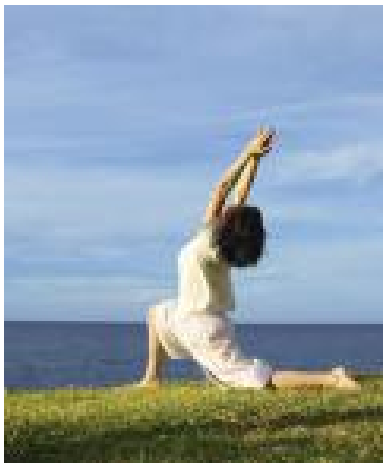
UNIVERSIDAD DE GRANADA

Centro de Actividades Deportivas

Kundalini Yoga 2026-2027



Kundalini Yoga es un estilo de yoga muy efectivo para los tiempos en los que vivimos. Trabaja a través del cuerpo, asanas, corrigiendo malas posturas, adoptando una posición anatómica correcta para evitar contracturas y lesiones y mejorar las posibles lesiones y dolencias. Tiene un papel importante la respiración consciente en sus diferentes variantes según la técnica del Kundalini Yoga las cuales calman la mente, para que esté más enfocada al momento presente.

Se trabaja la atención, la concentración, la memoria, etc. Kundalini Yoga es un yoga muy variado, en el que se aprenden a través de la práctica, las asanas (posturas), pranayamas (ejercicios de control de la respiración) y a mantener un estado calmado de la mente. Es un estilo de Yoga muy dinámico y energético que te hará sentir muy bien.

Edad de participación

Personas que cumplan la mayoría de edad en el año de comienzo del curso académico. 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 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

Copyright© 2026 Universidad de Granada

PRIMERO	Del 05 de octubre al 21 de diciembre de 2026.	Días festivos sin actividades: 12 octubre, 2 noviembre y 7 y 8 de diciembre 2026.
SEGUNDO	Del 8 de enero al 20 de marzo de 2027.	Días festivos sin actividades: 1 de marzo de 2027.
TERCERO	Del 29 de marzo al 15 de junio de 2027.	Días festivos sin actividades: Del 22 de marzo al 28 de marzo de 2027 (Semana Santa), 29 de marzo de 2027, 1 y 3 de mayo de 2027, y del 27 al 30 de mayo de 2027 (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 17 de septiembre al 08 de octubre de 2026.	Del 23 de septiembre al 08 de octubre de 2026.
SEGUNDO	**Renovaciones(*)**: del 10 al 16 de noviembre de 2026. **Nuevas Altas**: del 17 al 27 de noviembre de 2026 y del 07 al 15 de enero de 2027.	**Renovaciones (*)**: del 10 al 16 de noviembre de 2026. **Nuevas Altas**: del 24 al 27 de noviembre de 2026 y del 07 al 15 de enero de 2027.
TERCERO	**Renovaciones**: del 23 de febrero al 03 de marzo de 2027. **Nuevas Altas**: del 4 al 19 de marzo de 2027.	**Renovaciones**: del 23 de febrero al 03 de marzo de 2027. **Nuevas Altas**: del 10 al 19 de marzo de 2027.

Copyright© 2026 Universidad de Granada

(*) 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
Lunes-Miércoles	10:00 - 11:00	8/12	Sala 2 del pabellón Universiada del Campus Universitario de Fuentenueva, en Paseo Profesor Juan Ossorio s/n CP 18003, Granada.
Lunes-Miércoles	16:55-17:55	8/12	Sala 2 del pabellón Universiada del Campus Universitario de Fuentenueva, en Paseo Profesor Juan Ossorio s/n CP 18003, Granada.

Precio por periodo

TIPO DE USUARIO	PRECIO POR PERIODO	OBSERVACIONES
Comunidad universitaria con alta deportiva	75,00 €	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	67,50 €	

Copyright© 2026 Universidad de Granada

Alumnos UGR con alta deportiva becarios M.E.C. o similar UGR (sólo 3º periodo).	60,00 €	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	90,00 €	

- **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.

Copyright© 2026 Universidad de Granada