

ÁREA DE DEPORTES

Vicerrectorado de Estudiantes

XVIII SEMANA DE PUERTAS ABIERTAS

Campus de Puerto Real

del 1 al 4 de octubre de 2025



Destinada a todos los miembros de la **Comunidad Universitaria UCA** (imprescindible presentar la Tarjeta UCA o matrícula), 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 UCA Puerto Real	60 minutos
	Día 4	De 9:30 h. a 13:30 h.		

HORA	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3	SÁBADO 4
9:30	NAT. ADULTO INICIACIÓN NAT. ADULTO PERFECC.	ACUASALUS	NAT. ADULTO INICIACIÓN NAT. ADULTO PERFECC.	
10:15	ACUAGYM SUAVE ACUAGYM INTENSO	ACUAGYM SUAVE	ACUAGYM SUAVE ACUAGYM INTENSO	NATACIÓN INFANTIL 1
11:00	ACUASALUS	ACUASALUS ACUAPILATES	ACUASALUS	NATACIÓN INFANTIL 2
11:45				NATACIÓN BEBÉS
17:00	NATACIÓN BEBÉS NATACIÓN INFANTIL 1	NATACIÓN INFANTIL 1 NATACIÓN INFANTIL 2	NATACIÓN INFANTIL 1 NATACIÓN BEBÉS	
17:45	NATACIÓN INFANTIL 1 NATACIÓN INFANTIL 2	NATACIÓN JUVENIL NATACIÓN BEBÉS	NATACION JUVENIL	
18:30	ACUASALUS NATACION JUVENIL	ACUAPILATES	ACUASALUS	
19:15	ACUAGYM SUAVE	NATACION ADULTO INICIACIÓN	ACUAGYM SUAVE	
20:00	ACUATRaining	ACUAGYM INTENSO		

PROGRAMA DE ACTIVIDADES GRATUITAS EN SALAS

CARDIOMUSCULACIÓN(*)	Del 1 al 3	De 8:00 h. a 21:00 h.	Sala 1y 2 Complejo Dep. UCA	90 minutos
	Día 4	De 9:30 h. a 13:30 h.		

(*) Horarios CON monitor: VER TABLONES COMPLEJO DEPORTIVO UCA

HORA	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
9:30	PILATES	ZENYO	PILATES
10:30	BODYJUMP	POWER	GLUTEBOOM
11:30	BOOST	INVICTO	BODYJUMP
18:00	PILATES	ZENYO	PILATES
19:00	GLUTEBOOM	POWER	POWER
20:00	ZENYO	INVICTO	

- Será necesario reservar la actividad en el control de acceso a la instalación o llamando al teléfono [956016777](tel:956016777) (aforo limitado).
- Para participar es obligatorio utilizar ropa deportiva y calzado adecuado.