UNIVERSIDAD DE GRANADA

Centro de Actividades Deportivas

# Capoeira 2022-2023



La Capoeira es un arte afrobrasileña que tiene como principal forma de expresión el cuerpo. Fue desarrollada en el Brasil colonial por esclavos africanos que necesitaban defenderse de los abusos de sus amos portugueses. Para no ser descubiertos, los capoeiristas tocaban música mientras practicaban, de modo que a ojos de los colonos parecía una inofensiva danza africana.

Así fue como la Capoeira consiguió ser un arma de liberación decisiva en los movimientos de cimarrones, esclavos que huían a la montaña y formaban comunidades de resistencia al trabajo forzoso en las plantaciones.

Gracias a esta y otras prácticas de resistencia cultural, fue posible la abolición de la
esclavitud en Brasil, y podría afirmarse que por ello estuvo prohibida durante la época colonial.

## Objetivos

Hoy en día la Capoeira se enseña en Brasil y en el resto del mundo para educar a través de valores como el cuidado del cuerpo, el respeto mutuo y la libertad.

En términos educativos, practicar Capoeira conlleva crear un espacio donde las personas puedan desarrollar sus habilidades sociales y comunicativas.

Con la práctica diaria de este arte, que incluye danza, lucha, música y poesía, se adquieren conocimientos y habilidades que fortalecen la autoestima y la capacidad de integración en cualquier esfera de la vida cotidiana.

La clave de esta práctica está en realizar una actividad física que nos ayude a superarnos y a conocernos mediante el propio esfuerzo y la constancia.

Se trata, en definitiva, de alcanzar una autodisciplina que surge del deseo de adquirir destrezas de representación e interacción artísticas a través de la expresión corporal.


Copyright© 2026 Universidad de Granada

## ¿Cómo vamos a aprender?

Aprenderemos técnicas y estrategias de defensa y ataque que implican un uso específico y consciente del equilibrio, la coordinación y la propiocepción.



Desarrollaremos los movimientos calisténicos característicos a través de coreografías diseñadas para comprender las reglas del juego de Capoeira. Estas serán la base para la improvisación en la roda, o espacio circular donde se juega la Capoeira.

Interpretaremos canciones de Capoeira usando nuestra voz e instrumentos típicos como el berimbao, pandeiro, atabaque, recoreco, y agogó.

Como parte de las dinámicas diarias de clase, practicaremos otras danzas tradicionales de Brasil, como son el Axé bahiano (una combinación de Samba y Afro), la Samba de Roda (samba tradicional bahiana) y el Maculelé (un tipo de lucha brasileña bailada con palos).

A través de la música y los ejercicios dirigidos, adquiriremos de manera paulatina nociones de lengua portuguesa y cultura brasileña.

## Instalación y edad de participación

### Instalación.

Sala 2 del Pabellón Universiada del Campus de Fuentenueva en Paseo Profesor Juan Ossorio s/n.

### Edad de participación.

A partir de 16 años. No hace falta haber practicado antes.


Copyright© 2026 Universidad de Granada

# 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 |
|---|---|---|
| PRIMERO | Del 04 de octubre al 22 de diciembre de 2022. | Días festivos sin actividades: 12 octubre, 1 noviembre y 6 y 8 de diciembre 2022. |
| SEGUNDO | Del 9 de enero al 29 de marzo de 2023. | Días festivos sin actividades: 28 febrero 2023. |
| TERCERO | Del 30 de marzo al 15 de junio de 2023: CANCELADO. | Días festivos sin actividades: Semana Santa (del 3 al 9 de abril 2023), 1 y 3 de mayo de 2023, 8 y 9 de junio de 2023 (Corpus): CANCELADO. |

## Periodos de inscripción

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

| PERIODO | COMUNIDAD UNIVERSITARIA | COMUNIDAD NO UNIVERSITARIA |
|---|---|---|
| PRIMERO | Del 20 de septiembre al 14 de octubre de 2022. | Del 27 de septiembre al 14 de octubre de 2022. |
| SEGUNDO | **Renovaciones**: del 15 al 21 de noviembre de 2022.<br><br>**Nuevas Altas**: del 22 al 30 noviembre de 2022 y del 9 al 18 de enero de 2023. | **Renovaciones**: del 15 al 21 de noviembre de 2022.<br><br>**Nuevas Altas**: del 29 al 30 de noviembre de 2022 y del 9 al 18 de enero de 2023. |


Copyright© 2026 Universidad de Granada

| | | |
|---|---|---|
| TERCERO | **Renovaciones**: del 7 al 13 de marzo de 2023: CANCELADO.<br><br>**Nuevas Altas**: del 14 de marzo al 7 de abril de 2023:CANCELADO. | **Renovaciones**: del 7 al 13 de marzo de 2023: CANCELADO.<br><br>**Nuevas Altas**: del 21 de marzo al 7 de abril de 2023: CANCELADO. |

## Horario, plazas y precios.

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

| GRUPO | HORARIO | Nº PLAZAS(MÍN/MÁX) |
|---|---|---|
| Martes-Jueves | 9:30-10:30 CANCELADO | 6/12 |
| Martes-Jueves | 15:00-16:00 CANCELADO | 6/12 |

### Precio por periodo.

- Miembros de la comunidad universitaria con alta deportiva: 60,00 €/periodo (2 horas a la semana).
    - Alumnos UGR con alta deportiva: 54,00 €/periodo.
    - Alumnos UGR con alta deportiva becarios M.E.C. o similar UGR (solo 3º periodo): 48,00 €/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: 72,00 €/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 recomendaciones.


Copyright© 2026 Universidad de Granada

- Obligatorio traer toalla para el sudor.
- Recomendable traer botella de agua.

## 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: Intensidad baja-media.

## Información sobre la devolución de precios públicos.

En el siguiente enlace podrá obtener información al respecto: Devolución de precios públicos

## 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