



UNIVERSITAT
POLITÈCNICA
DE VALÈNCIA

PROGRAMA ESPORTIU

Campus d'Alcoi



ESTIU 2021



PROGRAMA D'ESTIU 2020-2021

ON TROBAR-NOS

INSTAL·LACIONS

ACTIVITATS

ESPORTISTES ALT NIVELL UPV

PREMIS D'ART, TFG I TFM

PREMIS CÀTEDRA

ESDEVENIMENTS



ATENCIÓ A L'USUARI NO PRESENCIAL

L'atenciÓ a l'usuari es realitzarà preferentment de manera no presencial a través de:

Correu electrÓnic	deportes@epsa.upv.es
WhatsApp	608631047 (atenciÓ de dilluns a divendres de 10 a 13h)
Telèfon d'InformaciÓ	966528448, ext 28448
Policonsulta	poli [Consulta]
Xarxes socials	 

ATENCIÓ A L'USUARI PRESENCIAL

Edifici Georgina Blanes

c/ Alarcón, 1 (Alcoi)

Planta 0: RecepciÓ Planta 1: Oficines

COVID-19

Mesures i recomanacions COVID - 19

- Respecta la distància d'1,5 metres entre usuaris.
- Per ser atès de forma presencial has d'utilitzar mascareta.
- L'ús de la mascareta és obligatori, excepte en el moment de pràctica esportiva.



Avantatges per a socis d'esports

- Reserva d'instal·lacions esportives. Gratuït sempre que tots els jugadors siguen socis o amb tarifa reduïda per a jugar amb convidats.
- Reserva preferent 24h d'antelació a la resta d'usuaris.
- Accés sense quota o amb quota reduïda a Escoles Esportives.
- Accés sense quota als programes En Forma i Aula Salut, a competicions internes i a les instal·lacions d'ús individual.

Exempció de la taxa de soci d'esports per a:

- Alumnat de titulacions oficials de la UPV, PAS i PDI que tinguen reconegut un grau de discapacitat igual o superior al 33%.
- Alumnes víctimes d'actes de violència sobre la dona així com els fills i filles a càrrec seu menors de 25 anys.

Tarifes de Soci d'esports (€)		Estiu
Alumnat		10
PAS, PDI i personal d'investigació mixt del CSIC		20
Familiars de 1r grau majors de 18 anys de PAS PDI i personal assimilat ¹		25
Alumni UPV		30
Persones externes amb conveni amb la UPV ²		60
Persones externes		80

¹ Es considera personal assimilat, el personal de les concessions i empreses adjudicatives que fan la seua jornada laboral a la UPV, l'alumnat de titulacions pròpies de la UPV (màster i especialista universitari), el personal de les empreses vinculades a la CPI i el personal extern dels instituts de la UPV.

² Aquells col·lectius que tenen signat un conveni en vigor amb la UPV en què s'incloua l'accés als serveis del Servei d'Esports.

• Amb la garantia de poder donar-te de baixa

Pots sol·licitar la devolució de la quota fins a 30 dies naturals abans de la fi del període objecte de matrícula, sempre que no hages fet ús dels serveis oferits als socis.

• Assistència sanitària

L'assistència sanitària és a càrrec de l'assegurança mèdica de cada usuari.

Dates

Estiu	De l'1 de juny al 31 de juliol de 2021
-------	--

En cas de modificació de tarifes en les normes pressupostàries de la UPV aquestes seran aplicables des de l'1 de gener.



Mesures i recomanacions COVID - 19

El Servei d'Esports es reserva el dret d'adaptar el programa esportiu per a adequar-lo a les normatives sanitàries que s'establisquen a cada moment.



PAVEL·LÓ ESPORTIU

Tancat temporalment per ús acadèmic.

PISTES DE PÀDEL

De dilluns a divendres de 9 a 21h

SALA DE MUSCULACIÓ

SALA DE CÀRDIO

SALA DE CICLISME

SALA D'ACTIVITATS I FITNES

De dilluns a divendres de 8.15 a 21.20 h



Descàrrega l'app i reserva des del teu telèfon intel·ligent.

