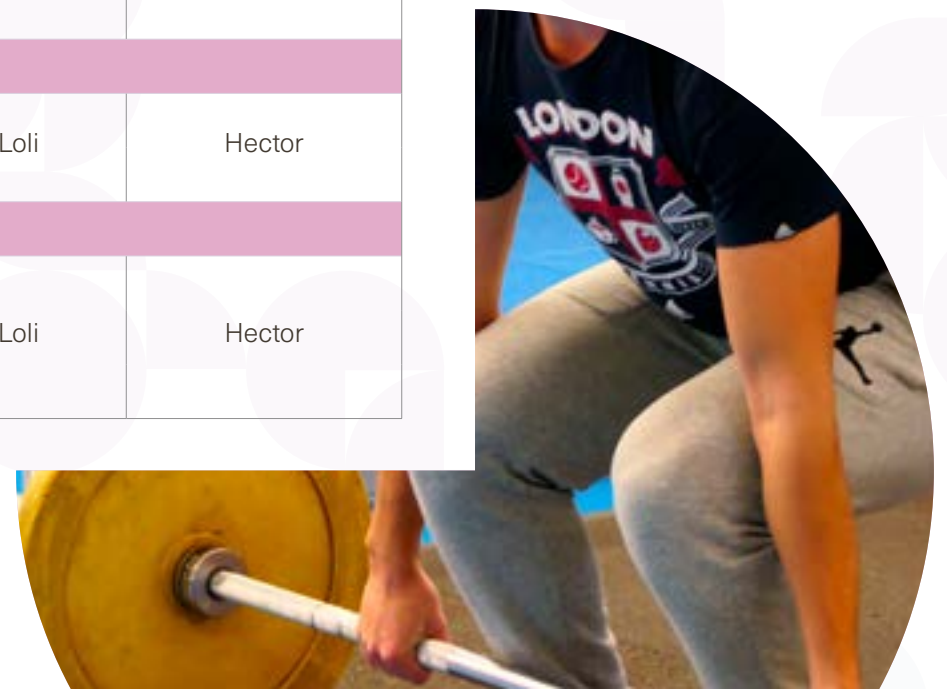
Programa 1C
Del 6 de septiembre
al 23 de diciembre



Reserva de plazas:
Desde el sábado 4 de
septiembre a las 10.00 h



En tu intranet o en la app
Presencial: con cita previa



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	Carlos	Carlos	Carlos	Carlos	● 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	Rony		Rony	Christian	● Virtual
20.00-20.30	LIMPIEZA				
20.30-21.30	Rony	Christian	Rony	Christian	● 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	●	●	●	●	●



Programa 1C

Del 6 de septiembre
al 23 de diciembre



Reserva de plazas:

Desde el sábado 4 de
septiembre a las 10.00 h



En tu intranet o en la app
Presencial: con cita previa



Nivel avanzado



Nivel medio



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

Aula Salud



	Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes			
8.30-9.30	Yoga	Laura	Pilates	Laura	Yoga	Laura	Espalda Sana	Laura	Pilates	Laura		
9.30-10.30												
10.30-11.30	Pilates	Laura	Taichí	Laura	Pilates	Laura	Taichí	Marina				
12.30-13.30			Yoga	Carol			Yoga	Carol				
13.30-14.30	Yoga	Carol			Yoga	Carol						
14.30-15.30			Pilates	Laura			Pilates	Laura	Yoga	Laura		
15.30-16.30	Pilates	Laura	Taichí	Rocío	Yoga	Carol	Pilates	Laura	Taichí	Rocío		
16.30-17.30												
17.30-18.30	Espalda Sana	Laura	Espalda Sana	Carol	Sexy Style	Lamis	Espalda Sana	Laura	Danza Africana	Richard		
18.30-19.30									Bailes Latinos	Gloria		
19.30-20.30	Pilates	Paco	Pilates	Laura			Pilates	Paco	Yoga	Laura	Bachata	Gloria
20.30-21.30	Pilates Sport	Paco	Yoga	Laura	Bachata	Gloria	Pilates Sport	Paco	Pilates	Laura	Bailes Latinos	Gloria
21.30-22.30			Bailes Latinos		Gloria							



Programa 1C

Del 6 de septiembre al 23 de diciembre



Reserva de plazas:

Desde el sábado 4 de septiembre a las 10.00 h



En tu intranet o en la app
Presencial: con cita previa

Edificio 5R

Tatami

Sala Aerobic

Sala Actividades

Máximo de reservas de plaza semanales:

- Podrás reservar hasta 5 actividades diferentes de los programas En Forma y Aula Salud.
- Podrás reservar hasta 5 sesiones en cada una de las actividades elegidas y en musculación hasta 6 sesiones.
- Y además, todas las sesiones que quieras de spinning virtual y sala cardio.

