SEMANA DE PUERTAS ABIERTAS

UCA – Deportes

21 al 30 de septiembre de 2025

Curso 1, número 26.

UCA Universidad de Cádiz

Vicerrectorado de Estudiantes
Área de Deportes

UCA-Deportes

Del 21 al 30 de septiembre de 2025

Hola,
La UCA, de manera tradicional, da por comienzo el curso académico el día 1 de octubre de cada año. Por este motivo, y desde hace dieciocho años ya, desde el Área de Deportes el día 1 de octubre iniciamos la Semana de Puertas Abiertas en el Campus de Puerto Real que luego se extendió a los demás Campus.

Por tanto, este es el último Dossier del curso académico 2024-2025. Han sido 26 números (casi uno cada diez días durante el curso) informando de las actividades y las novedades del Área de Deportes. Entendemos que es un nuestro deber informaros al menos de las novedades que estamos realizando.

En este número 26 del Dossier UCA-Deportes incorporamos la información sobre las actividades en las que puedes participar durante la Semana de Puertas Abiertas.

Te animamos a participar y a experimentar nuevas actividades deportivas durante estos días.

Hasta pronto.

uca. DEPORTES

Únete a nuestra comunidad de WhatsApp

UCA Universidad de Cádiz
Vicerrectorado de Estudiantes
Área de Deportes

areadeportes.uca.es
956 016 270
deportes@uca.es

ucadeportes
Deporte UCA
DeporteUCA

AREA DE DEPORTES
Vicerrectorado de Estudiantes

SEMANA DE PUERTAS ABIERTAS

COMPETICIONES

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 COMPETICIONES GRATUITAS

CAMPUS DE PUERTO REAL

COMPETICIÓN	DÍA	HORA	LUGAR
TORNEO DE AJEDREZ	MIÉRCOLES 1 DE OCTUBRE	DE 17:00 H. A 20:00 H.	AULA COMPLEJO DEPORTIVO UCA
TORNEO DE BASKET 3X3	JUEVES 2 DE OCTUBRE	DE 19:00 H. A 21:00 H.	PABELLÓN COMPLEJO DEPORTIVO UCA
TORNEO DE VOLEIBOL	VIERNES 3 DE OCTUBRE	DE 16:00 H. A 19:00 H.	PABELLÓN COMPLEJO DEPORTIVO UCA
TORNEO DE BÁDMINTON	SÁBADO 4 DE OCTUBRE	DE 10:00 H. A 13:00 H.	PABELLÓN COMPLEJO DEPORTIVO UCA
TORNEO DE PÁDEL	SÁBADO 4 DE OCTUBRE	DE 10:00 H. A 13:00 H.	PISTAS EXTERIORES COMPLEJO DEPORTIVO UCA
TORNEO DE TENIS	SÁBADO 4 DE OCTUBRE	DE 10:00 H. A 13:00 H.	PISTAS EXTERIORES COMPLEJO DEPORTIVO UCA
TORNEO DE TENIS DE MESA	SÁBADO 4 DE OCTUBRE	DE 10:00 H. A 13:00 H.	PABELLÓN COMPLEJO DEPORTIVO UCA

CAMPUS DE CÁDIZ

COMPETICIÓN	DÍA	HORA	LUGAR
TORNEO DE BASKET 3X3	VIERNES 3 DE OCTUBRE	DE 10:00 H. A 13:00 H.	COLEGIO MAYOR UCA
TORNEO DE TENIS DE MESA	VIERNES 3 DE OCTUBRE	DE 10:00 H. A 13:00 H.	COLEGIO MAYOR UCA

CAMPUS DE JEREZ

COMPETICIÓN	DÍA	HORA	LUGAR
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	MIÉRCOLES 1 DE OCTUBRE	DE 20:00 H. A 21:00 H.	SALA ACTIVIDADES DIRIGIDAS I.D. UCA JEREZ

CAMPUS BAHÍA DE ALGECIRAS

COMPETICIÓN	DÍA	HORA	LUGAR
X MARATÓN CIUDAD DE ALGECIRAS	SÁBADO 4 DE OCTUBRE	19 H.	ALGECIRAS

- Será necesario para participar en cada competición, realizar la inscripción gratuita a través de la web https://areadeportes.uca.es/competiciones-jornadas-puertas-abiertas/ o enviando sus datos a competicionesdeportivas@uca.es.
- Para participar (plazas limitadas) en las competiciones de la Semana de Puertas Abiertas es obligatorio utilizar ropa deportiva y calzado adecuados.
- Se otorgarán premios en las distintas competiciones en función al número de inscripciones/participantes.

