UNIVERSIDAD DE GRANADA

Centro de Actividades Deportivas

2019-2020: Meditación



Curso dirigido a trabajar los niveles de atención y concentración mental con el fin de que el flujo de pensamientos sea más pausado y alcanzar un estado óptimo de calma física y mental permitiendo vivir el momento presente, todo ello a través de la práctica de las meditaciones de Kundalini Yoga.

Instalación y edad de participación

Instalación

YoyYoga (c/Recogidas nº45 1ºD, 18005 Granada).

YOYYOGA.COM

Edad de participación

Mayores de 18 años.

Periodos de impartición, inscripción, horario, plazas y precios

Periodos de impartición

PERIODO	FECHAS
PRIMERO	Del 04 de octubre al 21 de diciembre de 2019. **(No se impartirán clases el 12 octubre, 1 noviembre y 6,7 y 8 de diciembre 2019)**
SEGUNDO	Del 08 de enero al 20 de marzo de 2020. **(No se impartirán clases el 28 y 29 de febrero 2020)**

Copyright© 2026 Universidad de Granada

TERCERO	Del 23 de marzo al 06 de junio de 2020. **(No se impartirán clases del 06 al 12 de abril de 2020, ambos incluídos, ni 1, 2 y 3 mayo 2020).**

Periodos de inscripción

Abierto solo a miembros de la comunidad universitaria.

PERIODO	COMUNIDAD UNIVERSITARIA	
PRIMERO	Del 19 de septiembre al 22 de octubre de 2019.	
SEGUNDO	Renovación: del 02 al 10 de diciembre de 2019. Nuevas: Del 11 de diciembre 2019 al 17 de enero de 2020.	
TERCERO	Renovación: del 03 al 05 de marzo de 2020. Nuevas: Del 06 de marzo al 15 de abril de 2020.	

Horario y plazas

La duración de las clases será de 1 hora (60 minutos).

- Día: Lunes.
    - Horario: 19:45 - 20:45.
    - Plazas: máximo 22.

Precio por periodo

- Miembros de la comunidad universitaria con alta deportiva: 36,00 €/periodo.
    - Alumnos UGR con alta deportiva: 32,40 €/periodo.
    - Alumnos UGR con alta deportiva becarios M.E.C. o similar UGR (sólo 3º periodo): 28,80 €/periodo. 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.
- 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.

Material indispensable

Copyright© 2026 Universidad de Granada

Toalla para depositar encima de las esterillas.

Recomendación

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.

Créditos E.C.T.S.

- Para el presente curso académico le corresponden a esta actividad el reconocimiento de créditos E.C.T.S. (por dos periodos realizados en el curso académico actual) en función de lo establecido en 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