UNIVERSIDAD DE GRANADA

Centro de Actividades Deportivas

Vida Sana 2021-2022



Actividad divertida, variada y amena, dirigida a adultos mayores de 50 años sin importar el estado de forma inicial. Persigue la mejora de las capacidades físicas relacionadas con la salud mediante la realización de diferentes actividades: sesiones de trabajo en circuito, uso del propio peso corporal como carga, bailes y coreografías sencillas, etc. Se adaptará en función de las características del grupo.

Instalación, edad de participación y requisitos para el grupo de martes-jueves.

Instalación.

- Todos los grupos de horario de mañanas se impartirán en la pista 1 del Pabellón Universiada del Campus de Fuentenueva.
- Los grupos de tarde se impartirán en el Pabellón 2 del Campus de Fuentenueva.

Edad de participación.

A partir de los 50 años.

Requisitos de matriculación para los/as alumnos/as Del Aula Permanente.

- Los alumnos matriculados en el curso 2021-2022 en el Aula Permanente de Formación Abierta de la Universidad de Granada tendrán un plazo preferente de inscripción en el 1º periodo. Para las matrículas del 2º y 3º periodo habrá plazo preferente **sólo si hay plazas sin cubrir del periodo anterior**.
- El lugar de inscripción será exclusivamente la sede administrativa del CAD

Copyright© 2026 Universidad de Granada

(Campus de Fuentenueva).

- Documentación necesaria: carnet, matrícula o documento que acredite la condición de estudiante del APFA.

Periodos de impartición, inscripción, horario, plazas y precios.

Periodos de impartición.

PERIODO	FECHAS	OBSERVACIONES IMPORTANTES
PRIMERO	Del 04 de octubre al 22 de diciembre de 2021.	Días festivos: 12 octubre, 1 noviembre y 6 y 8 de diciembre 2021
SEGUNDO	Del 10 de enero al 28 de marzo de 2022.	Días festivos: 28 febrero 2022
TERCERO	Del 29 de marzo al 15 de junio de 2022.	Días festivos del 11 al 17 de abril 2022, 2 y 26 de mayo de 2022.

Periodos de inscripción.

- Abierto a miembros de la comunidad universitaria y no universitaria.

PERIODO	ALUMNOS/AS AULA PERMANENTE	COMUNIDAD UNIVERSITARIA	COMUNIDAD NO UNIVERSITARIA
PRIMERO	21- 22 de septiembre de 2021.	Del 23 de septiembre al 15 de octubre de 2021.	Del 28 de septiembre al 15 de octubre de 2021.
SEGUNDO	29 - 30 de noviembre de 2021.	**Renovaciones**: del 1 al 8 de diciembre de 2021. **Nuevas Altas**: del 9 de diciembre al 18 de enero de 2022.	**Renovaciones**: del 1 al 8 de diciembre de 2021. **Nuevas Altas**: del 15 de diciembre al 18 de enero de 2022.

Copyright© 2026 Universidad de Granada

TERCERO	7 - 8 de marzo de 2022.	**Renovaciones**: del 9 al 14 de marzo de 2022. **Nuevas Altas**: del 15 de marzo al 5 de abril de 2022.	**Renovaciones**: del 9 al 14 de marzo de 2022. **Nuevas Altas**: del 21 de marzo al 5 de abril de 2022.

Horarios y plazas.

La duración de las clases será de 60 minutos.

- Días: Lunes, miércoles y viernes
  - Horario: 09:00 - 10:00 (mínimo 10 y máximo 20 plazas).
- Días: Lunes, miércoles
  - Horario: 10:00 - 11:00 (mínimo 10 y máximo 20 plazas).
  - Horario: 11:00 - 12:00 (mínimo 10 y máximo 20 plazas).
- Días: Martes y jueves (mañanas)
  - Horario: 09:00 - 10:00 (mínimo 10 y máximo 20 plazas).
  - Horario: 10:00 - 11:00 (mínimo 10 y máximo 20 plazas).
  - Horario: 11:00 - 12:00 (mínimo 10 y máximo 20 plazas).
- Días: Martes y jueves (tardes)
  - Horario: 18:00-19:00 (mínimo 10 y máximo 20 plazas).
  - Horario: 19:00-20:00 (mínimo 10 y máximo 20 plazas).

Precio por periodo.

- Para grupos de 3 días/semana:
  - Miembros de la comunidad universitaria con alta deportiva: 60,00 €/periodo.
  - Miembros no pertenecientes a la comunidad universitaria: 72,00 €/periodo.
- Para grupo de 2 días/semana:
  - Alumnos del Aula Permanente (2021-2022) con alta deportiva: 45,00

Copyright© 2026 Universidad de Granada

€/periodo.

- Miembros de la comunidad universitaria con alta deportiva: 45,00 €/periodo.
- Miembros no pertenecientes a la comunidad universitaria: 54,00 €/periodo.

- Muy Importante: Si después de matricularse en cualquier actividad, no pudiera realizarla, deberá enviarnos un correo a deportes@ugr.es, solicitando la baja, para poder adjudicar dicha plaza a otro solicitante.
- **Lista de espera:** Las personas que se inscriban en lista de espera y que formalicen la inscripción en cualquiera de las actividades ofertadas con posterioridad al comienzo de las mismas, deberán abonar el importe completo del periodo matriculado.

Material indispensable.

- Obligatorio traer toalla para colocar sobre las esterillas.
- Recomendable traer esterilla propia y botella de agua.

Recomendación e intensidad

- Se recomienda a todos los participantes, la conveniencia de pasar por un reconocimiento médico en caso de padecer algún tipo de dolencia, alergia o enfermedad.
- Intensidad de la actividad: Baja-Media.

Copyright© 2026 Universidad de Granada