

**UNIDAD DE FORMACIÓN DE PERSONAL
DE ADMINISTRACIÓN Y SERVICIOS**

VICEGERENCIA DE GESTIÓN Y ORGANIZACIÓN



CURSO:

***TÉCNICO FORMATIVO PARA EL
PERSONAL EN SERVICIOS DEPORTIVOS***

NOVIEMBRE 2013

Actividades
deportivas
en los
complejos
de la UCM

Atletismo:

El **atletismo**, (en griego αθλος [*athlos*], «lucha»), es un deporte que contiene un conjunto de disciplinas agrupadas en carreras, saltos, lanzamientos, pruebas combinadas y marcha. Es el arte de superar el rendimiento de los adversarios en velocidad o en resistencia, en distancia o en altura.

El número de pruebas, ya sea individuales o en equipo, ha variado con el tiempo y las mentalidades. El atletismo es uno de los pocos deportes practicado universalmente, ya sea en el mundo *aficionado* o en muchas competiciones a todos los niveles. La simplicidad y los pocos medios necesarios para su práctica explican en parte este éxito.



Los primeros vestigios de las competencias atléticas se remontan a las civilizaciones antiguas. La disciplina fue desarrollándose a lo largo de los siglos, desde las primeras pruebas hasta su reglamentación.

El calendario está dominado por cuatro tipos de eventos: reuniones, reuniones entre clubes, campeonatos nacionales y los principales eventos internacionales. Los Juegos Olímpicos son el evento internacional más prestigioso. Se celebran cada cuatro años desde 1896 y el atletismo es la disciplina más importante en ellos. Desde 1982, la Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (IAAF), el organismo responsable de la regulación de la disciplina, ha flexibilizado sus normas para acabar con el periodo amateur de la disciplina. El primer Campeonato Mundial de Atletismo se organizó en 1983 y tienen lugar cada dos años desde 1991.

Correr, caminar, lanzar y saltar son movimientos naturales en el hombre y , de hecho, el concepto de atletismo se remonta a tiempos muy remotos, como lo confirman algunas pinturas rupestres del Paleolítico Inferior (6000 a. C.6500a.C) al Neolítico que demuestran rivalidad entre varios corredores y lanzadores. Las fuentes se hacen más precisas en Egipto en el siglo XV antes de nuestra era, con la referencia escrita más antigua, referida a la carrera a pie, hallada en la tumba de Amenhotep II (c. 1438-1412 a. C.) En la misma época, la civilización minoica (Creta), también practicaba las carreras, así como el lanzamiento de jabalina y de disco.

Los primeros encuentros en Grecia se llevaron a cabo en el siglo VIII a. C. En ellos destacaba la prueba llamada *stadion*, que era una carrera pedestre de 197,27 metros, equivalentes a 200 veces el pie de Heracles. Esta es la prueba más antigua de la que se tiene registro, aunque se supone que se practicaba con anterioridad. Poco tiempo después aparecieron más pruebas, como el doble *stadion* o *duálico*, la carrera de medio fondo o *hípico* y la carrera de fondo o *dólico*. Todas estas pruebas son múltiplos de la distancia del *stadion*.

El barón Pierre de Coubertin fue el arquitecto de la creación de los Juegos Olímpicos modernos cuya primera edición se celebró en 1896 en Atenas, donde, por supuesto, el atletismo figuró entre las pruebas. Trató entonces, entre otras cosas, de poner fin a la práctica del dinero en el deporte, especialmente en atletismo, en favor del «espectáculo deportivo» amateur. Recién creada en 1912, la Federación Internacional de Atletismo, establece en su Constitución el principio del amateurismo, a imagen del credo del Comité Olímpico Internacional que protege la pureza de la competición amateur sobre la carrera profesional.

El equipo de atletismo de la UCM participa todos los años en el campeonato de España de atletismo universitario. Donde en su última edición celebrada en tierras castellonenses obtuvo una meritoria octava posición con seis medallas, dos de cada metal.

