



ACTIVIDADES DEPORTIVAS DIRIGIDAS 2018-19.

CENTRO SOCIAL Y DEPORTIVO DE LA UPCT.

Actividad	Días	Horario	Importe mensual Universidad	Importe mensual Externos
Gimnasio	Lunes a Viernes	9:00-22:00	14 €	20 €
Pilates *	Lunes y Miércoles Viernes	19:00-20:00 18:00-19:00	18 €	22 €
	Martes, Jueves y Viernes	18:00-19:00	18 €	22 €
Cross Training *	Lunes y Miércoles	20:00-21:00	18 €	22 €
Ciclo Indoor *	Lunes, Miércoles y Viernes	19:00-20:00	18 €	22 €
	Lunes y Miércoles	12:30-13:30	18 €	22 €
Hatha Yoga *	Martes y Jueves	20:00-21:15	18 €	22 €
Tonificación *	Martes y Jueves	19:00-20:00	18 €	22 €
Zumba *	Martes y Jueves	20:00-21:00	18 €	22 €
Taekwondo Adultos *	Lunes, Miércoles y Viernes	20:30-21:30	18 €	22 €
PARA NIÑOS				
Zumba Niños	Martes y Jueves	18:00-19:00	18 €	22 €
Yoga Niños	Martes y Jueves	19:00-20:00	18 €	22 €
Taekwondo Niños + 5 años	Lunes y Miércoles	18:30-19:30	18 €	22 €
Taekwondo Niños + 9 años	Lunes, Miércoles y Viernes	19:30-20:30	18 €	22 €

*** La inscripción en cualquiera de las actividades (excepto las de niños) incluye el acceso gratuito al gimnasio.**

Inscripciones a través del Portal de Servicios. Consulta el procedimiento de inscripción en: www.upct.es/spd