

20 de Setembre
**Dia
Internacional
de l'esport
universitari**



uvesports
20

PROGRAMA DE ACTIVIDADES, COMPETICIONES Y EVENTOS

20 de septiembre – Día Internacional del Deporte Universitario (FISU)

23-30 de septiembre – Semana Europea del Deporte (CE – CSD) #BEACTIVE



Actividades



Escuelas deportivas



Selecciones Universitarias



Deporte Adaptado



Mujer y Deporte

PARTICIPA EN NUESTROS CONCURSOS DE: RRSS y TRAE A UN AMIG@



www.uv.es/uvesports

Semana Europea del Deporte

VNIVERSITAT Vicerectorat de Cultura,
ID VALÈNCIA Esports i Vincle Social



#BEACTIVE



uvesports

VNIVERSITAT
ID VALÈNCIA

**23-
30**
de septiembre

Semana Europea del Deporte

VNIVERSITAT ID VALÈNCIA Vicerectorat de Cultura, Esports i Vincle Social



#BEACTIVE  LIVESPORTS VNIVERSITAT ID VALÈNCIA

23-30
de septiembre

Campus Blasco Ibañez

DÍA	ACTIVIDAD	HORARIO	SALA	PROFESOR/A
Lunes 21/09	DANZA EXPRESION	12.30-14.00	Sala Fusta	Ana Olcina
	Entrena con la selección de BALONCESTO FEMENINO	14.00-15.30	Cancha Norte Aulario V	UVesports
	Entrena con la selección de RUGBY 7 MASCULINO	14.00-15.30	Campo de Fútbol	UVesports
	Entrena con la selección de BALONCESTO MASCULINO	15.00-16.30	Cancha Norte Aulario V	UVesports
	Entrena con la selección de FÚTBOL SALA FEMENINO	14.00-15.30	Pabellón UV	UVesports
	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	18.00-19.00	Sala Azul	Abel Ballester
	SALSA CUBANA	19.20-20.40	Sala Fusta o exterior	Sergi Martí
	CIRCUITO TRAINING	20.00-21.00	Sala Azul	Abel Ballester



Actividades



Escuelas deportivas



Selecciones Universitarias



Deporte Adaptado



Mujer y Deporte

Semana Europea del Deporte

VNIVERSITAT ID VALÈNCIA Vicerectorat de Cultura, Esports i Vincle Social



#BEACTIVE  lIVesports VNIVERSITAT ID VALÈNCIA

23-30
de septiembre

Campus Blasco Ibañez

DÍA	ACTIVIDAD	HORARIO	SALA	PROFESOR/A
Martes 22/09	ESCUELA DE RUNNING	10.00-11.30	Pista exterior, recta atletismo	Alex
	Entrena con la selección de FÚTBOL SALA MASCULINO	14.00-15.30	Pabellón UV	UVesports
	Entrena con la selección de FÚTBOL MASCULINO	13.30-15.00	Campo de Fútbol	UVesports
	Entrena con la selección de FÚTBOL FEMENINO	15.00-16.30	Campo de Fútbol	UVesports
	Entrena con la selección de VOLEIBOL FEMENINO	15.00-16.30	Cancha Norte Aulario V	UVesports
	EMPODERAT UV: Mou-te am la Uni	16.00-17.00	Frontón	Juntas es mejor
	YOGA	18.00-19.30	Sala Azul	Lidia Meneghini
	HIP HOP	19.30-20.30	Sala Azul	Beatriz Lara
	AEROGAP	20.30-21.30	Sala Azul	Abel Ballester
	DANZA URBANA	20.45-21.45	Sala Fusta	Beatriz Lara



Actividades



Escuelas deportivas



Selecciones Universitarias



Deporte Adaptado



Mujer y Deporte

Semana Europea del Deporte

VNIVERSITAT ID VALÈNCIA Vicerectorat de Cultura, Esports i Vincle Social



#BEACTIVE  lVesports VNIVERSITAT ID VALÈNCIA

23-30
de septiembre

Campus Blasco Ibañez

DÍA	ACTIVIDAD	HORARIO	SALA	PROFESOR/A
Miércoles 23/09	ESCUELA DE KENDO	08.30-10.00	Sala Fusta	Vicente
	DANZA YOGA	11.00-12.30	Sala Fusta	Ana Olcina
	Entrena con la selección de BALONMANO MASCULINO	14.00-16.00	Pabellón UV	UVesports
	MANTENIMIENTO	15.30-16.30	Sala Azul	Abel Ballester
	PICKLEBALL	17.45-19.00	Pista Pickleball	Elena Mir
	SALSA	19.00-20.00	Sala Fusta o exterior	Sergi Martí
	PICKLEBALL	19.00-20.15	Sala Pista Pickleball	Elena Mir