Sanciones a reservas sin asistencia:

Si no asistes a un grupo reservado, no podrás volver a reservar plaza en esa actividad durante 5 días por cada uno de los grupos a los que no asistas en esa actividad. Aunque podrás seguir reservando en el resto de actividades.



Escuelas Deportivas



Programa 1C

Del 6 de septiembre
al 23 de diciembre.
(pádel y tenis comienza el 13)



Reserva de plazas deportes individuales y artes marciales

Desde el sábado 4 de
septiembre a las 10.00 h

Inscripción de las escuelas de pádel y tenis

Exclusivo socios

A partir del 6 de septiembre

Inscripción general

A partir del 8 de septiembre
(hasta completar plazas)



Inscripción y reserva

En tu intranet o en la app
Presencial: con cita previa



Ten en cuenta que...

- ◆ El Área de Deportes se reserva el derecho de anular o modificar las escuelas 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.
- ◆ 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.



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



	Socios	Comunidad universitaria
Tenis	106.34	136.55
Pádel	159.50	204.22
Resto de escuelas	gratis	-

Deportes individuales



Patínaje

Viernes de 18.00 a 19.00h

Lugar: Edificio Trinquet UPV



Pilota valenciana

Lunes de 18.30 a 20.00h

Lugar: Trinquet UPV



Tiro con arco

Sábado de 11.00 a 14.00h

Lugar: Campo de tiro UVEG



Ajedrez

Martes de 19.00 a 20.30h

Lugar: Trinquet UPV



Tenis de mesa

Lunes de 19.00 a 20.30h

Lugar: Edificio Trinquet UPV



Esgrima

Miércoles de 17.30 a 19.30

Lugar: Sala de armas, edificio
Trinquet



Atletismo

Miércoles de 19.00 a 21.00h

Lugar: Pista de atletismo



Voley Playa

Martes y jueves de 13.00 a 14.00h

Lugar: Pista de voley-playa



Programa 1C

Del 6 de septiembre
al 23 de diciembre.



Reserva de plazas deportes individuales y artes marciales

Desde el sábado 4
a las 10.00 h



Reserva

En tu intranet o en la app
Presencial: con cita previa



Runners online

Siguiendo los planes de
entrenamiento que te proponemos,
te ayudamos a llegar en las
mejores condiciones físicas y
psicológicas a cualquier prueba
o reto que te propongas.



Inscripciones abiertas

Desde el 1 de septiembre



Período:

Del 2 de septiembre al 28 de enero

Escuelas de tenis y pádel

Pádel



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

De lunes a jueves clases de una hora. Los viernes clases de dos horas

Tenis



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

De lunes a jueves clases de una hora. Los viernes clases de dos horas

Tenis infantil



	Viernes y sábados
De 4 a 10 años	viernes de 18.00 a 19.00 y sábados de 12.00 a 13.00
De 10 a 14 años	viernes de 19.00 a 20.00 y sábados de 11.00 a 12.00
De 14 a 18 años	viernes de 20.00 a 21.00 y sábados de 10.00 a 11.00



Programa 1C

Del 13 de septiembre al 23 de diciembre.



Inscripción de las escuelas de pádel y tenis

Exclusivo socios

A partir del 6 de septiembre

Inscripción general

A partir del 8 de septiembre (hasta completar plazas)



Inscripción

En tu intranet o en la app
Presencial: con cita previa



	Socios	Comunidad universitaria
Tenis	106.34	136.55
Pádel	159.50	204.22

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

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

Artes marciales



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Aikido (Tatami blando)	19.30 - 20.30		12.00 - 13.00		
Kárate (Tatami duro)	18.00 - 19.00			13.00 - 14.00	
Judo (Tatami blando)		19.00 - 20.00		19.00 - 20.00	
Taekwondo (Tatami duro)	12.00 - 13.00			20.30 - 21.30	12.00 - 13.00



Programa 1C

Del 6 de septiembre
al 23 de diciembre.



Reserva de plazas deportes individuales y artes marciales

Desde el sábado 4
a las 10.00 h



Reserva

En tu intranet o en la app
Presencial: con cita previa

Ten en cuenta que...

- El Área de Deportes se reserva el derecho de anular o modificar las escuelas 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.



