



UNIVERSITAT  
POLITÈCNICA  
DE VALÈNCIA

# PROGRAMA ESPORTIU

Campus d'Alcoi



**Gener -Maig  
2021**



# SEGON PERÍODE GENER - MAIG 2020-2021

ON TROBAR-NOS

INSTAL·LACIONS

ACTIVITATS

ESCOLES

COMPETICIONS

INTERUNIVERSITÀRIES UPV

ESPORTISTES ALT NIVELL UPV

FORMACIÓ

PREMIS ART I RECERCA

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 (€)	2n període	Estiu
Alumnat	25	10
PAS, PDI i personal d'investigació mixt del CSIC	35	20
Familiars de 1r grau majors de 18 anys de PAS PDI i personal assimilat <sup>1</sup>	50	25
Alumni UPV	95	30
Persones externes amb conveni amb la UPV <sup>2</sup>	160	60
Persones externes	260	80

<sup>1</sup> 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.

<sup>2</sup> 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

2n període	De l'1 de gener al 31 de juliol de 2021
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 21.30 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
<b>Pàdel (90')</b>	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	12 de març	15 de març	Soci d'Esports
Càrdio - Fitnes	12 de març	15 de març	Soci d'Esports
En Forma i Aula Salut	12 de març	15 de març	Soci d'Esports

\*El primer dia de reserva de places (12 de març) 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.



COVID-19

- 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	<b>NETEJA</b>				
12.00-12.50	MU04	MU15	MU26	MU37	MU48
13.00-13.50	MU05	MU16	MU27	MU38	MU49
13.50-15.00	<b>NETEJA</b>				
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	<b>NETEJA</b>				
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.



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

**Des del 15 de març**

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

Limitació de reserva  
de 5 hores setmanals.

Sancions a reserves  
sense assistència.

**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
10.15-11.05	CARDIO/FITNESS	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES
11.05-11.45	<b>NETEJA</b>				
11.45-12.35	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES
12.45-13.35	--	CÀRDIO/FITNES	--	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES
13.35-15.15	<b>NETEJA</b>				
15.15-16.05	--	--	--	--	CÀRDIO/FITNES
16.30-17.20	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES
17.20-18.00	<b>NETEJA</b>				
18.00-18.50	--	--	--	CÀRDIO/FITNES	CÀRDIO/FITNES
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 del 15 de març

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-fitness no podran accedir a la sala de musculació.

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

**Lloc:**  
Sala càrdio - fitness  
(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		PILATES	
12:30 - 13:30		CROSSFIT		CROSSFIT
12:45 - 13:45	ZUMBA		ZUMBA	
15:15 - 16:15	PILATES	TONIFICACIÓ	PILATES	TONIFICACIÓ
16:00 - 17:00		CROSSFIT		CROSSFIT
18:00 - 19:00	GRAONS I GAC	IOGA	ZUMBA	
20:15 - 21:15		ZUMBA		

Des del 15 de març

### 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.





# ACTIVITATS ESCOLES ESPORTIVES



## Tir amb Arc

Dijous de 13 a 14.30 h

Lloc: Gimnàs de l'Edifici del Viaducte



## Pàdel

Nivells: iniciació, mitjà i avançat

Horari: s'ha de convenir

Preu, segons persones per grup:

- 4 pers. = 40€ cadascuna
- 3 pers. = 55€ cadascuna
- 2 pers. = 80€ cadascuna
- 1 pers. = 160€

Nombre de sessions: 9

Duració de la sessió: 1 h

Lloc: pistes de pàdel

Inscripció al Servei d'Esports



## Corredors UPV **En línia**

Exclusiu per a socis.

\*Rutines per a realitzar al teu ritme:  
Seguiment en línia.

### INSCRIPCIÓ

Des del 12  
de març  
(començarà a les 23.30 h)

Des del 15  
de març

Inscriu-te per  
la Intranet!

### Tin en compte que...

- El Servei d'Esports es reserva el dret d'anul·lar o modificar les activitats i sessions que no tinguen suficient demanda.
- L'assistència sanitària és a càrrec de l'assegurança mèdica de cada usuari.
- Les inscripcions estan obertes sempre que hagen

### Mesures i recomanacions

#### COVID - 19

- Has de mantindre la distància de seguretat i usar la màscara sempre, fins i tot en el moment de pràctica esportiva.
- Es recomana vindre directament amb roba esportiva i evitar l'ús dels vestidors.