Actividades



Escuelas deportivas



Selecciones Universitarias



Deporte Adaptado



Mujer y Deporte

Semana Europea del Deporte

VNIVERSITAT ID VALÈNCIA Vicerectorat de Cultura, Esports i Vincle Social



#BEACTIVE  LIVESPORTS VNIVERSITAT ID VALÈNCIA

23-30
de septiembre

Campus Blasco Ibañez

DÍA	ACTIVIDAD	HORARIO	SALA	PROFESOR/A
Jueves 24/09	ABDOMINALES SIN RIESGO	11.00-12.00	Sala Fusta	Paloma López
	Entrena con la selección de BALONMANO FEMENINO	14.00-16.00	Pabellón UV	UVesports
	Entrena con la selección de RUGBY 7 FEMENINO	14.30-16.00	Campo de Fútbol	UVesports
	Entrena con la selección de VOLEIBOL MASCULINO	15.00-16.30	Cancha Norte Aulario V	UVesports
	CUBBA	16.30-17.30	Sala Fusta/exterior	María Muñoz
	AEROGAP	17.00-18.00	Sala Azul	Juan Blasco
	ESCUELA DE JUDO	19.00-20.30	Tatami Aulario V	Vicente
	BACHATA	17.00-18.00	Sala Expresión	Ramón Cuallado



Actividades



Escuelas deportivas



Selecciones Universitarias



Deporte Adaptado



Mujer y Deporte

Semana Europea del Deporte

VNIVERSITAT ID VALÈNCIA Vicerectorat de Cultura, Esports i Vincle Social



#BEACTIVE  liversports VNIVERSITAT ID VALÈNCIA

23-30
de septiembre

Campus Blasco Ibañez

DÍA	ACTIVIDAD	HORARIO	SALA	PROFESOR/A
Viernes 25/09	ESCUELA DE KENDO	08.30-10.00	Sala Fusta	Vicente
	YOGA	11.30-13.00	Sala Fusta	Ana Fuertes
	SEVILLANAS	16.30-17.45	Sala Fusta	Lucila Duarte
	TALLER BOCCIA	16.30-18.00	Sala Azul	FESA
	BACHATA	17.00-18.00	Sala Fusta o exterior	Ramón Cuallado
Lunes 28/09	ESCUELA DE ESCALADA	11.00-13.00	Natural Climb Benimaclet	Monica



Actividades



Escuelas deportivas



Selecciones Universitarias



Deporte Adaptado



Mujer y Deporte

Semana Europea del Deporte

VNIVERSITAT ID VALÈNCIA Vicerectorat de Cultura, Esports i Vincle Social



#BEACTIVE  LIVESPORTS VNIVERSITAT ID VALÈNCIA

23-30
de septiembre

Campus dels Tarongers

DÍA	ACTIVIDAD	HORARIO	SALA	PROFESOR/A
Lunes 21/09	DANZA Y MOVIMIENTO	10.00 - 11.00	Tatami	María Muñoz
	CIRCUIT TRAINING	13.00-14.00	Aerobic	Sergio Elorza
	MANTENIMIENTO	15.00-16.00	Aerobic	Sergio Elorza
	PICKLEBALL	18.30-20.00	Pista exterior	Elena Mir
Martes 22/09	AEROGAP	12.30-13.30	Aerobic	Sergio Elorza
	ESPALDA SANA	16.15-17.15	Tatami	Paloma Guerra
	K-POP	18.30-20.00	Aerobic	Emma Tendero
	DEFENSA DE DONES	19.30-20.30	Tatami	Luís Muñoz

Semana Europea del Deporte

VNIVERSITAT ID VALÈNCIA Vicerectorat de Cultura, Esports i Vincle Social



#BEACTIVE  liversports VNIVERSITAT ID VALÈNCIA

23-30
de septiembre

**Campus
dels Tarongers**



Actividades

DÍA	ACTIVIDAD	HORARIO	SALA	PROFESOR/A
Miércoles 23/09	DANZA Y MOVIMIENTO	10.00 - 11.00	Tatami	María Muñoz
	CIRCUIT TRAINING	13.00-14.00	Aerobic	Sergio Elorza
	AEROGAP	14.00-15.00	Aerobic	Sergio Elorza
	KINOMICHI	19.00-20.30	Tatami	Josep Gavaldá
Jueves 24/09	AEROGAP	12.30-13.30	Aerobic	Sergio Elorza
	DANZA CONTEMPORÁNEA	17.00-18;30	Aerobic	Marcos Usó
	DANZA URBANA	18.30-19.30	Aerobic	Beatriz Lara
	HIP HOP	19.30-20.30	Tatami	Beatriz Lara
Viernes 25/09	ESTIRAMIENTOS CADENAS MUSCULARES	13.30-15.00	Tatami	Paloma Guerra
	BACHATA	18.00-19.00	Aerobic	Tony Garland
	KINOMICHI	19.00-20.30	Tatami	Josep Gavaldá