Mesures i recomanacions COVID - 19

COVID-19

- L'ús de la mascareta és obligatori en les instal·lacions i sales interiors inclòs el temps de la pràctica esportiva, i recomanable en les instal·lacions esportives exteriors.
- Recorda mantenir la distància d'1'5 metres. Respecta l'aforament indicat en cada espai esportiu.
- És obligatori l'ús de calcetins antilliscants o sabatilles, queda prohibit realitzar activitats descalç.

El Servei d'Esports es reserva el dret a tancar temporalment aquelles instal·lacions que necessiten manteniment.

Reserva d'instal·lacions

Tarifes d'instal·lacions esportives (€)	Socis amb convidats		Comunitat universitària		Usuaris externs	
	Matí	Vesprada	Matí	Vesprada	Matí	Vesprada
Pàdel (90')	3	5	6	10	12	20

L'horari de matí és fins a les 15 h

Fes la teua reserva per la intranet o descarrega't l'APP



Acords amb entitats:

PISCINA MUNICIPAL EDUARDO LATORRE

Preu especial bany lliure (2,80€) presentant el teu carnet UPV a l'entrada.

Reserves	Preferència
Socis	Reserva preferent en els 8 dies naturals abans a l'ús de la pista.
Comunitat universitària	Reserva en els 7 dies naturals abans a l'ús de la pista.
Usuaris externs	Reserva en els 6 dies naturals abans a l'ús de la pista.

Reserva presencial
de dilluns a divendres
de 9 a 21 h

Reserva web
Cada dia, a partir de les 9 h
(24 hores)

Tin en compte que...

- Pots reservar i/o pagar la instal·lació a la intranet o des del teu telèfon intel·ligent.
- Pots anul·lar fins a 24 h abans de l'hora de joc, si és una reserva pagada sol·licita la devolució a través de Polisolicita.
- Confirma l'ús de la instal·lació a les pantalles tàctils des de 30' abans de l'inici de la reserva fins a 30' després de finalitzar l'hora de joc reservada.
- Els socis tenen reserva gratuïta sempre que juguen amb altres socis, si finalment jugares amb convidats pots canviar l'estat de la reserva des de la Intranet o a la instal·lació abans de jugar.
- No es permet l'ús d'instal·lacions per a finalitats professionals.
- Tots els pagaments presencials es realitzen amb targeta.



Com accedisc a les activitats?

Reserva de plaça setmanal

Els divendres des de les **23.30 h** podràs reservar la teua **plaça a la intranet o a través de l'app d'esports, per a la setmana següent**. I al llarg de la setmana sempre que hi haja places disponibles.

Fes la teua inscripció per la intranet o descarrega't l'APP d'esports.

Dates que cal tenir en compte:

Programa	Inici reserva setmanal*	Inici programa	Requisit
Musculació	28 de maig	1 de juny	Soci d'Esports
Càrdio - Fitnes	28 de maig	1 de juny	Soci d'Esports
En Forma i Aula Salut	28 de maig	1 de juny	Soci d'Esports

*El primer dia de reserva de places (28 de maig) començarà a les 23.30 h

RECORDA! Totes les activitats requereixen reserva prèvia de plaça. Tots els divendres a les 23 h es donaran de baixa totes les places.

Tin en compte que...

- Has de teclejar el teu número DNI a les pantalles tàctils d'accés.
- El Servei d'Esports es reserva el dret d'anul·lar o modificar les activitats i sessions que no tinguen prou demanda.
- L'assistència sanitària és a càrrec de l'assegurança mèdica de cada usuari.
- Tots els divendres a les 23 h es donaran de baixa totes les places.



