UNIVERSIDAD DE GRANADA

Centro de Actividades Deportivas

Entrenamiento Outdoor (Cubo Fit) 2024-2025

El Cubo Fit es el primer espacio deportivo y fitness al aire libre, que permite desarrollar entrenamientos y actividad física dirigida en pequeños grupos, en espacios abiertos y aprovechando las oportunidades y singularidades del entorno para lograr que los/as usuarios/as vivan en cada sesión una gran experiencia deportiva.

Se trata del primer gimnasio multifuncional al aire libre, portátil, completamente equipado e inspirado en el gimnasio "Muscle Beach" de Los Ángeles (Estados Unidos).

Se encuentra ubicado en pleno centro de la ciudad, en los Paseos Universitarios, con fácil acceso vengas de donde vengas.

Orientado a usuarios/as, pertenecientes o no a la comunidad universitaria, que busquen algo más que entrenar entre las cuatro paredes de un centro fitness, en un entorno diferente y con un material que sorprenda.

Instalación y edad de participación.

Instalación.

Cubo Fit situado en la plaza del Pabellón Universiada del Campus Universitario de Fuentenueva en Paseo Profesor Juan Ossorio s/n CP 18003, Granada.

Edad mínima de participación.

Cumplir la mayoría de edad durante el año 2024.

Información 2024-2025

- La organización podrá realizar modificaciones al horario para adecuarlo a las condiciones climatológicas.
- Cada grupo será de una hora de clase a la semana. Los usuarios podrán matricularse de todos los cursos (horas) que le interesen combinándolas según sus preferencias.
- El aforo de cada grupo será de un mínimo de 5 inscritos y un máximo de 10

Copyright© 2025 Universidad de Granada

en el primer periodo, pasando a ser 7mínimo y 14 máximo en adelante.
- En caso de no poder usar el Cubo para la realización de la clase por razones climatológicas o similares, se buscará una instalación alternativa adecuada. Si no fuera posible, a partir de la 3ª clase perdida por las razones citadas, la recuperación se hará en fecha y horario acordado entre usuarios, profesor y organización.
- Los usuarios inscritos al menos en una clase dirigida de Cubo Fit, tendrán la posibilidad de asistir una vez a la semana a una sesión extra de uso libre del Cubo, con supervisión de monitor, pero sin clase dirigida y sin incremento económico. Tendrán el mismo aforo que las clases dirigidas (10) y se accederá por estricto orden de llegada a la instalación. Estas clases no se recuperarán, independientemente de la causa que provoque la no impartición (meteorología adversa, ausencia del profesorado u otras causas) y podrán variar su horario en función de las necesidades de la actividad y/o el Servicio de Deportes.
- Se recomienda a todos/as los/as participantes, la conveniencia de pasar por un reconocimiento médico.
- La intensidad de las sesiones es: Media-Alta.
- La Organización podrá modificar el horario de esta actividad en los meses de cambios de estación y de horario (verano e invierno), con el fin de adaptar la actividad a las mejores condiciones de temperatura y horas de luz.

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 como imprevistos en la finalización de las obras de mejora e instalación del nuevo Cubo.

PERIODO	FECHAS	OBSERVACIONES IMPORTANTES
PRIMERO	Del 18 de octubre al 21 de diciembre de 2024.	Días festivos sin clase: 12 octubre, 1 noviembre y 6, 7 y 9 de diciembre de 2024.
SEGUNDO	Del 7 de enero al 21 de marzo de 2025.	Días festivos sin clase: 28 febrero 2025.
TERCERO	Del 24 de marzo al 13 de junio de 2025.	Días festivos sin clase: 1 de mayo de 2025 y del 14 al 20 de abril de 2025 (Semana Santa).

Copyright© 2025 Universidad de Granada

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 04 al 24 de octubre de 2024.	Del 10 al 24 de octubre de 2024.
SEGUNDO	**Renovaciones(*)**: del 13 al 18 de noviembre de 2024. **Nuevas Altas**: del 20 al 29 de noviembre de 2024 y del 07 al 10 de enero de 2025.	**Renovaciones (*)**: del 13 al 18 de noviembre de 2024. **Nuevas Altas**: del 27 al 29 de noviembre de 2024 y del 07 al 10 de enero de 2025.
TERCERO	**Renovaciones**: del 26 de febrero al 03 de marzo de 2025. **Nuevas Altas**: del 05 al 26 de marzo de 2025.	**Renovaciones**: del 26 de febrero al 03 de marzo de 2025. **Nuevas Altas**: del 12 al 26 de marzo de 2025.

(*) 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 y horarios de entrenamiento.

La duración de las clases será de 60 minutos, que comprenderán:

- La preparación del material por parte del usuario/a,
- La realización de la sesión de entrenamiento
- La limpieza y retirada del material por el propio usuario/a.