Oro en pértiga y en 5 kilómetros marcha.

Plata en pértiga y en 400 metros vallas.

Bronce en 3000 metros obstáculos y 100 metros lisos.

En la Complutense también se desarrollan otras competiciones de atletismo:

- *Carrera del Dólido de 4615 m. Organizada por la escuela de Estadística.*
- *Cross del Rector de 8250 m que se celebra todos los años en el parque del Oeste.*
- *Media maratón universitaria de 21 kilómetros y 97 metros, con salida en la plaza de Cardenal Cisneros, habiendo de completar un recorrido de 3 vueltas a lo largo de la Ciudad Universitaria y con llegada a la pista de atletismo de la zona Sur.*



Baloncesto:

El **baloncesto**, **basquetball** (del [inglés](#) *basket* (canasta), *ball* (pelota)), **basquetbol** o **básquet** es un [deporte](#) de equipo que se puede desarrollar tanto en pista cubierta como en descubierta, en el que dos conjuntos de cinco jugadores cada uno intentan anotar puntos, también llamados canastas o dobles introduciendo un balón en un [aro](#) colocado a 3,05 metros que cuelga una [red](#), lo que le da un aspecto de [cesta](#) o [canasta](#). Se intenta llegar a ella corriendo y empujando con una mano (derecha o izquierda en caso de ser el jugador zurdo) la pelota al piso.

Es conocido por las Federaciones Nacionales como *baloncesto* en los países del [Caribe](#) y en [España](#), como *básquetbol* o *basquetbol* en la mayoría de países de [Sudamérica](#) y [México](#), y como *básquet* en la [Argentina](#) y [Perú](#), por la castellanización de su nombre original en inglés: *basketball*.



Fue inventado por James Naismith, un profesor de educación física, en diciembre de 1891 en la YMCA de Springfield, Massachusetts, Estados Unidos. Se juega con dos equipos de cinco personas, durante 4 períodos o cuartos de 10 (FIBA) o 12 (NBA) minutos cada uno. Al finalizar el segundo cuarto, se realiza un descanso, normalmente de 15 a 20 minutos según la reglamentación propia del campeonato al cual el partido pertenezca.

También existe una modalidad, fundamentalmente para discapacitados, en la que se juega en silla de ruedas (baloncesto en silla de ruedas), prácticamente con las mismas normas que el baloncesto habitual.

En la UCM existen competiciones de este deporte que se desarrollan a lo largo del curso lectivo, siendo las finales en el mes de Mayo.

La normativa e información sobre dichas competiciones se encuentra en el anexo *Competiciones Deportivas*.

También es posible el alquiler de la pista por la comunidad universitaria para su uso libre según las tarifas vigentes:

UNIV. COMPLUTENSE

1 hora 15,00 €

CONV. COOP. O COLAB

1 hora 19,00 €

OTRAS UNIV, ORG, LIC, ACOMP

1 hora 22,00 €

Balonmano:

El **balonmano** o **handball** (ambos términos, incluido el calco, procedentes del alemán *handball*) es un deporte de pelota en el que se enfrentan dos equipos. Cada equipo se compone de 7 jugadores (6 jugadores y 1 portero), pudiendo el equipo contar con otros 7 jugadores reservas que pueden intercambiarse en cualquier momento con sus compañeros. Se juega en un campo rectangular, con una portería a cada lado del campo y el objetivo del juego es desplazar una pelota a través del campo valiéndose fundamentalmente de las manos para intentar introducirla dentro de la meta contraria, acción que se denomina gol. El equipo que marque más goles al concluir el partido, que consta de dos partes de 30 minutos, es el que resulta ganador, pudiendo darse también el empate.

Si hablamos de sus orígenes, es obvio que la agilidad del hombre con sus manos pudo llevarle ya en las primeras civilizaciones conocidas a utilizarlas para sus juegos. En cualquier caso, todo el mundo está de acuerdo en que el balonmano, tal y como se entiende ahora, es un deporte realmente muy joven, del primer cuarto del siglo XX.



