



**5 AÑOS**  
**SEMANA EUROPEA  
DEL DEPORTE**  
**#BEACTIVE**

*23 - 30 septiembre*

<http://eventos.uclm.es/go/SEMDEPUCLM>

<https://ec.europa.eu/sport/week>

**PROGRAMA  
DE ACTIVIDADES  
EN TODOS  
LOS CAMPUS**

		lunes 23	martes 24	miércoles 25	jueves 26
Campus <b>ALBACETE</b>	horario				
	16 h.		<b>Maratón de Voley Mixto</b> Pabellón polideportivo	<b>Open de Pádel</b> Pabellón polideportivo	<b>Concursos deportivos</b> 3x3 baloncesto y lanzamiento de triples Pabellón polideportivo
	17 h.				
	18 h.				
	19 h.	<b>Master Class Spinning</b> Sala de Spinning			
20 h.		<b>Salida a Pie (8 K)</b> La Pulgosa	<b>Conferencia:</b> <i>La importancia de la elección del calzado deportivo</i> Salón de actos E.U. Politécnica	<b>Master Class G.A.P.</b> Sala usos múltiples pabellón	

		lunes 23	martes 24	miércoles 25	jueves 26
Campus <b>CIUDAD REAL</b>	horario				
	16 - 18 h.	<b>Uso libre instalaciones deportivas</b> Pabellón Universitario	<b>Uso libre instalaciones deportivas</b> Pabellón Universitario	<b>Uso libre instalaciones deportivas</b> Pabellón Universitario	<b>Uso libre instalaciones deportivas</b> Pabellón Universitario
	17:30 - 19 h.	<b>Torneo Americano Pádel</b> Las Bibiertas	<b>Máster Class BOLOS</b> Club de Ocio NUDOS	<b>Exhibición y Taller de Ultimate Frisbee</b> Facultad Educación	<b>Exhibición y Taller de Ringo</b> Facultad Educación
	17 - 20:30 h.				<b>Ruta senderismo por la Atalaya</b> Salida: Facultad Medicina
	18-20 h.			<b>Exhibición y taller de telas aéreas impartido por Academia ARROJATE</b> Nave nueva Crossfil ( C/ Malagón, 4)	
19 - 20 h.	<b>Máster Class Cardio Dance</b> Gimnasio Universitario	<b>Máster Class Pump UCLM</b> Gimnasio Universitario	<b>Máster Class Yoga</b> (Alumnos Saramago) Gimnasio Universitario	<b>Máster Class Hipopresivos</b> Gimnasio Universitario	

		lunes 23	martes 24	miércoles 25	jueves 26
Campus <b>CUENCA</b>	horario				
	18 h.		<b>Conferencia:</b> <i>Efectos de la actividad física en la salud: de la evidencia a la práctica durante el período universitario.</i> <b>Prof. Dr. Iván Caveno Redondo / D. Álvaro Cañada Adalid</b> Salón de Actos Fermín Caballero, Edificio Melchor Cano (planta 2)	<b>3x3 baloncesto</b> <b>4x4 fútbol</b> <b>Concurso de triples</b> <b>Concurso penaltis Pádel</b> Polideportivo Universitario	<b>Marcha a pie 6,2 km.</b> Salida: Pabellón Universitario
	19 h.	<b>Uso libre instalaciones deportivas</b> Instalaciones María Recuenco	<b>Uso libre instalaciones deportivas</b> Instalaciones María Recuenco		<b>Máster Class Entrenamiento funcional</b> Polideportivo Universitario
20 h.		<b>Máster Class Cardio Dance</b> Polideportivo Universitario	<b>Máster Class Spinning</b> Sala Spinning		

		lunes 23	martes 24	miércoles 25	jueves 26
Campus <b>TOLEDO</b>	horario				
	10 - 14 h.	<b>Uso libre pistas Pádel y Tenis</b>	<b>Uso libre pistas Pádel y Tenis</b>	<b>Uso libre pistas Pádel y Tenis</b>	<b>Uso libre pistas Pádel y Tenis</b>
	17-19 h.	<b>Charla impartida por Susana Aznar</b>	<b>Concursos deportivos:</b> Vóley mixto Tenis mesa Triples	<b>Documental: Super Size me</b>	<b>Taller de Kinball</b>
	18 h.	<b>Máster Class Cardio Dance</b>			<b>Taller de Aquagym</b>
	19 h.	<b>Competición Natación por equipos Jornada I</b>	<b>Competición Natación por equipos Jornada II (si fuera necesaria)</b>		<b>FINALES Competición Natación</b>
20 h.		<b>Fútbol sala PAS-PDI</b>			

		lunes 23	martes 24	miércoles 25	jueves 26
Campus <b>TALAVERA DE LA REINA</b>	horario				
	17 h.	<b>Máster Class Cardio Dance</b>	<b>Charla (nutrición, rutinas Actividad Física,...)</b>	<b>Maratón de pádel</b>	<b>Documental: Super Size me</b>
	20 h.	<b>3x3 Baloncesto mixto</b>	<b>Fútbol sala PAS-PDI</b>	<b>3x3 Fútbol sala mixto</b>	<b>3x3 Vóley mixto</b>

Las inscripciones se realizarán de manera on-line en el siguiente enlace, <https://deportesreservas.uclm.es>, accediendo al apartado "Compra de entradas" y escogiendo campus y actividad.

La inscripción de las actividades no ofertadas on-line, será presencial en las oficinas de Deporte Universitario de cada Campus.