- Les sessions es reduiran a 50 minuts.
- Limitació de reserva de 5h/setmanals en musculació.
- Respecta l'aforament indicat en cada espai esportiu.
- Es recomana vindre directament amb roba esportiva i evitar l'ús dels vestidors.
- Es recomana a cada usuari portar el seu propi material (matalàs i banda elàstica).
- És obligatori l'ús de tovallola.
- Cada usuari ha de desinfectar el material usat en finalitzar la sessió, així com l'espai que haja pogut embrutar per sudoració.
- Es recomana l'ús de guants, canelleres i cintes/mocadors per al cap.
- És obligatori l'ús de calcetins antilliscants o sabatilles, queda prohibit realitzar activitats descalços/ces.
- Has de mantenir la distància de seguretat i usar mascareta.
- Sigues responsable i reserva plaça només en els grups que sàpies amb seguretat que podràs assistir-hi. Pensa en els altres i evita sancions.



Musculació

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
8.30-9.20	MU01	MU12	MU23	MU34	MU45
9.30-10.20	MU02	MU13	MU24	MU35	MU46
10.30-11.20	MU03	MU14	MU25	MU36	MU47
11.20-12.00	NETEJA				
12.00-12.50	MU04	MU15	MU26	MU37	MU48
13.00-13.50	MU05	MU16	MU27	MU38	MU49
13.50-15.00	NETEJA				
15.00-15.50	MU06	MU17	MU28	MU39	MU50
16.00-16.50	MU07	MU18	MU29	MU40	MU51
17.00-17.50	MU08	MU19	MU30	MU41	MU52
17.50-18.30	NETEJA				
18.30-19.20	MU09	MU20	MU31	MU42	MU53
19.30-20.20	MU10	MU21	MU32	MU43	MU54
20.30-21.20	MU11	MU22	MU33	MU44	MU55

Mesures i recomanacions COVID - 19

- Respecta l'aforament de cada zona: màquines, pes lliure i escalfament.
- No utilitzes una màquina si està ocupada la del costat.
- L'ÚS DE LA MASCARETA ÉS OBLIGATORI, FINS I TOT EN EL MOMENT DE PRÀCTICA ESPORTIVA.
- Els usuaris de musculació no podran accedir a la sala càrdio-fitness.



Des de l'1 de juny

Accés DIRECTE
teclejant el teu DNI
i reservant la teua
plaça.

Limitació de reserva
de 5 hores setmanals.

Sancions a reserves
sense assistència.

Vine i entrena amb nosaltres! Recorda
reservar la teua plaça prèviament!

Lloc:
Sala de musculació
(planta baixa)



Càrdio - Fitnes

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
8.15-9.05	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES
9.15-10.05	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	--	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES
10.15-11.05	CARDIO/FITNESS	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES
11.05-11.45	NETEJA				
11.45-12.35	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES
12.45-13.35	--	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES
13.35-15.15	NETEJA				
15.15-16.05	--	--	--	--	CÀRDIO/FITNES
16.30-17.20	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES
17.20-18.00	NETEJA				
	--	--	--	--	--
19.00-19.50	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES
20.00-20.50	CÀRDIO/FITNES	--	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES



Des de l'1 de juny

Accés DIRECTE
teclejant el teu DNI
i reservant la teua
plaça.

COVID-19

Mesures i recomanacions COVID - 19

- En la zona fitnes respecta l'aforament màxim i mantén la distància de seguretat amb els altres usuaris.
- L'ÚS DE LA MASCARETA ÉS OBLIGATORI, FINS I TOT EN EL MOMENT DE PRÀCTICA ESPORTIVA.
- Els usuaris de càrdio-fitnes no podran accedir a la sala de musculació.

Vine i entrena amb nosaltres! Recorda
reservar la teua plaça prèviament!

Lloc:
Sala càrdio - fitnes
(1ª planta)



Aula Salut i En Forma

TOTES LES TEUES ACTIVITATS EN UN CLIC: RESERVA SETMANAL A LA TEUA INTRANET
Prova les nostres activitats i gaudeix cuidant-te!



I A L' APP!