Copyright© 2025 Universidad de Granada

La Organización podrá modificar el horario de esta actividad (informando con antelación), para ofrecer el mejor servicio posible en función de la organización de grupos y las condiciones climáticas que se presenten a lo largo del curso.

Horario:

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Mañana	9:30-10:30		9:30-10:30		9:30-10:30
Mañana					* 10:30-11:30 Uso libre
Tarde	18:30-19:30	18:00-19:00	18:30-19:30 Uso libre CANCELADO	18:00-19:00	
Tarde	19:30-20:30	19:00-20:00 Uso libre	19:30-20:30	19:00-20:00	
Tarde	20:30-21:30	20:00-21:00	20:30-21:30	20:00-21:00 CANCELADO	

* A partir del **viernes 6 de junio** incluido, el horario del Cubo de Uso Libre cambia a 8:30-9:30 por motivos de seguridad y mejora en las condiciones de disfrute de la actividad (calor en las horas centrales de la mañana).

Precio por periodo (1 hora a la semana).

TIPO DE USUARIO	PRECIO POR PERIODO	OBSERVACIONES
Comunidad universitaria con alta deportiva	52,50 €	Primer periodo: 40,50 €
Alumnos UGR con alta deportiva	47,25 €	Primer periodo: 36,50 €

Copyright© 2025 Universidad de Granada

Miembros No pertenecientes a la comunidad universitaria	62,50 €	Primer periodo: 48,50 €
Alumnos UGR con alta deportiva becarios M.E.C. o similar UGR (sólo 3º periodo).	42,00 €	

- **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.

¿Cómo y dónde matricularse?

Para la matriculación en los distintos cursos programados, así como para resolver cualquier tipo de duda, el C.A.D. pone a disposición de los usuarios las dos sedes administrativas y técnicas de las que se compone:

1. **Campus Fuentenueva:** Paseo Profesor Juan Ossorio s/n (Paseos Universitarios).
    - Teléfonos 958 240 956 y 958 243 144.
2. **Campus Cartuja:** Calle Profesor Clavera s/n.
    - Teléfono 958 242 892.

Puede consultar el horario de atención al público de nuestras oficinas aquí

También podrán matricularse **vía web** de la siguiente forma:

- Los miembros de la comunidad universitaria podrán inscribirse a través de la Oficina Virtual en el apartado “Deportes: Altas, reservas y cursos” (activo desde las 9:00 horas del primer día de inscripción hasta las 23:59 horas del último día).
- Los miembros de la comunidad no universitaria podrán inscribirse a través de la Oficina Virtual (activo desde las 9:00 horas del primer día de inscripción hasta las 23:59 horas del último día). Sin embargo, primero deberán obtener el alta deportiva presencialmente en nuestras oficinas y seguir posteriormente los pasos del siguiente manual. Hecho esto, ya podrán acceder a la la Oficina Virtual (siempre a través de "acceder como invitado") y matricularse en el apartado “Deportes: Altas, reservas y cursos” introduciendo su DNI sin letra y su contraseña.

Listas de Espera

Copyright© 2025 Universidad de Granada

Se generarán listas de espera por cada uno de los periodos impartidos durante el curso académico, las cuales dejarán de estar vigentes al finalizar cada periodo de impartición de dicho curso académico. Para formar parte de una lista de espera tiene tres opciones:

1. Por Acceso Identificado (también como invitado): Sólo mientras que el periodo de inscripción del curso esté abierto y previamente tendrá que hacer el Alta Deportiva. Pincharemos en el curso que nos interesa (aparecerá en rojo por no tener plazas libres), y nos aparecerá una ventana con una opción de "Lista de espera", al pincharla nos llevará a nuestra unidad familiar donde seleccionaremos el/la integrante que queremos incluir en la lista de espera y pulsaremos "siguiente", se nos mostrará un resumen de los datos del curso y la persona a insertar en la lista de espera, al pulsar sobre "Incluir en lista" se muestra la posición en la que se encuentra en dicha lista.
2. Presencial en las oficinas administrativas de Fuentenueva o Cartuja: En este caso, se podrá formar parte de las listas de espera de cursos con el periodo de inscripción cerrado.
3. Por teléfono llamando a las oficinas de Fuentenueva, pero previamente hay que tener al Alta Deportiva hecha. En este caso, se podrá formar parte de las listas de espera de cursos con el periodo de inscripción cerrado. Las peticiones presenciales en oficina tendrán preferencia sobre las solicitadas vía telefónica en caso de darse simultáneamente.

Los grupos tienen que alcanzar el número de plazas mínimas ofertadas establecido para cada actividad, antes del primer día de impartición de clase. De no alcanzar dicho número, el grupo podrá ser cancelado a criterio de los Técnicos del Centro de Actividades Deportivas.

Material indispensable.

- Obligatorio traer toalla para el sudor y para colocar sobre las esterillas.
- Recomendable traer esterilla propia, botella de agua para uso personal.

Copyright© 2025 Universidad de Granada