

Semana Internacional de la Mujer

Área de Deportes - Campus de Jerez

del 4 al 6 de marzo 2020

DESTINADA A MUJERES

PARTICIPACIÓN GRATUITA EN LAS ACTIVIDADES PROGRAMADAS

- Miembros de la Comunidad Universitaria UCA (Imprescindible presentar la Tarjeta UCA o matrícula).
- Usuarios en Convenio y Público General con T. D. 2019/2020 o Tarjeta deportiva Visitante

PROGRAMA DE INSTALACIONES

PISTAS DE PADEL previa reserva, de 9h a 20:30h, USO GRATUITO.

PROGRAMA DE ACTIVIDADES USO LIBRE

Actividad	Día	Hora	Duración
Natación Uso Libre	Miércoles, Jueves y Viernes	8:00-9:00	45 minutos
		12:30-16:00	
		19:30-21:00	
Acuawalking	Miércoles, Jueves y Viernes	8:00-21:00	45 minutos
Cardio-musculación	Miércoles, Jueves y Viernes	9:30-11:30	1 hora
		19:00-21:00	

PROGRAMA DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS

Actividad	Día	Hora	Lugar
Gimnasia de Mantenimiento	Miércoles	9:30-10:30	Sala actividades
GAP	Miércoles	20:00-21:00	
UCAFit	Jueves	11:30-12:30	
Multiactividad	Jueves	19:00-20:00	
Pilates	Viernes	18:00-19:00	

* Los interesados en participar en las ACTIVIDADES DE SALA y PISCINA deberán inscribirse previamente en el Control de Acceso a la instalación (aforo limitado).

* Plazas limitadas. Reserva tu plaza para la ACTIVIDAD DIRIGIDA en el control de entrada de las instalaciones deportivas del campus de Jerez o llamando al teléfono 956037049 (aforo limitado).

Para participar en la programación de la **Semana Internacional de la Mujer** es obligatorio utilizar ropa y calzado deportivos adecuados