UCA Universidad de Cádiz
CURSO 25 - 26
ÁREA DE DEPORTES
XVIII SEMANA DE PUERTAS ABIERTAS
CAMPUS DE PUERTO REAL
DEL 1 AL 4 DE OCTUBRE 2025
Consulta toda la programación de actividades, instalaciones y competiciones en el siguiente QR
COMPLEJO DEPORTIVO UCA
CAMPUS DE PUERTO REAL
Vicerrectorado de Estudiantes
ucadeportes
Deporte UCA
areadeportes.uca.es
956 01 62 70
deportes@uca.es
@DeporteUCA

ÁREA DE DEPORTES
Vicerrectorado de Estudiantes
XVIII SEMANA DE PUERTAS ABIERTAS
Campus de Puerto Real
del 1 al 4 de octubre de 2025

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 Día 4	De 8:00 h. a 20:45 h. De 9:30 h. a 13:30 h.	Piscina UCA Puerto Real	60 minutos

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 Día 4	De 8:00 h. a 21:00 h. De 9:30 h. a 13:30 h.	Sala 1y 2 Complejo Dep. UCA	90 minutos
(*) 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 (aforo limitado).
- Para participar es obligatorio utilizar ropa deportiva y calzado adecuado.

CURSO 25 - 26
UCA Universidad de Cádiz
Vicerrectorado de Estudiantes
Área de Deportes
ÁREA DE DEPORTES
XV SEMANA DE PUERTAS ABIERTAS
CAMPUS DE JEREZ
DEL 1 AL 4 DE OCTUBRE 2025
Consulta toda la programación de actividades, instalaciones y competiciones en el siguiente QR
INSTALACIONES DEPORTIVAS CAMPUS DE JEREZ
Vicerrectorado de Estudiantes
ucadeportes
Deporte UCA
areadeportes.uca.es
956 01 62 70
deportes@uca.es
@DeporteUCA

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 Día 4	De 8:00 h. a 20:45 h. De 9:30 h. a 13:30 h.	Piscina I.D. UCA Jerez	60 minutos

ACTIVIDADES DIRIGIDAS PISCINAS

HORA	*MIÉRCOLES 1*	*JUEVES 2*	*VIERNES 3*	*SÁBADO 4*
10:15	ACUAGYM SUAVE	ACUAGYM	ACUAGYM SUAVE	
10:30		ACUAPIRATAS		
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	
17:45	NATACIÓN JÓVENES	NATACIÓN INFANTIL A		
18:30		ACUAPIRATAS		
19:15	ACUAGYM	AQUA POWER	ACUAGYM	
20:00	NATACIÓN ADULTO	ACUAGYM	NATACIÓN ADULTO	

Natación infantil

Grupo A: Nacidos entre 2019 y 2021

Grupo B: Nacidos entre 2016 y 2018

PROGRAMA DE ACTIVIDADES GRATUITAS EN SALAS

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

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	POWER ®	PILATES	GLUTEBOOM ® (30 minutos)
14:00			BOOST ® (30 minutos)
18:30	GLUTEBOOM ®	PILATES	PILATES
19:00	PYRO ® (30 minutos)	YOGA	FITNESS TRAINING
19:30	BOOST ® (30 minutos)		
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.

XV SEMANA DE PUERTAS ABIERTAS
DEL 1 AL 4 DE OCTUBRE
ENTIDADES EN CONVENIO CON DESCUENTO DIRECTO
CAMPUS DE JEREZ

Destinada a todos los miembros de la
Comunidad Universitaria UCA con **T.D. 2025/2026**

CLUB DEPORTIVO SENSEI

DIRECCIÓN / CONTACTO

Avda. Bruselas S/N)

Tlf: 639 210 056

clubsenseijerez@hotmail.com

ACTIVIDADES

Remito horario para la semana de puertas abiertas.

- **Karate Adultos.- L, X y V 20,00-21,00h.**
- **Tai Jitsu Adultos.- M y J 19,00-20,30h.**
- **TaekWondo Adultos.- L, X y V 20,00-21,00h.**
- **Full Contact.- M y J 20,30-21,45h.**
- **Muay Thai.- L, X y V 21,00-22,00h.**
- **Aikido.- L y X 17,00-18,00h.**

Si hay algún menor de 13 años que quiera y pueda participar de estas jornadas, tendrá que preguntar en la recepción los horarios de su edad.

UCA
Universidad de Cádiz
CURSO 25 - 26
ÁREA DE DEPORTES
X SEMANA DE PUERTAS ABIERTAS
CAMPUS DE CÁDIZ
DEL 1 AL 4 DE OCTUBRE 2025
Consulta toda la programación de actividades, instalaciones y competiciones en el siguiente QR
ENTIDADES EN CONVENIO CAMPUS DE CÁDIZ
Vicerrectorado de Estudiantes
ucadeportes
Deporte UCA
areadeportes.uca.es
956 01 62 70
deportes@uca.es
@DeporteUCA

CAMPUS DE CÁDIZ			
COMPETICIÓN	DÍA	HORA	LUGAR
TORNEO DE BASKET 3X3	VIERNES 3 DE OCTUBRE	DE 10:00 H. A 13:00 H.	COLEGIO MAYOR UCA
TORNEO DE TENIS DE MESA	VIERNES 3 DE OCTUBRE	DE 10:00 H. A 13:00 H.	COLEGIO MAYOR UCA