Semana Europea del Deporte

VNIVERSITAT ID VALÈNCIA Vicerectorat de Cultura, Esports i Vincle Social



#BEACTIVE  LIVESPORTS VNIVERSITAT ID VALÈNCIA

23-30
de septiembre

Campus de Burjassot

DÍA	ACTIVIDAD	HORARIO	SALA	PROFESOR/A
Lunes 21/09	TAI-CHI	13.15-14.45	Polideportivo	Magda Chiralt
	CORRECCIÓN POSTURAL	16.00-17.00	Gimnasio Campus	Manuel Caldito
	BACHATA	21.00-22.00	Gimnasio Campus	Toni Garland
Martes 22/09	ESTIRAMIENTOS DE CADENAS MUSCULARES	14.30-16.00	Gimnasio Campus	Magda Chiralt
	ENTRENAMIENTO EN SUSPENSIÓN	15.00-16.00	Parque de calistenia	Abel Ballester
	SPINNING	20.30-21.30	Gimnasio Campus	Juan Blasco



Actividades

Semana Europea del Deporte

VNIVERSITAT DE VALÈNCIA Vicerectorat de Cultura, Esports i Vincle Social



#BEACTIVE  LIVESPORTS VNIVERSITAT DE VALÈNCIA

23-30
de septiembre

Campus de Burjassot

DÍA	ACTIVIDAD	HORARIO	SALA	PROFESOR/A
Miércoles 23/09	TAI-CHI	13.15-14.45	Polideportivo	Magda Chiralt
	CORRECCIÓN POSTURAL	16.00-17.00	Gimnasio Campus	Manuel Caldito
Jueves 24/09	ESTIRAMIENTOS DE CADENAS MUSCULARES	14.30-16.00	Gimnasio Campus	Magda Chiralt
	ENTRENAMIENTO EN SUSPENSIÓN	15.00-16.00	Parque de calistenia	Abel Ballester
	SPINNING	20.30-21.30	Gimnasio Campus	Juan Blasco

Semana Europea del Deporte

VNIVERSITAT ID VALÈNCIA Vicerectorat de Cultura, Esports i Vincle Social



#BEACTIVE  LIVESPORTS VNIVERSITAT ID VALÈNCIA

23-30
de septiembre

Campus de Ontinyent

DÍA	ACTIVIDAD	HORARIO	SALA	PROFESOR/A
Lunes 21/09	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	15.30-16.30	Aula Polivalente II	Aurora Barber
	BACHATA-SALSA (NIVEL INICIACIÓN)	19.00-20.30	Aula Polivalente II	Lorena Ferri
Miércoles 23/09	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	15.30-16.30	Aula Polivalente II	Aurora Barber
	PILATES	16.30-17.30	Aula Polivalente II	Aurora Barber
Jueves 24/09	PILATES	16.30-17.30	Aula Polivalente II	Aurora Barber

Semana Europea del Deporte

UVesports
UNIVERSITAT DE VALÈNCIA



#BEACTIVE  l'IVESports 

23 -
30
de septiembre

EMPODERA'TUV

Mou-te amb la Uni

¿En qué consiste la actividad?

Esta actividad está enmarcada dentro del proyecto EMPODERA'T: Mou-te amb la Uni.

Se trata de la última sesión presencial del proyecto. No obstante, se podrán seguir realizando los vídeos porque se encuentran alojados en Youtube. En total hay 45 vídeos de entre 20-25 minutos de ejercicio físico de alta intensidad.

Lugar y horario

- Frontón el martes 22 de septiembre de 16:00 a 17:00 horas

Participa

Solamente debes venir con ropa deportiva y ganas de pasarlo bien!

Si participas en esta actividad tendrás la oportunidad de conocer otros proyectos nuevos que se realizarán para mujeres universitarias. La participación en actividades físico-deportivas te ayudará tanto a nivel mental como físico, gracias a los innumerables beneficios que ha demostrado la participación regular en estas actividades.

¡Es momento de empezar a moverse! ¡Y qué mejor que hacerlo con la Uni!

