

# ACTIVIDADES JUNIO 2021

Actividad	Días	Horario	Nivel	Instalación
Aikido	V	18:00 - 20:00 <sup>1</sup>	Único	Sala A
Aquagym	V	09:00 - 10:00 <sup>1</sup> 14:30 - 15:30 <sup>1</sup>	Único	Piscina Cubierta
Boxeo	L y X	14:00 - 15:00 <sup>1</sup>	Único	Tatami Polideportivo
Ciclo Indoor	L y X	08:00 - 09:00 <sup>1</sup> 14:00 - 15:00 <sup>1</sup> 19:00 - 20:00 <sup>1</sup>	Único	Polideportivo
Esgrima	L y X	14:00 - 15:00 <sup>2</sup>	Iniciación	Sala de Esgrima
Funcional Fitness	M y J	13:00 - 14:00 <sup>2</sup>	Único	Sala Musculación
Kenpo-Karate	M y J V	14:30 - 15:30 <sup>2</sup> 13:30 - 15:30 <sup>2</sup>	Único	Sala A
Natación	L y X M y J	13:00 - 14:00 <sup>2</sup> 14:00 - 15:00 <sup>2</sup> 18:00 - 19:00 <sup>2</sup> 08:00 - 09:00 <sup>2</sup> 09:00 - 10:00 <sup>2</sup> 18:00 - 19:00 <sup>2</sup>	Único	Piscina Cubierta
Natación Infantil	M J V	15.30 - 16:15 <sup>1</sup> 15.30 - 16:15 <sup>1</sup> 15.30 - 16:15 <sup>1</sup> 16.30 - 17:10 <sup>1</sup> 17.30 - 18:10 <sup>1</sup>	Consultar	Piscina Cubierta
Natación Master	M y J	19:00 - 20:00 <sup>2</sup>	Avanzado	Piscina Cubierta
Natación Terapéutica	L y X M y J	15:15 - 16:15 <sup>2</sup> 14:00 - 15:00 <sup>2</sup> 18:00 - 19:00 <sup>2</sup>	Único	Piscina Cubierta
Pilates	L y X M y J	09:00 - 10:00 <sup>2</sup> 18:00 - 19:00 <sup>2</sup> 19:00 - 20:00 <sup>2</sup> 20:00 - 21:00 <sup>2</sup> 09:00 - 10:00 <sup>2</sup> 14:30 - 15:30 <sup>2</sup> 17:30 - 18:30 <sup>2</sup> 18:30 - 19:30 <sup>2</sup>	Único	Gimnasio I
Preparación Física	L y X	08:00 - 09:00 <sup>1</sup> 14:30 - 15:30 <sup>1</sup>	Único	Gimnasio II
Tonificación	M y J	08:00 - 09:00 <sup>1</sup>	Único	Gimnasio I
Trabajo de Alta Intensidad	X y V M y J	13:30 - 14:30 <sup>1</sup> 13:30 - 14:30 <sup>1</sup>	Único	Por determinar
Triatlón	L y X	17:00 - 18:00 <sup>2</sup>	Único	Piscina
Yoga Iyengar	M J	12:00 - 14:00 <sup>2</sup> 14:00 - 16:00 <sup>2</sup>	Nivel 2 Nivel 1	Gimnasio II
Zumba	M y J	18:30 - 19:30 <sup>2</sup>	Único	Gimnasio I

# ACTIVIDADES JUNIO 2021

Actividad	Días	Horario	Nivel	Instalación
Tenis	M y J	13:00 - 14:00 <sup>3</sup>	Medio	Pistas 1 y 2 de tenis
		14:00 - 15:00 <sup>3</sup>		
		15:00 - 16:00 <sup>3</sup>		
Padel	L y X	13:00 - 14:00 <sup>3</sup>	Medio	Pistas 1 y 2 padel
		14:00 - 15:00 <sup>3</sup>	Medio	
		15:00 - 16:00 <sup>3</sup>	Medio	
		18:00 - 19:00 <sup>3</sup>	Medio	
		19:00 - 20:00 <sup>3</sup>	Medio	
		20:00 - 21:00 <sup>3</sup>	Medio-avanzado	
	M y J	17:00 - 18:00 <sup>3</sup>	Medio	
		18:00 - 19:00 <sup>3</sup>	Medio	
		19:00 - 20:00 <sup>3</sup>	Medio	
		20:00 - 21:00 <sup>3</sup>	Medio	
	J	12:00 - 14:00 <sup>3</sup>	Avanzado	
	V	11:00 - 13:00 <sup>3</sup>	Avanzado	
		13:00 - 15:00 <sup>3</sup>	Avanzado	
		17:00 - 19:00 <sup>3</sup>	Medio	
	S	10:00 - 12:00 <sup>3</sup>	Avanzado	
12:00 - 14:00 <sup>3</sup>		Iniciación		

<sup>1</sup> Mínimo 8 usuarios, <sup>2</sup> Mínimo 10 usuarios, <sup>3</sup> Mínimo 6 usuarios.

La oferta deportiva puede verse modificada según las necesidades de Las Instalaciones Deportivas de la UAM.

Peticiones de grupos (a parte de la oferta establecida) hasta el 12 de mayo.

Se impartirán los grupos que a día 19 de mayo lleguen al número mínimo detallado anteriormente.

IMPORTANTE: No olvides pasar tu tarjeta cuando vengas a la actividad.



Universidad Autónoma  
de Madrid

[www.polideportivouam.es](http://www.polideportivouam.es)



#InstalacionesDeportivasUAM