X SEMANA DE PUERTAS ABIERTAS
DEL 1 AL 4 DE OCTUBRE
ENTIDADES EN CONVENIO CON DESCUENTO DIRECTO
CAMPUS DE CÁDIZ
CÁDIZ – SAN FERNANDO - CHICLANA

Destinada a todos los miembros de la
Comunidad Universitaria UCA con **T.D. 2025/2026**

Cádiz

ESCUELA DE DANZA Y PILATES
LAS DESCALZAS

DIRECCIÓN / CONTACTO

Calle Feduchy, 3 (Local)

Tlf: 956 104 116 – 674 696 886

lasdescalzasdanzapilates@yahoo.com

ACTIVIDADES

Prueba de clase para Ballet de Adultos nivel medio avanzado.

El horario es martes y jueves de 20:30h a 22h.

UCA Universidad de Cádiz

CURSO 25 - 26

ÁREA DE DEPORTES

XII SEMANA DE PUERTAS ABIERTAS

CAMPUS DE ALGECIRAS

DEL 1 AL 4 DE OCTUBRE 2025

Consulta toda la programación de actividades, instalaciones y competiciones en el siguiente QR

ENTIDADES EN CONVENIO CAMPUS DE ALGECIRAS

Vicerrectorado de Estudiantes

ucadeportes

Deporte UCA

areadeportes.uca.es

956 01 62 70

deportes@uca.es

@DeporteUCA

XII SEMANA DE PUERTAS ABIERTAS
DEL 1 AL 4 DE OCTUBRE
ENTIDADES EN CONVENIO CON DESCUENTO DIRECTO
CAMPUS DE ALGECIRAS

Destinada a todos los miembros de la
Comunidad Universitaria UCA con **T.D. 2025/2026**

YOGA PATRICIA ROMERO

DIRECCIÓN / CONTACTO

Calle Lola Peche Nº4

Tlf: 610 512 274

patriciaatarazana@hotmail.com

ACTIVIDADES

Se ofrecen clases de yoga en las siguientes fechas y horarios:

Miércoles 1 de octubre

- **18:00 – 19:30 h Hata Yoga flow**
- **19:30 – 21:00 h Yin yoga**

Jueves 2 de octubre

- **18:00 – 19:30 h Power Yoga**
- **19:30 – 21:00 h Yoga Nidra**

XII SEMANA DE PUERTAS ABIERTAS
DEL 1 AL 4 DE OCTUBRE
ENTIDADES EN CONVENIO CON DESCUENTO DIRECTO
CAMPUS DE ALGECIRAS

Destinada a todos los miembros de la
Comunidad Universitaria UCA con **T.D. 2025/2026**

EASYSPORTS ALGECIRAS
DIRECCIÓN / CONTACTO
Calle Malta, s/n (Entreplanta Hotel Suittes) **Tlf: 956 668 464** **info@easysports.es**
ACTIVIDADES
Damos acceso tanto a la sala de musculación como a nuestras clases colectivas, que pueden consultar en nuestra web www.easysports.es, siempre sujeto a disponibilidad de plazas. **Nuestro horario es de lunes a domingo de 06.00 am hasta las 00.00**

Campus de la Bahía de Algeciras

UCA Universidad de Cádiz
Vicerrectorado del Campus Bahía de Algeciras

UCA Universidad de Cádiz
Vicerrectorado de Estudiantes
Área de Deportes

7 participantes

CURSO 24-25

PROGRAMA UCASPORT

FORMACIÓN DEPORTIVA

(CAMPUS VIRTUAL)

TALLER DE INTRODUCCIÓN AL ARBITRAJE DE FÚTBOL SALA

Parte Teórica Online

ESPERANZA LARIOS SALAS

VOCAL DE LOS ÁRBITROS DE FÚTBOL SALA DEL CTA DE LA RFAF EN CÁDIZ

Lunes, 29 de septiembre 2025
Desde 17:00 h a 18:30 h

Parte práctica

JUAN JOSÉ CORDERO

ÁRBITRO DE 1ª DIVISIÓN FÚTBOL SALA

Martes, 30 de septiembre en el Complejo Deportivo del Campus de Puerto Real
Desde 19:30 h a 21:00 h

Parte Voluntaria

Jueves, 16 de octubre en el Complejo Deportivo del Campus de Puerto Real
Desde 17:30 h a 20:30

Inscripciones hasta las 12:00 horas del jueves, 25 de septiembre en:

areadeportes.uca.es/ucasport/

Destinado a la Comunidad Universitaria

Webinar gratuito

UCA Universidad de Cádiz
Vicerrectorado de Estudiantes
Área de Deportes

PROGRAMA UCASPORT

Campus de Puerto Real

18 participantes