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous
9:15 - 10:15			PILATES	
12:30 - 13:30		CROSSFIT	CROSSFIT	CROSSFIT
12:45 - 13:45	ZUMBA			
15:15 - 16:15	PILATES	TONIFICACIÓ	PILATES	TONIFICACIÓ
16:00 - 17:00		CROSSFIT		CROSSFIT
18:00 - 19:00	GRAONS I GAC		ZUMBA	
19:15 - 20:15			CROSSFIT	
20:15 - 21:15		ZUMBA		

Des de l'1 de juny al 2 de juliol

Activitats

■ Sala d'activitats

Crossfit

■ Exterior



L'ús de mascareta és obligatori en les instal·lacions i sales interiors inclòs el temps de la pràctica esportiva, i recomanable en les instal·lacions esportives exteriors.



Programa d'Alt Nivell UPV

Si ets esportista d'alt nivell o d'elit (BOE, DOGV, UPV) o Seleccions Esportives UPV, t'ajudem a compaginar les obligacions acadèmiques i esportives mitjançant:

- **Ajornament de pràctiques**
- **Accés a sala de musculació**
- **Ajudes econòmiques**
- **Ajornament d'exàmens***
- **Canvi d'horaris de grups***

* Només esportistes d'alt nivell i elit



Ajudes a esportistes d'Alt Nivell UPV

Per als esportistes que més hagen destacat en els campionats universitaris i les competicions oficials:

- 3 ajudes de residència de 600 € al mes.
- 5 ajudes d'excel·lència de 2.000 € a l'any.
- 82 ajudes a esportistes universitaris d'elit de 750 € a l'any.

Pròxima convocatòria **setembre de 2021**.

Un total de **90.000 €** per als millors esportistes de la UPV.

Premis Fundació Trinitat Alfonso

Dos premis de 1.000€ per a esportistes universitaris de la UPV.

Pròxima convocatòria **octubre de 2021**.

Dos premis de 2.000 € per a esportistes egressats a la Comunitat Valenciana.

Pròxima convocatòria **octubre de 2021**.



PREMIOS D'ART, TRABALLS FI DE GRAU I FI DE MÀSTER RELACIONATS AMB L'ESPORT DE LA UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA



Presentació d'obres

Pròxima convocatòria **octubre de 2021**.

Participants

Alumnat de grau, màster oficial o doctorat de la UPV, i PAS i PDI de la UPV.

Modalitats

Pintura, escultura, fotografia i recerca (projectes fi de grau, fi de màster o tesi doctoral).

Premis

Pintura

1r 1.000 €

2n 600 €

Accèssit 200€

Escultura

1r 1.000 €

2n 600€

Accèssit 200€

Fotografia

1r 300 €

Accèssit 100€

Recerca

1r 1.000 €



Premis d'investigació en innovació esportiva 2021

Premis a les investigacions més noves en el camp de les ciències de l'activitat física i l'esport en l'àmbit de la tecnologia i en el camp social.

Dirigit a:

Personal doctor o contractat o vinculat estatutàriament amb alguna de les universitats valencianes, o amb centres públics d'investigació i hospitals o amb instituts tecnològics.

Premis

Un premi de 3.000 € en cadascuna una de les categories.

Presentació de sol·licituds fins el **6 de setembre a les 14.00 h.**



Premis Esport i Ciutadania 2021

Construir una societat més justa i solidària a través de l'esport.

Dirigit a:

La comunitat universitària i externs: persones, clubs i entitats i institucions esportives públiques i/o privades, empreses i professionals del sector esportiu i associacions.

Modalitats

Els projectes esportius en favor de la integració social i la lluita contra les desigualtats en la societat valenciana.

Premis

5 premis de 2.000 €

Presentació de sol·licituds fins el **6 de setembre a les 14.00 h.**

Consulta les bases en la Càtedra d'Estudis Esportius UPV 

Duatló virtual UPV

Prova combinada de cursa de **6km** i cronobicicleta de **20km**.
Pots realitzar les dos accions juntes o per separat.

Data d'inscripció:

Del **7 al 25 de juny a les 14.00 h** a través d'intranet.

Data de realització:

Del **21 al 27 de juny**.

*És necessari estar inscrit en la plataforma STRAVA



COVID-19

Mesures i recomanacions COVID - 19

Recorda respectar les mesures sanitàries vigents al realitzar les proves



**¡Inscripció en l'app o
per la teua
intranet!**