◆ 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.



Ligas UPV

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



Inscripción

del 1 al 19 de septiembre



En intranet o presencial con cita previa



◆ Fase de grupos

del 27 de septiembre al 12 de noviembre

◆ Play offs

del 15 de noviembre al 17 de diciembre

Torneos

Encuentros rápidos para deportes minoritarios.

Balonmano, Fútbol 7 Mixto, Tenis, Tenis Mesa, Rugby 7, Squash, y Voleibol

y en modalidad Femenina: Fútbol Sala, Pádel, Tenis, Tenis mesa, Rugby 7, y Squash.



Inscripción

del 1 al 19 de septiembre



En intranet o presencial con cita previa



◆ Fechas de juego

del 15 al 26 de noviembre



Tarifas de competición

	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 Área de Deportes*



- ◆ Se recomienda acudir con ropa deportiva.
- ◆ Tiempos de cortesía reducidos a 5 minutos.
- ◆ Solo se puede entrar en la instalación 10 minutos antes del partido.
- ◆ Al finalizar, se debe abandonar la instalación lo antes posible.
- ◆ Las sustituciones se realizan por la zona asignada.
- ◆ En el banquillo se debe guardar la distancia de seguridad y llevar mascarilla.
- ◆ Cada jugador presenta su carnet al árbitro de forma individual.

Ligas UPV. Deportes de equipo.

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Baloncesto	17.00-21.00 h	10.00-14.00 h	16.30-20.30 h	12.00-16.00 h	
Fútbol 7	15.00-19.30 h	17.00-21.30 h	13.00-17.00 h	10.00-14.00 h 19.30-22.30 h	15.30-19.30 h
Fútbol sala	17.30-21.30 h	14.30-18.30 h	12.30-16.30 h	17.00-21.00 h	14.00-18.00 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
CATEGORÍA OPEN Participación de equipos masculinos, femeninos y mixtos.	GRUPOS min. 4, máx. 6 equipos				



Inscripción

del 1 al 19 de septiembre



En intranet o presencial
con cita previa



► **Fase de grupos**

del 27 de septiembre
al 12 de noviembre

► **Play offs**

del 15 de noviembre
al 17 de diciembre



Sigue las
clasificaciones

¡Te ayudamos
a buscar equipo!

Fechas de inscripción
Del 1 al 12 de septiembre

Reunión online
14 y 15 de septiembre



Torneos UPV. Deportes de equipo.



	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
Voleibol	Viernes	17.00-19.00 h
CATEGORÍA OPEN	GRUPOS	
Participación de equipos masculinos, femeninos y mixtos.	min. 4, máx. 6 equipos	



Inscripción

del 1 al 19 de septiembre



En intranet o presencial con cita previa



Fechas de juego

del 15 al 26 de noviembre



Sigue las clasificaciones

¡Te ayudamos a buscar equipo!

Fechas de inscripción

Del 1 al 12 de septiembre

Reunión online

14 y 15 de septiembre



Ligas UPV. Deportes de raqueta.

			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 h		17.00-20.00 h		
	Plata			16.00-19.00 h	9.00-12.00 h	17.00-20.00	

CATEGORÍA OPEN

Participación de equipos masculinos, femeninos y mixtos.

GRUPOS

min. 4, máx. 6 equipos

Pruebas de nivel

Oro	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Nivel oro periodo anterior. ▶ Nivel perfeccionamiento en la Escuela. 	Plata	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Nivel plata periodo anterior. ▶ Nivel medio finalizado en la Escuela. 	Bronce	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Sólo para tenis y pádel y sin requisitos.
------------	---	--------------	--	---------------	---


Inscripción

del 1 al 19 de septiembre



En intranet o presencial con cita previa.


Fase de grupos

del 27 de septiembre al 12 de noviembre

Play offs

del 15 de noviembre al 17 de diciembre



Sigue las clasificaciones



Ligas UPV. Deportes de raqueta.



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Bádminton		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
Raquetball	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	
CATEGORÍA OPEN Participación de equipos masculinos, femeninos y mixtos.			GRUPOS min. 4, máx. 6 equipos		



Inscripción

del 1 al 19 de septiembre



En intranet o presencial
con cita previa.



► **Fase de grupos**

del 27 de septiembre
al 12 de noviembre

► **Play offs**

del 15 de noviembre
al 17 de diciembre



Sigue las
clasificaciones



Torneos femeninos. Deportes de raqueta.