Semana Europea del Deporte

UVesports
UNIVERSITAT DE VALÈNCIA



#BEACTIVE



UVesports

UNIVERSITAT DE VALÈNCIA

23-30
de septiembre

COMPARTE TU EXPERIENCIA EN LAS REDES SOCIALES



Periodo de participación

- Las fotos o videos tienen que ser subidos a las **RRSS del 20 al 30 de septiembre de 2026** y compartidas con la cuenta oficial de UVesports dentro de este periodo.

Requisitos de participación

- Pertenecer a la comunidad universitaria: solo podrán participar en el sorteo aquellas personas que sean miembros de la comunidad universitaria de la UV.
- Publicación en RRSS: las personas participantes tienen que compartir una foto o video participando en alguna actividad deportiva en sus perfiles de RRSS (Facebook, Twitter y/o Instagram).
- Etiquetado obligatorio: se tendrá que etiquetar la cuenta oficial del Servicio de Deportes de la UV y añadir el hashtag de la semana europea del deporte: @uvesports_ y #setmanaeuropeadelesportUV

Se pueden compartir fotos y videos:

- Instalaciones del Servicio de Deportes de la UV: se podrán mostrar los espacios deportivos del Servicio de Deportes de la UV de cualquier de los campus de la UV.
- Entrenamientos con las selecciones universitarias: se pueden compartir imágenes de cualquiera de los entrenamientos con las selecciones universitarias.
- Puertas abiertas a las actividades físicas: fotos y/o videos de las diferentes actividades y escuelas deportivas.
- Empodera't UV y Deporte Adaptado

Sorteo y anuncio de las personas ganadores

- Los premios consistirán en equipaciones de las selecciones de la UV: camisetas, pantalones, polos, etc. El sorteo se llevará a cabo el día 6 de octubre. A cada perfil que comparta con el Servei d'Esport se le otorgará un número y, después, se seleccionarán de manera aleatoria a 5 personas ganadoras de cada red social. Estas personas ganadoras serán anunciadas en la página del Servicio de Deportes y en sus RRSS.

Semana Europea del Deporte

UVesports
UNIVERSITAT DE VALÈNCIA



#BEACTIVE



UVesports

UNIVERSITAT DE VALÈNCIA

23 -
30
de septiembre

ANIMA A TUS AMISTADES A PONERSE EN FORMA

Periodo de participación

- Del 21 al 30 de septiembre de 2026

Requisitos de participación

- Estar inscrito en una actividad o una escuela deportiva: solo podrán participar en el sorteo aquellas personas que sean miembros de la comunidad universitaria de la Universitat de València o sean usuarias mediante la tarjeta deportiva.
- Llevar más de 5 amigos o amigas a proba..

Funcionamiento:

- Las personas que ya están inscritas a las actividades o escuelas invitarán a sus amistades a probar la oferta.
- Los monitores/entrenadores llevarán un seguimiento de la asistencia, así como del número de personas que acompañan a la persona inscrita.
- Acabada la semana, se hará el recuento.

Premios:

- Por llevar de 5 a 10 personas: Prenda UVesports.
- Por llevar a más de 10 personas: el 2.º cuatrimestre de la actividad será a coste 0.

Semana Europea del Deporte

UVesports
UNIVERSITAT DE VALÈNCIA



#BEACTIVE



UVesports

UNIVERSITAT DE VALÈNCIA

23 -
30
de septiembre

EL RETO DE LA MARATÓN

Periodo de participación

- La actividad se podrá realizar del 20 al 30 de septiembre de 2026 y el plazo para remitir el correo electrónico será hasta el 7 de octubre de 2026.

Requisitos de participación

- Sólo podrán participar en el sorteo aquellas personas que sean miembros de la comunidad universitaria de la UV.
- Acreditar haber superado los 42,195 km dentro del plazo establecido mediante la captura de pantalla de la app.
- Remitir la captura a competicions.tarongers@uv.es: en el asunto del correo se deberá indicar "Repte de la Marató" y en el cuerpo deberá constar el nombre y apellidos de la persona participante, el DNI y adjuntar la captura o las capturas pertinentes.

Funcionamiento:

- Las personas participantes deberán igualar o superar la distancia de 42,195 km, durante la Semana Europea de l'Esport 2026, andando, corriendo o en bici, acumulando las distancias en diferentes días o en un mismo día.
- Tendrán que registrar su actividad diaria (caminar, correr o ir en bici), mediante cualquier aplicación móvil o de reloj inteligente.
- Deberán realizar una captura de pantalla (o las que necesite) desde la aplicación usada, indistintamente de cuál sea, en la que conste la identidad de la persona participante y la distancia recorrida, así como que ha sido realizada dentro del periodo establecido.
- Deberán remitir las capturas de pantalla a competicions.tarongers@uv.es

Premios:

- Todas las personas participantes recibirán una equipación del Servei d'Esports de la UV.