## 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**.



## PROGRAMA DE FORMACIÓ ESPORTIVA

**Inscripció oberta** al Centre de Formació Permanent

Completa amb nosaltres el teu currículum acadèmic i obtén fins a 6 crèdits ECTS



<b>Accions formatives En línia</b>	Tipus	Hores	Dates		Certificats	Alumnat de grau	Socis d'esports Membres UPV	Persones externes
Aplicacions del Big Data i la intel·ligència artificial en l'esport	Sessió Tècnica En línia	3 h	24 de març	De 18 a 21 h	Certificat d'assistència	Gratuit*	10 €	20 €
Biomecànica bàsica aplicada al CICLISME	Sessió Tècnica En línia	3 h	21 d'abril	De 17 a 20 h	Certificat d'assistència	Gratuit*	10 €	20 €
Esport sostenible: som part de la solució	Sessió Tècnica En línia	3 h	22 d'abril	De 18 a 21 h	Certificat d'assistència	Gratuit*	10 €	20 €
El BIG DATA aplicat al futbol. El cas del Reial Valladolid.	Sessió Tècnica En línia	3 h	29 d'abril	De 18 a 21 h	Certificat d'assistència	Gratuit*	10 €	20 €
Recomanacions saludables d'exercici físic i dieta per a la PÈRDUA ED PES	Sessió Tècnica En línia	3 h	6 de maig	De 18 a 21 h	Certificat d'assistència	Gratuit*	10 €	20 €