	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

GRUPOS

min. 4, máx. 6 equipos



Inscripción

del 1 al 19 de septiembre



En intranet o presencial
con cita previa.



Fase de grupos

del 15 de noviembre
al 26 de noviembre

Play offs

del 15 de noviembre
al 17 de diciembre



Sigue las
clasificaciones

Deportes individuales

Ajedrez



Inscripción

desde el 30 de septiembre



En intranet o presencial
con cita previa



Competición

en noviembre-diciembre



A lo largo del curso, la UPV participa 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.
Compien de octubre a febrero.
Final de la liga CADU en marzo

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.

Campeonatos de España Universitarios (CEU)

CEU 2021

De septiembre a diciembre según modalidad deportiva.

CEU 2022

De febrero a mayo, según modalidad deportiva.

Campeonatos de Europa o Juegos 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.



Inscripción

a las pruebas de selección.



En intranet o presencial con cita previa.



Consulta los **criterios de selección.**



Deportes de equipo. Pruebas de selección

Si quieres formar parte de las selecciones UPV, inscríbete a las pruebas.



Inscripción

a las pruebas de selección.

- ◆ Del 2 al 9 de septiembre: baloncesto masculino, fútbol masculino y fútbol sala masculino
- ◆ Del 2 al 16 de septiembre: resto de deportes.



En intranet o presencial con cita previa.



Consulta los **criterios de selección.**

El entrenador de cada modalidad citará a todos aquellos inscritos a las pruebas por email indicando instalación y horario.

Ten en cuenta que...

En los deportes de equipo...

- ▶ Solo 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.



Jornadas de competición. Liga CADU

BLOQUE I

10 de noviembre	UMH-UPV	BALONCESTO FÚTBOL FÚTBOL SALA
25 de noviembre	UPV-UJI	
14 de diciembre	UPV-UVEG	
10 de febrero	UA-UPV	
22 de febrero	UPV-UCV	

BLOQUE II

10 de noviembre	UPV-UMH	BALONMANO RUGBY VOLEIBOL TENIS Y PÁDEL
25 de noviembre	UJI-UPV	
14 de diciembre	UVEG-UPV	
10 de febrero	UPV-UA	
22 de febrero	UCV-UPV	

FINAL

9 de marzo



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

Deportes individuales

DEPORTES	FECHA DE INSCRIPCIÓN desde el 2 de septiembre hasta:
Surf	13 de octubre de 2021
Ajedrez Cross Deportes de combate: Judo, Kárate, Lucha y Taekwondo Deportes de raqueta: Bádminton, Frontenis, Tenis de Mesa, Squash Esgrima <i>Goalball</i> Golf Orientación Pilota valenciana: frontó, raspall y escala i corda Remo Maratón Trail	28 de octubre de 2021
Atletismo Escalada Halterofilia Hípica Natación Tiro con arco Triatlón Vela Voley playa Ultimate Frisbee	27 de enero de 2022



Inscripción

En intranet o presencial con cita previa.

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 frontenis, goal ball, maratón, pilota valenciana, remo, squash, surf, ultimate y trail también puede participar el PAS-PDI, siempre que sea seleccionado.



Programa DAN UPV

Si eres deportista de alto nivel o de élite (BOE, DOGV, UPV) o Selecciones 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*



Ayudas a deportistas de alto nivel

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

- ◆ 3 ayudas de residencia de 6.000 € al año.
- ◆ 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 9 de septiembre.

Un total de **90.000 €** para los mejores deportistas UPV.

Premios Fundación Trinidad Alfonso

Dos premios de 1000€ para el mejor y la mejor deportista UPV que haya compaginado sus estudios con la práctica deportiva de alto nivel.

Plazo de solicitud hasta el 15 de octubre.

Dos premios de 2000 € para el mejor y la mejor deportista egresada entre las universidades de la Comunidad Valenciana que mejor haya compaginado sus estudios con la práctica deportiva.

Plazo de solicitud hasta el 15 de octubre.



Consulta las bases de los premios y ayudas en la web.

Premios de investigación en innovación deportiva 2021

Premios a las investigaciones más novedosas en el campo de las ciencias de la actividad física y el deporte en el ámbito de la tecnología y en el campo social.

Dirigido a:

Personal doctor o contratado o vinculado estatutariamente con alguna de las universidades valencianas, o con centros públicos de investigación y hospitales o con institutos tecnológicos.

Premios

Un premio de **3.000 €** en cada una de las categorías.

Presentación de solicitudes hasta el 6 de septiembre a las 14.00 h.

