



UNIVERSIDAD DE GRANADA

Centro de Actividades
Deportivas

Chi Kung - Meditación 2025-2026



CHI KUNG y MEDITACIÓN

"Un Camino hacia la salud y la paz interior."

Técnicas sencillas de origen Oriental basadas en la Medicina Tradicional China para proteger la salud, estimular la vitalidad, prolongar la vida, y cultivar el espíritu.

Movimientos suaves, continuos y fluidos que se coordinan con la respiración y cuyos numerosos efectos se pueden observar rápidamente, tanto en el cuerpo como en la mente.

La meditación es una herramienta fundamental para liberarnos del estrés a un nivel más profundo y propiciar una mayor sincronicidad de las distintas partes del cerebro, favoreciendo el estímulo y desarrollo del mismo, aportando claridad, serenidad y mejor gestión emocional.

Edad mínima de participación.

Personas que cumplan la mayoría de edad durante 2025 y no mayores de 85 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.

Periodos de impartición e inscripción

Periodos de impartición

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

PERÍODO	FECHAS	OBSERVACIONES IMPORTANTES
---------	--------	---------------------------

PRIMERO	Del 29 de septiembre al 20 de diciembre de 2025.	Días festivos sin actividades: 13 octubre, 1 noviembre y 6, 7 y 8 de diciembre 2025.
SEGUNDO	Del 7 de enero al 24 de marzo de 2026.	Días festivos sin actividades: 28 febrero 2026.
TERCERO	Del 25 de marzo al 15 de junio de 2026.	Días festivos sin actividades: Del 30 de marzo al 5 de abril de 2026 (Semana Santa), 1 de mayo de 2026, y del 4 al 6 de junio de 2026 (Corpus).

Periodos de inscripción

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

PERIODO	COMUNIDAD UNIVERSITARIA Y EGRESADOS/ASOCIADOS UGR CON TARJETA DEPORTIVA	COMUNIDAD NO UNIVERSITARIA
PRIMERO	Del 18 de septiembre al 09 de octubre de 2025.	Del 24 de septiembre al 09 de octubre de 2025.
SEGUNDO	Renovaciones(*) : del 11 al 17 de noviembre de 2025. Nuevas Altas : del 18 al 28 de noviembre de 2025 y del 07 al 16 de enero de 2026.	Renovaciones (*) : del 11 al 17 de noviembre de 2025. Nuevas Altas : del 25 al 28 de noviembre de 2025 y del 07 al 16 de enero de 2026.
TERCERO	Renovaciones : del 24 de febrero al 02 de marzo de 2026. Nuevas Altas : del 03 al 20 de marzo de 2026.	Renovaciones : del 24 de febrero al 02 de marzo de 2026. Nuevas Altas : del 10 al 20 de marzo de 2026.

(*) 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, perderá dicho derecho a reserva de plaza.

Grupos, horarios, plazas e instalación

La duración de las clases será de 1 hora (60 minutos) dos días a la semana.

DÍAS	HORARIO	PLAZAS MÍNIMAS/MÁXIMAS	INSTALACIÓN
Martes- Jueves	18:30- 19:30	8/14	Sala 0 Pabellón Universiada del Campus de Fuentenueva.
Martes- Jueves (desde el 2º Periodo)	19:30- 20:30	8/14	Sala 0 Pabellón Universiada del Campus de Fuentenueva.

Precio por periodo

TIPO DE USUARIO	PRECIO POR PERIODO	OBSERVACIONES
Comunidad universitaria con alta deportiva	62,00 €	Los/as egresados/as y asociados/as de la Universidad de Granada, podrán considerarse Comunidad Universitaria, si hacen el pago de la Tarjeta Deportiva en el momento de hacer la inscripción al curso.
Alumnos UGR con alta deportiva	55,80 €	

Alumnos UGR con alta deportiva becarios M.E.C. o similar UGR (sólo 3º periodo).	49,60 €	Para beneficiarse del descuento en el 3º periodo, la persona becada tendrá que presentarse, previamente a hacer la matrícula de cualquier curso, en las oficinas administrativas con la credencial y el DNI.
---	---------	--

Miembros No pertenecientes a la comunidad universitaria 74,40 €

- **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 y recomendable.

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

Créditos E.C.T.S.

- Para mas información visitar el siguiente enlace: [Reconocimiento de créditos E.C.T.S. por la participación en actividades dirigidas organizadas por el C.A.D.](#)