\* Taxa secretaria CFP no inclosa



# PREMIS ART I RECERCA 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€

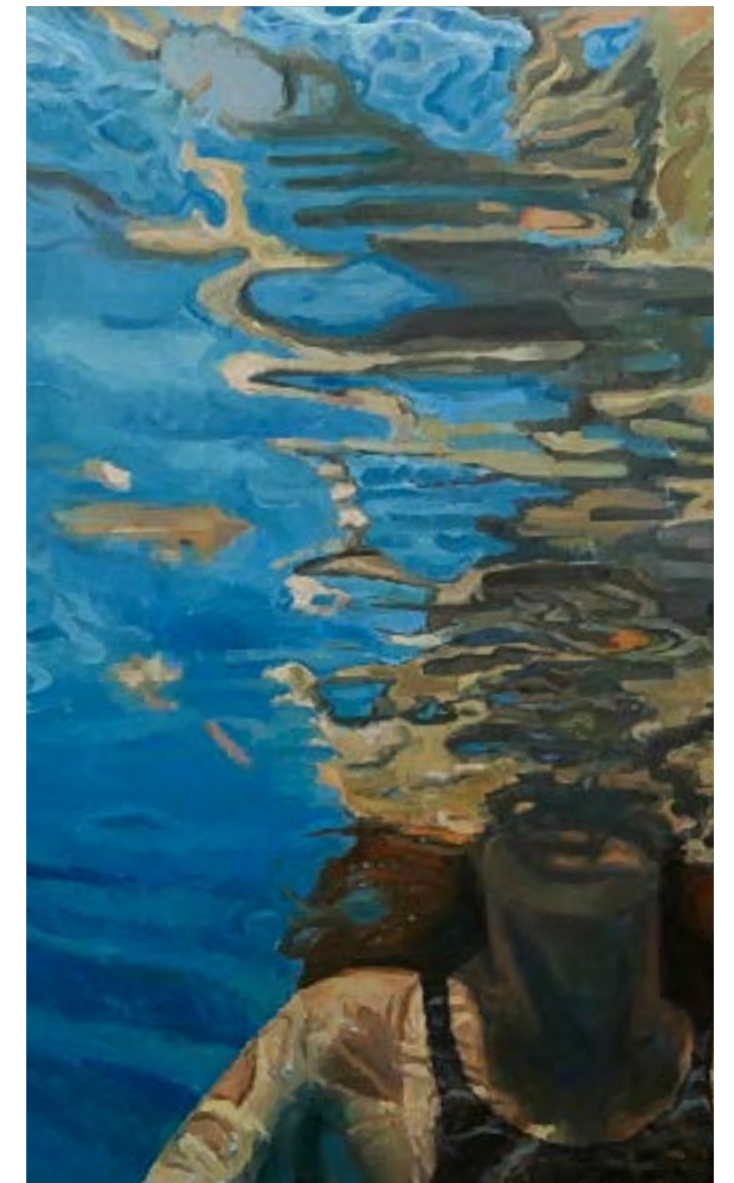
Fotografia

1r 300 €

Accèssit 100€

Recerca

1r 1.000 €





## XXXI Trofeu UPV

### Edició especial

Representa a l'Escola Politècnica Superior d'Alcoi en el Trofeu més preuat de l'any. Aquesta edició, amb un format adaptat per a oferir-te les màximes mesures de seguretat.

### FASE FINAL. 13 DE MAIG. CAMPUS DE VERA

Jornada final en la qual participen els equips d'Alcoi, Gandia i els dos equips finalistes del campus de Vera en cada modalitat esportiva.

COMPETICIÓ MASCULINA	
BLOC 1	Futbol 7, voleibol, tennis i tennis de mesa
BLOC 2	Volei platja, futbol sala, pàdel i esquaix
BLOC 3	Bàsquet, escacs i frontennis
COMPETICIÓ FEMENINA	
BLOC 1	Volei platja, futbol sala, pàdel i squaix
BLOC 2	Futbol 7, voleibol, tennis i tennis de mesa
BLOC 3	Bàsquet, escacs i frontennis

## Circuit de curses Virtual

### CURSA DE LA DONA

**4 de març** / 5 km

Inscripcions des del 15 de febrer

### CURSA DIA DE L'ESPORT

**30 de març** / 6 km

Inscripcions des del 16 de març

### CARRERA TROFEO UPV

**29 de abril** / 8 km

Inscripcions des del 12 d'abril

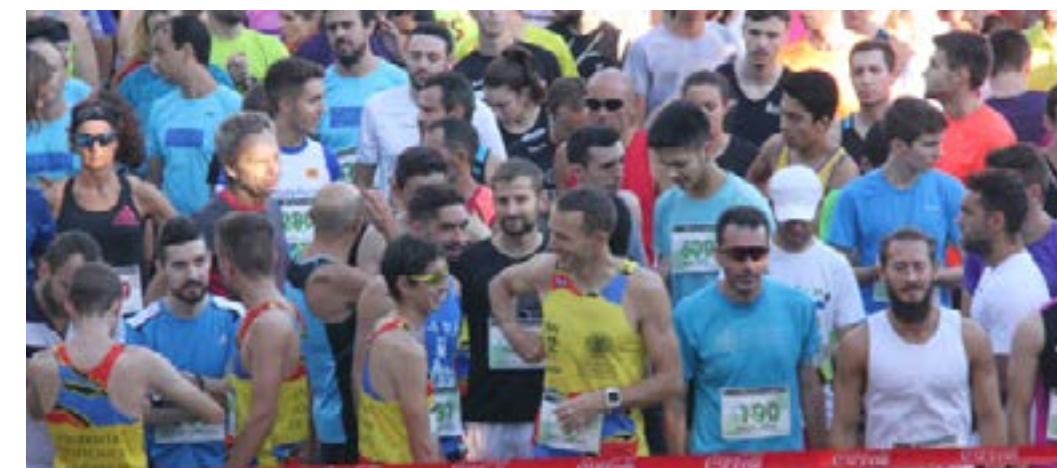
Sorteig de premis entre els participants en cada cursa.

**Inscripció gratuïta!**

## Presentació de les Seleccions UPV

Coneix els esportistes que representen a la UPV en el Campionat Autòmic d'Esport Universitari i els Campionat d'Espanya Universitaris.

**28 de gener. En línia**



## Mesures i recomanacions COVID - 19

- En els actes que es realitzen en instal·lacions tancades es compliran els aforaments màxims permesos amb distanciament social de seguretat i es prendran les mesures higièniques corresponents a l'entrada d'aquest, sent obligatori l'ús de mascareta.