Premios Deporte y Ciudadanía 2021

Construir una sociedad más justa y solidaria a través del deporte.

Dirigido a:

La comunidad universitaria y externos: personas, clubs y entidades e instituciones deportivas públicas y/o privadas, empresas y profesionales del sector deportivo y asociaciones.

Modalidades

Los proyectos deportivos en favor de la integración social y la lucha contra las desigualdades en la sociedad valenciana.

Premios

5 premios de **2.000 €**

Presentación de solicitudes hasta el 6 de septiembre a las 14.00 h.

¡**16.000 €** en premios!



Con la Colaboración de la Generalitat Valenciana
Consulta las bases en la web de la Càtedra d'Estudis Esportius.



Premios de arte, trabajos fin de grado y trabajos fin de máster relacionados con el deporte de la UPV

Participantes

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

Modalidades

Pintura, escultura, fotografía y trabajos fin de grado o fin de máster.

Premios

5.000 € en premios.



	Pintura	Escultura	Fotografía	Proyectos fin de grado o fin de máster
1º	1.000 €	1.000 €	300 €	1.000 €
2º	600 €	600€	-	-
Accésit	200€	200€	100€	-



Presentación de obras
Hasta el 21 de octubre de 2021 a las 14.00 horas



Consulta las bases



Deporte y salud



Inscripción

Desde el 20 de septiembre en el CFP o en la web.



Obtén hasta 6 ECTS

Deporte y salud	Tipo	Nº de Horas	Fechas	Horario	Certificados	Alumnado de grado	Socios de deportes y miembros UPV	Personas externas
La suplementación deportiva adecuada y efectiva	Sesión Técnica Online	3	26 de octubre	De 18 a 21	Certificado de asistencia	Gratis*	10€	20€
Fortalece tu abdomen: reeducación postural, pilates y GHA	Jornada Técnica Presencial	10	8, 10 y 15 de noviembre	De 18 a 21.30	Certificado de asistencia + 0.33 ECTS		25€	35€
Ayuno intermitente: cómo afecta en tu rendimiento deportivo	Sesión Técnica Online	3	16 de noviembre	De 18 a 21	Certificado de asistencia		10€	20€
Prevención y tratamiento del dolor de rodilla	Jornada Técnica Presencial	10	9, 14 y 16 de diciembre	De 18 a 21.30	Certificado de asistencia + 0.33 ECTS		25€	35€

*Tasa de secretaría CFP no incluida



Deporte y titulaciones UPV



Inscripción
Desde el 20 de septiembre
en el CFP o en la web.

Obtén hasta 6 ECTS

	Tipo	Nº de Horas	Fechas	Horario	Certificados	Alumnado de grado	Socios de deportes y miembros UPV	Personas externas
Deporte sostenible: somos parte de la solución	Sesión Técnica Online	3	19 de octubre	De 18 a 21	Certificado de asistencia	Gratuito*	10€	20€
El Big Data aplicado al baloncesto. El caso del Real Valladolid	Sesión Técnica Online	3	9 de noviembre	De 18 a 21	Certificado de asistencia	Gratuito*	10€	20€

*Tasa de secretaría CFP no incluida

Deporte y sociedad

	Tipo	Nº de Horas	Fechas	Horario	Certificados	Alumnado de grado	Socios de deportes y Miembros UPV	Personas externas
Voluntariado deportivo	Monográfico Online y Presencial	25	Teoría: Online 26 y 28 de octubre Práctica: Colaboración en eventos deportivos	Teoría: De 17 a 21 Práctica: Colaboración en eventos deportivos UPV (17 horas)	Certificado de asistencia + 1 ECTS	Gratuito*	35€	55€

*Tasa de secretaría CFP no incluida

Entrenamiento deportivo



Inscripción

Desde el 20 de septiembre en el CFP o en la web.



Obtén hasta 6 ECTS

	Tipo	Nº de Horas	Fechas	Horario	Certificados	Alumnado de grado	Socios de deportes y miembros UPV	Personas externas
Bautismo de mar (vela)	Taller Presencial	3	16 de octubre	Sábado de 11 a 14h	Certificado de asistencia	37€	37€	45€
Vela deportiva. Nivel básico	Taller Presencial	12	21, 26 y 28 de octubre y 2 de noviembre	Martes y jueves de 15 a 18h	Certificado de asistencia	101€	101€	125€
Iniciación al windsurf	Taller Presencial	12	23 y 24 de octubre	Sábado de 10 a 18h y domingo de 10 a 14h	Certificado de asistencia	Sin alojamiento 75€	Sin alojamiento 75€	Sin alojamiento 80€
						Con alojamiento 90€	Con alojamiento 90€	Con alojamiento 100€
Aplicaciones prácticas sobre el uso de encoders lineales en el entrenamiento de la fuerza	Sesión Técnica	3	6 de noviembre	Sábado de 10 a 13h	Certificado de asistencia	Gratuito*	10€	20€

*Tasa de secretaría CFP no incluida



Entrenamiento deportivo



Inscripción
Desde el 20 de septiembre
en el CFP o en la web.



