



Cursos de Actividades Físico-Deportivas 2020-21 2º CUATRIMESTRE - Campus de Valladolid

	Complejo Deportivo Ruiz Hernández (pistas exteriores) (* ¡Los horarios y las instalaciones podrán sufrir cambios en función de las restricciones para la práctica deportiva de cada momento debido a la situación sanitaria!			
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves
	17 h (*)	Defensa Personal		Defensa Personal
18 h (*)	Ninjutsu B	Ninjutsu A	Ninjutsu B	Ninjutsu A

	Campus Miguel Delibes (exterior del Gimnasio Uva)			
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves
	19 h	Escuela del Corredor		Escuela del Corredor

	Complejo Deportivo Fuente La Mora - Pistas de Pádel y Tenis	
	Viernes	Sábado
	10 a 14 h	Pádel / Tenis
17 a 21 h	Pádel / Tenis	

	Programa ON LINE "Deporte en casa"			
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves
	17 a 18:30 h	Yoga		Yoga
	19 h	Fitness Total	Pilates	Fitness Total
20 h	Gimnasia Espalda	Zumba	Gimnasia Espalda	Zumba



- Servicio de Deportes**
- 01 Marcha Nórdica
 - 02 Orientación
 - 03 Escalada
 - 04 E-Bikes
 - 05 Piragüismo
 - 06 Paddle Surf
 - 07 Geocaching

Programa de Actividades en el Medio Natural y el Entorno Urbano

PLAZAS LIMITADAS

Fines de semana
del 27 de febrero
al 24 de abril



- 01 MARCHA NÓRDICA - sábado 27 febrero (12 plazas - 10 €)
- 02 ORIENTACIÓN - sábado 6 marzo (12 plazas - 10 €)
- 03 ESCALADA - sábado 13 marzo (12 plazas - 10 €)
- 04 E BIKE - domingo 21 marzo (12 plazas - 15 €)
- 05 PIRAGÜISMO - sábado 10 abril (12 plazas - 10 €)
- 06 PADDLE SURF - sábado 17 abril (12 plazas - 15 €)
- 07 GEOCACHING - sábado 24 abril (24 plazas - 5 €)