UNIVERSIDAD DE GRANADA

Centro de Actividades Deportivas

Power-Pump 2020-2021

Actividad donde se fortalece, tonifica y define la musculatura de todo el cuerpo a través de la combinación de técnicas de musculación y trabajo cardiovascular al ritmo de la música. Permite ver resultados rápidamente al tiempo que te diviertes entrenando.

Instalación y edad de participación.

Instalación.

Pabellón Universiada (Sala 2) del Campus Universitario de Fuentenueva en Paseo Profesor Juan Ossorio s/n CP 18003, Granada.

Edad de participación.

Mayores de 18 años.

Periodos de impartición, inscripción, horario, plazas y precios.

Periodos de impartición

PERIODO	FECHAS	OBSERVACIONES IMPORTANTES
PRIMERO	Del 05 de octubre al 23 de diciembre de 2020. **(No se impartirán clases el 12 octubre, 2 noviembre y 7 y 8 de diciembre 2020)**	El primer periodo se alargará a la vuelta de las vacaciones de Navidad, hasta recuperar las sesiones perdidas por causas ajenas al C.A.D. como son el cierre temporal de la Universidad de Granada, un posible confinamiento, etc.

Copyright© 2025 Universidad de Granada

SEGUNDO	Del 11 de enero al 26 de marzo de 2021.	El comienzo del segundo periodo estará en función de la finalización del primeroy abarcará el tiempo necesario paracubrir aproximadamente el mismonúmero de sesiones que el primerperiodo.
TERCERO	No se impartirá esta actividad en este periodo.	El tercer periodo podrá ser suprimido en el caso de vernos obligados a prolongar el segundo periodo, dependiendo de la situación en la que se encuentre la pandemia.

Periodos de inscripción

- Abierto a miembros de la comunidad universitaria y no universitaria.
- IMPORTANTE: Debido a la situación de incertidumbre y cambiante con respecto a las medidas que se van tomando con respecto a la prevención de la Covid-19, los periodos de inscripciones sufrirán modificaciones para poder ajustar las sesiones de nuestras Actividades.

PERIODO	COMUNIDAD UNIVERSITARIA	COMUNIDAD NO UNIVERSITARIA
PRIMERO	Del 22 de septiembre al 16 de octubre de 2020.	Del 28 de septiembre al 22 de octubre de 2020.
SEGUNDO	No se impartirá esta actividad en este periodo.	No se impartirá esta actividad en este periodo.
TERCERO	No se impartirá esta actividad en este periodo.	No se impartirá esta actividad en este periodo.

Horarios y plazas.

La duración de las clases será de 60 minutos, dos días a la semana.

- Días: Lunes-Miércoles ¡GRUPO CANCELADO!
    - Horario: 19:45 - 20:45.
    - Plazas: Mínimo 6 y máximo 8.

Precio por periodo.

- Miembros de la comunidad universitaria con alta deportiva: 67,50 €/periodo

Copyright© 2025 Universidad de Granada

(2 horas a la semana).

  - Alumnos UGR con alta deportiva: 60,75 €/periodo.
  - Alumnos UGR con alta deportiva becarios M.E.C. o similar UGR (sólo 3º periodo): 54,00 €/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.

- Miembros no pertenecientes a la comunidad universitaria: 81,00 €/periodo (2 horas a la semana).
- 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.
- **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 uso obligatorio de mascarilla

- Obligatorio traer toalla para colocar sobre las esterillas.
- Obligatorio llevar mascarilla EN TODO MOMENTO (a la entrada, DURANTE LA REALIZACIÓN y a la salida de la actividad, y en los desplazamientos por las zonas comunes de las instalaciones).
- Recomendable traer esterilla propia y botella de agua y gel hidro-alcohólico.

Recomendación e intensidad.

- 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: Media-Alta.

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© 2025 Universidad de Granada