Obtén hasta 6 ECTS

Deporte y salud	Tipo	Nº de Horas	Fechas	Horario	Certificados	Alumnado de grado	Socios de deportes y miembros UPV	Personas externas
Técnicas de relajación	Taller Presencial	10	4, 11, 18 y 25 de noviembre, y 2 de diciembre	De 16.30 a 18.30 h	Certificado de asistencia	35€	35€	45€
Vela deportiva. Nivel medio	Taller Presencial	12	9, 11, 16 y 18 de noviembre	Martes y jueves de 15 a 18 h	Certificado de asistencia	101€	101€	125€
Mecànica bàsica de la bicicleta	Taller Presencial	10	23, 25 y 30 de noviembre, y 2 de diciembre	De 18.30 a 20.30h	Certificado de asistencia	35€	35€	45€
Entrenamiento de fuerza: métodos para el aumento de masa muscular	Sesión Técnica Online	3	30 de noviembre	De 18 a 21h	Certificado de asistencia	Gratuito*	10€	20€

*Tasa de secretaría CFP no incluida





Ciclo de charlas UPV

Hablemos de deporte

Danza Inclusiva y experiencia de co-diseño de productos accesibles.

Online

Jueves 2 de diciembre a las 12.30 h

Inscripción gratuita



Inscripción

Desde el 20 de septiembre en el CFP o en la web.



Circuito de carreras UPV

◆ XVI Volta a Peu UPV

Carrera 5K
30 de septiembre

◆ XIII Sant Silvestre Solidària

Carrera 3K
16 de diciembre



Inscripción y recogida de dorsales*

Volta a Peu: del 1 al 30 de septiembre

San Silvestre: del 1 al 16 diciembre



Presencial con cita previa.



Consigue la Bolsa del Corredor al finalizar el Circuito si has participado en todas las carreras

** Con tu dorsal podrás participar directamente en las carreras sucesivas. No será necesario inscribirse al resto de carreras.*



Presentación de las selecciones UPV

Conoce los deportistas que representan a la UPV en el Campeonato Autonómico de Deporte Universitario y en los Campeonatos de España Universitarios.



Ultima semana de octubre - primera semana de noviembre

Días especiales

- ◆ **Día internacional del deporte universitario**
20 de septiembre
- ◆ **Día de las universidades saludables**
19 de noviembre
- ◆ **Día internacional de la discapacidad Deporte inclusivo.**
3 de diciembre



Consulta las medidas COVID vigentes en cada momento.

Celebramos el Deporte

La UPV se suma a la iniciativa de la Comisión Europea para la promoción del deporte y combatir el sedentarismo celebrando la Semana Europea del Deporte entre el 23 y el 30 de septiembre de forma simultánea en todos los países miembros de la Unión Europea.

Día Internacional del Deporte Universitario

#UPVBaila

		Hora	Lugar
20 de septiembre	Master class de bailes latinos y bachata	16.00 -16.45	Plaça d'Esports
	Master Class de zumba	16.45 - 17.30	



Programa

Des del 20 al 30 de setembre



Inscripció activitats y master class

Des del 13 de setembre

Inscripció Volta a Peu

Des del 1 de setembre



En intranet o
Presencial: con cita
previa



Consulta las medidas COVID vigentes en cada momento

Semana Europea del Deporte

#BEACTIVE

			Hora	Lugar
Jueves,23	#beactive-punching	Aerobox	16.30-17.30	Plaça d'Esports
Viernes, 24	#beactive-jumping	Kangoo I	16.30-17.30	
Lunes, 27	#beactive-cycling	<i>Spinning</i>	16.00-17.00	
Martes, 28	#beactive-jumaping	Kangoo II	16.30-17.30	
Miércoles, 29	#beactive-dancing	Zumba	16.30-17.30	
Jueves, 30	#beactive-running	Volta a Peu	Salida a las 18.30	Ágora

