



2019-2020: Yoga Iyengar



El yoga Iyengar se plasma en la práctica de Aasanas, pranayama, meditación, estiramientos, respiración y relajación, cultivando así nuestra autodisciplina física y mental, fortaleciendo y flexibilizando nuestro cuerpo y nuestra mente.

Clases dinámicas, con exclusión de todo tipo de problemas y/o dolencias físicas.

Instalación y edad de impartición

Instalación

Yoga Estudio (c/Callejón de Pavaneras nº3 Bajo, junto a Plaza Isabel La Católica).

YOGAESTUDIOGRANADA.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)

TERCERO	Del 23 de marzo al 06 de junio de 2020. (No se impartirán clases del 06 al 12 de abril de 2020, ambos incluidos, 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.
---------	---

Horarios y plazas para el tercer periodo

La duración de las clases será de 1 hora y 30 minutos (90 minutos).

- Días: Lunes y Miércoles.
 - Horario: 19:00 - 20:30 (máximo 15 plazas)
- Días: Martes y Jueves.
 - Horario: 08:30 - 10:00 (máximo 18 plazas).
 - Horario: 16:15 - 17:45 (máximo 22 plazas).

Precio por periodo

- Miembros de la comunidad universitaria con alta deportiva: 83,50 €/periodo.
 - Alumnos UGR con alta deportiva: 75,15 €/periodo.
 - Alumnos UGR con alta deportiva becarios M.E.C. o similar UGR (sólo 3º periodo): 66,80 €/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

Toalla para depositar encima de 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, o le corresponde a esta actividad el reconocimiento de 1 crédito E.C.T.S. (por periodo) 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.](#)