UNIVERSIDAD DE GRANADA

Centro de Actividades Deportivas

Vida Sana 2024-2025



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.

Edad de participación

Edad de participación.

- A partir de los 50 años.
- 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.

Requisitos para los/as alumnos/as del Aula Permanente de Formación Abierta

- Los alumnos matriculados en el curso 2024-2025 en el Aula Permanente de Formación Abierta de la Universidad de Granada tendrán un plazo preferente de inscripción en el 1º periodo (ver tabla de plazos). 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 de manera presencial en la sede administrativa del CAD del Campus de Fuentenueva.

- Documentación necesaria: carnet, matrícula o documento que acredite la condición de estudiante del Aula Permanente de Formación Abierta de

Copyright© 2026 Universidad de Granada

la Universidad de Granada en este curso académico 2024-2025.

Periodos de impartición e inscripción

Periodos de impartición

- IMPORTANTE: Los periodos de impartición podrán sufrir modificaciones para poder ajustar las sesiones de nuestras Actividades, debido a circunstancias imprevistas que puedan surgir.

PERIODO	FECHAS	OBSERVACIONES IMPORTANTES
PRIMERO	Del 30 de septiembre al 21 de diciembre de 2024.	Días festivos sin clase: 12 octubre, 1 noviembre y 6, 7 y 9 de diciembre de 2024. GRUPO F3: impartición desde el 08 de octubre al 21 de diciembre de 2024.
SEGUNDO	Del 7 de enero al 22 de marzo de 2025.	Días festivos sin clase: 28 febrero 2025.
TERCERO	Del 24 de marzo al 14 de junio de 2025.	Días festivos sin clase: 1 de mayo de 2025 y del 14 al 20 de abril de 2025 (Semana Santa).

Periodos de inscripción

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

PERIODO	AULA PERMANENTE (PLAZO PREFERENTE SÓLO 1º PERIODO)	COMUNIDAD UNIVERSITARIA	COMUNIDAD NO UNIVERSITARIA	OBSERVACIONES

Copyright© 2026 Universidad de Granada

PRIMERO	13 y 16 de septiembre de 2024.	Del 17 de septiembre al 10 de octubre de 2024.	Del 24 de septiembre al 10 de octubre de 2024.	Grupo F3: del03 al 10 deoctubre de 2024 (exclusivo para listas de espera y nuevas incorporaciones) de modo presencial en oficinas de Fuentenueva.
SEGUNDO		**Renovaciones (*)**: del 13 al 18 de noviembre de 2024. **Nuevas Altas**: del 19 al 29 de noviembre de 2024 y del 07 al 10 de enero de 2025.	**Renovaciones (*)**: del 13 al 18 de noviembre de 2024. **Nuevas Altas**: del 26 al 29 de noviembre de 2024 y del 07 al 10 de enero de 2025.	
TERCERO		**Renovaciones** : del 26 de febrero al 04 de marzo de 2025. **Nuevas Altas**: del 05 al 26 de marzo de 2025.	**Renovaciones** : del 26 de febrero al 04 de marzo de 2025. **Nuevas Altas**: del 12 al 26 de marzo de 2025.	

(*) Renovaciones.

- Los periodos establecidos para las Renovaciones, implican la reserva de plaza en el mismo grupo y horario que en el periodo anterior sólo durante esos días establecidos. Pasados esos días, si no se ha renovado, la plaza quedará libre perdiendo su derecho a la reserva de plaza.

Copyright© 2026 Universidad de Granada

Grupos, horarios, plazas e instalación

La duración de las clases será de 60 minutos.

GRUPO	DÍAS	HORARIO	PLAZAS MÍNIMAS/MÁXIMAS	INSTALACIÓN	OBSERVACIONES
A	L-X-V	9:00-10:00	10/22	Pabellón Universiada del Campus de Fuentenueva	
B	L-X	10:00-11:00	10/22	Pabellón Universiada del Campus de Fuentenueva	
C	L-X	11:00-12:00	10/22	Pabellón Universiada del Campus de Fuentenueva	
D1	M-J	9:00-10:00	10/22	Pabellón Universiada del Campus de Fuentenueva	
D2	M-J	9:00-10:00	10/22	**Pabellón 2 del Campus de Fuentenueva**	
E1	M-J	10:00-11:00	10/22	Pabellón Universiada del Campus de Fuentenueva	

Copyright© 2026 Universidad de Granada

E2	M-J	10:00-11:00	10/22	**Pabellón 2 del Campus de Fuentenueva**	
F1	M-J	11:00-12:00	10/22	Pabellón Universiada del Campus de Fuentenueva	
F2	M-J	11:00-12:00	10/22	**Pabellón 2 del Campus de Fuentenueva**	
F3*	M-J	12:00-13:00	10/22	**Pabellón 2 del Campus de Fuentenueva**	*Exclusivo para personas en lista de espera o nuevas incorporaciones (no disponible para los alumnos ya inscritos en la actividad, sin perjucio de posibles cambios de grupo una vez finalizado el plazo de inscripción).
G	M-J	18:00-19:00	10/22	**Pabellón 2 del Campus de Fuentenueva**	

Copyright© 2026 Universidad de Granada

H	M-J	19:00-20:00	10/22	**Pabellón 2 del Campus de Fuentenueva**

Precio por periodo

TIPO DE USUARIO	3 DÍAS/SEMANA	2 DÍAS/SEMANA	GRUPO F3 1º PERIODO
Comunidad universitaria con alta deportiva, Alumnos/as del Aula Permanente (2024-2025) con alta deportiva, Egresados/as y asociados/as de la Universidad de Granada que hagan el pago de la Tarjeta Deportiva en el momento de hacer la inscripción al curso.	63,00 €	48,00 €	44,00€
Miembros No pertenecientes a la comunidad universitaria	75,00 €	57,00 €	52,25€

- **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 recomendable

- Recomendable traer esterilla propia y botella de agua.

Copyright© 2026 Universidad de Granada