

ÁREA DE DEPORTES

Vicerrectorado de Estudiantes

XV SEMANA DE PUERTAS ABIERTAS

Campus de Jerez

del 1 al 4 de octubre de 2025



Destinada a todos los miembros de la **Comunidad Universitaria UCA** y a Usuarios Público General con **TD 2025/2026**.

PROGRAMA DE INSTALACIONES DEPORTIVAS UCA

- **INSTALACIONES GRATUITAS**, previa reserva, y en los horarios disponibles.
- **VISITAS GUIADAS** en horarios concretos a lo largo de la jornada (Grupos de 10).

PROGRAMA DE ACTIVIDADES GRATUITAS EN PISCINA

NATACIÓN USO LIBRE	Del 1 al 3	De 8:00 h. a 20:45 h.	Piscina I.D. UCA Jerez	60 minutos
	Día 4	De 9:30 h. a 13:30 h.		

ACTIVIDADES DIRIGIDAS PISCINAS				
HORA	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3	SÁBADO 4
10:15	ACUAGYM SUAVE	ACUAGYM	ACUAGYM SUAVE	
10:30		ACUAPILATES		
10:45				NATACIÓN BEBÉS
11:00	ACUASALUS	ACUASALUS	ACUASALUS	
11:30				NATACIÓN INFANTIL
11:45	ACUASALUS	ACUASALUS	ACUASALUS	
12:30	ACUAGYM	ACUAGYM	ACUAGYM	
16:15	NATACIÓN BEBÉS NATACIÓN INFANTIL A	NATACIÓN INFANTIL A y B	NATACIÓN INFANTIL A	
17:00	NATACIÓN INFANTIL A NATACIÓN BEBÉS	NATACIÓN BEBÉS	NATACIÓN BEBÉS	Natación infantil Grupo A: Nacidos entre 2019 y 2021 Grupo B: Nacidos entre 2016 y 2018
17:45	NATACIÓN JÓVENES	NATACIÓN INFANTIL A		
18:30		ACUAPILATES		
19:15	ACUAGYM	ACUA POWER	ACUAGYM	
20:00	NATACIÓN ADULTO	ACUAGYM	NATACIÓN ADULTO	

PROGRAMA DE ACTIVIDADES GRATUITAS EN SALAS

CARDIOMUSCULACIÓN	Del 1 al 3	De 8:00 h. a 21:00 h.	Sala I.D. UCA Jerez	60 minutos
	Día 4	De 9:30 h. a 13:30 h.		

SALA ACTIVIDADES DIRIGIDAS			
HORA	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
9:30	YOGA	PILATES	GLUTEBOOM®
10:30	FITBALL XTREM	POWER®	FITNESS TRAINING
11:30		GIM. MANTENIMIENTO	
13:30			GLUTEBOOM® (30 minutos)
14:00	POWER®	PILATES	BOOST® (30 minutos)
18:00	GLUTEBOOM®	PILATES	PILATES
19:00	PYRO® (30 minutos)		
19:30	BOOST® (30 minutos)	YOGA	FITNESS TRAINING
20:00	FITNESS TRAINING	POWER®	

- Será necesario reservar la actividad en el control de acceso a la instalación, enviando sus datos a instalacionesdeportivas.jerez@uca.es o llamando al teléfono **956037049** (aforo limitado).
- Para participar en la programación de la Semana de Puertas Abiertas es obligatorio utilizar ropa deportiva y calzado adecuados.