En la UCM existen competiciones de este deporte que se desarrollan a lo largo del curso lectivo, siendo las finales en el mes de Mayo.

La normativa e información sobre dichas competiciones se encuentra en el anexo *Competiciones Deportivas*.

También es posible el alquiler de la pista por la comunidad universitaria para su uso libre según las tarifas vigentes:

UNIV. COMPLUTENSE

1 hora 15,00 €

CONV. COOP. O COLAB

1 hora 19,00 €

OTRAS UNIV, ORG, LIC, ACOMP

1 hora 22,00 €

Escalada:

La **escalada**, en montañismo, es una actividad que consiste en realizar ascensos sobre paredes de fuerte pendiente valiéndose de la fuerza física y mental propia. Se considera escalada todo ascenso que siendo fácil, difícil o imposible de realizar, según el estado físico de la persona, se realiza con las extremidades inferiores (pies y piernas) y las extremidades superiores (brazos y manos). En la escalada hay alturas de peligro considerable y con el objetivo de tener seguridad se utiliza equipo de protección.

En origen, la escalada aparece como una actividad derivada del montañismo. Entonces se consideraba sólo como un medio de entrenamiento para los recorridos de montaña. Fue en el siglo XIX cuando la actividad nació en Alemania del Este (Dresde) y en Inglaterra (el distrito de los Lagos).

A lo largo de un siglo, el material evolucionó al ritmo de las actuaciones de los escaladores y a la inversa. Las vías de dificultades crecientes aparecieron con los tiempos: 1913, nivel 5 ; 1917, nivel 6 ; 1970, nivel 7 ; 1983, nivel 8 ; 1991, nivel 9... La existencia de rocódromos a partir de los años 1960 dio un auténtico empuje a la evolución de la disciplina.

La escalada está a menudo considerada como un deporte de riesgo, aunque conviene distinguir diferentes prácticas: la escalada habitualmente se practica con un equipo que permite evolucionar con toda seguridad, pero existe una práctica más extrema llamada "solo integral", donde el escalador evoluciona sin ninguna seguridad.

El tipo de escalada que se puede practicar en la UCM es del tipo escalada en rocódromo usando cuerda.

Esta instalación está actualmente destinada para el uso libre por parte de los universitarios, ateniéndose siempre al cumplimiento de la normativa vigente.

Este **rocódromo** es una instalación preparada específicamente para practicar la escalada al objeto de evitar el desplazamiento a la montaña. Está equipada con presas y seguros.

Su estructura es metálica + poliéster reforzado con fibra de vidrio. Las presas pueden cambiarse de sitio mediante tornillos que se fijan desde el exterior a los anclajes especialmente dispuestos para ello. Los paneles de poliéster reforzado con fibra de vidrio, se unen a la estructura metálica creando un conjunto de gran solidez y estabilidad, este tipo de panel es el único que garantiza el cumplimiento de la normativa europea UNE EN 12572, en lo referente al test de impacto.

El equipamiento consta de:

- **Presas:** Objetos de diferentes tamaños, formas y colores, que simulan los agarres que se pueden encontrar en una pared de montaña. Se fijan a las planchas del rocódromo con tornillos allen usualmente de medidas 8 o superior y además se puede variar su posición a voluntad, lo que hace que cambie su forma de uso y que una misma presa ofrezca infinidad de posibilidades de dificultad. Los materiales de fabricación pueden ser desde resinas de poliéster, poliuretano o epóxicas... no utilizar piedras naturales ni madera tallada, por su alto nivel de lesividad y falta de higiene.
- **Seguros:** La posición de los seguros ha de seguir lo dispuesto en la norma europea, se trata de plaquetas de acero inoxidable que se han de anclar mediante un tornillo en la propia estructura del rocódromo.
- **Reuniones:** Las vías suelen disponer al final de cada una de un aseguramiento, formado usualmente por una argolla y un mosquetón soldado de acero con cierre de alambre.



