

Uvespöorts



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



#BEACTIVE



UVespòrts

VNIVERSITAT  
ID VALÈNCIA

# Semana Europea del Deporte

**23 -  
30**  
de septiembre



23-30 de septiembre

Semana Europea del Deporte (CE-CSD) #BEACTIVE

ACTIVIDADES Del lunes 25 al viernes 29 de septiembre

DÍA		ACTIVIDAD	HORARIO	SALA		ACTIVIDAD	HORARIO	SALA		ACTIVIDAD	HORARIO	SALA
Lunes 25 septiembre	Blasco Ibañez	Danza Yoga	11.00-12.30	Fusta	Tarongers	Circuito Training	13.00-14.00	Aerobic	Burjassot	Musculación	10.00-12.00	Pabellón
		Bachata	19.20-20.40	Fusta o exterior		Yoga	16.30-18.00	Tatami		Circuit Training	13.00-13.55	Pabellón
		Circuito Training	20.00-21.00	Blava		Aerogap	21.00-22.00	Aerobic		Calistenia	14.10-15.00	Terraza calistenia
Martes 26 septiembre		Flamenco	16.00-17.00	Blanca		Aerotonic	13.30-14.30	Aerobic		Spinning	16.00-16.55	Gimnàs
		Cubba	16.30-17.30	Fusta/exterior		Salsa Cubana	15.30-17.00	Aerobic		Salsa	20.30-21.30	Pabellón
		Aerogap	20.30-21.30	Blava		Tiro con arco	19.00-20.30	Campo Tiro		Circuit Training	13.00-13.55	Pabellón
Miércoles 27 septiembre		Danza Tribal	12.30-14.00	Fusta		Corrección Postural	20.00-21.00	Aerobic		Calistenia	14.10-15.00	Terraza calistenia
		Mantenimiento	16.00-17.00	Blava		Mantenimiento	15.00-16.00	Aerobic		Chikung	14.30-16.00	Polideportivo
		Salsa Cubana	19.00-20.00	Fusta o exterior		Kinomichi	19.00-20.30	Tatami		Aerogap	16.00-16.55	Pabellón
		Aerobox	21.00-22.00	Blava		Danza y Movimiento	10.00-11.00	Tatami		Yoga	9.30-10.55	Gimnàs
Jueves 28 septiembre		Abdominales Sin Riesgo	11.00-12.00	Fusta		Danza Clásica	17.00-18.30	Aerobic		Rugby Cinta	13.30-14.30	Polideportivo
		Aerotonic	16.00-17.00	Blava		Tiro con arco	17.30-19.00	Campo Tiro		Spinning	16.00-16.55	Gimnàs
		Bachata	16.45-18.00	Sala Expresión		Hit	18.30-19.00	Musc/exterior		Musculación	10.00-12.00	Pabellón
	Yoga	18.00-19.30	Blava	Sevillanas	10.30-12.00	Aerobic	Mantenimiento	11.00-11.55	Gimnàs			
	Kendo	19.00-21.00	Fusta	Bachata	16.30-18.00	Aerobic	Circuit Training	13.00-13.55	Pabellón			
	Danza Fitness	19.30-20.30	Blava	Estilo Chicas	18.00-19.30	Aerobic	Calistenia	14.10-15.00	Terraza calistenia			
	Judo	20.00-21.15	Tatami Aulario V				Aerogap	16.00-16.55	Pabellón			
Viernes 29 septiembre	Tenis Silla	10.00-12.00	Pista tenis 9				Yoga	9.30-11.00	Gimnàs			
	Escuela de Running	10.30-12.00	Pista Atletismo				Salsa-bachata	14.30-16.00	Polideportivo			
	Yoga	11.30-13.00	Fusta									
	Sevillanas	16.00-17.00	Fusta									
	Bachata	17.00-18.00	Fusta o exterior									