Frontón:

Frontón es un tipo de cancha o modalidad para la práctica de la pelota vasca (en cualquiera de las *especialidades* que allí se juegan), de una modalidad de pelota valenciana y de los desafíos o encuentros entre pelotaris vascos y valencianos. Se trata de un espacio rectangular de 10 a 11 m de ancho, con paredes de 10 m de altura en tres de los lados, salvo uno de los largos. Las medidas de largo pueden ser tres: 30, 36 o 54 metros. Las medidas del frontón de pelota valenciana son menores, contando con una longitud de entre 20 y 30 metros, lo que posibilita el juego habitual de rebote.

La pared lateral larga se llama "pared izquierda". A la derecha de ésta se encuentra la pared principal contra la que es obligatorio que bote la pelota y que se denomina "frontis", en la que hay una línea horizontal o "falta" (normalmente de metal para que suene el fallo) a 1 m de altura. La otra pared corta se denomina "rebote".



En el suelo y en la pared vertical se colocan unas marcas que señalan distintas distancias desde el "frontis" que son necesarias en el juego, de las cuales las principales son la de "saque" o distancia desde la que debe iniciarse cada punto, la de "falta" o distancia mínima a la que debe botar una pelota de saque y la de "pasa" o distancia máxima a la que puede botar una pelota de saque.

Las principales especialidades que se disputan en el mismo son la pelota mano, pala corta, pelota paleta, tanto con pelota de goma como de cuero, el frontenis, la cesta punta y el remonte.

Otra modalidad (tipo de cancha) de la pelota vasca es el **trinquete**, que se diferencia principalmente en la longitud (28,50 metros) y en que a lo largo de la pared izquierda, del frontis al rebote, se extiende un tejadillo en plano inclinado (llamado Share o Xare) que es totalmente válido para el juego. Debajo de este tejadillo se extiende una red o reja de metal o madera. El frontis se une con la pared derecha por una colocación de un plano vertical inclinado.

Otra modalidad popular de pelota vasca similar al frontón es la denominada **plaza libre**, en la que basta con que exista el "frontis". Esta modalidad es la que se juega todavía hoy en día en muchas plazas de ciudades y pueblos, utilizando la pared de una iglesia, del ayuntamiento o cualquier otra debidamente alisada. Su práctica más extendida se da en el País Vasco Francés. En Castilla y León en localidades próximas a Benavente como Bretó o Bretocino aún se practica esta modalidad, pero al frontis se le denomina trinquete.

La UCM posee un frontón de 54 metros situado en el complejo deportivo de la zona Sur. Su uso es libre para la comunidad universitaria, siendo los precios los que se detallan a continuación.

Frontón cubierto

UNIV. COMPLUTENSE

1 hora 10,00 €

CONV. COOP. O COLAB

1 hora 13,00 €

OTRAS UNIV, ORG, LIC, ACOMP

1 hora 15,00 €

Suplemento Iluminación instalaciones cubierto 9,00 €

Fútbol:

El **fútbol** (del inglés *football*), también llamado **futbol**, **balompié** o *soccer*, es un deporte de equipo jugado entre dos conjuntos de 11 jugadores cada uno y un árbitro que se ocupa de que las normas se cumplan correctamente. Es ampliamente considerado el deporte más popular del mundo, pues participan en él unos 270 millones de personas. Se juega en un campo rectangular de césped, con una meta o portería a cada lado del campo. El objetivo del juego es desplazar una pelota a través del campo para intentar ubicarla dentro de la meta contraria, acción que se denomina gol. El equipo que marque más goles al cabo del partido es el que resulta ganador.



El juego moderno fue creado en Inglaterra tras la formación de la Football Association, cuyas reglas de 1863 son la base del deporte en la actualidad. El organismo rector del fútbol es la *Fédération Internationale de Football Association*, más conocida por su acrónimo *FIFA*. La competición internacional de fútbol más prestigiosa es la Copa Mundial de la FIFA, realizada cada cuatro años. Este evento es el más famoso y con mayor cantidad de espectadores del mundo, doblando la audiencia de los Juegos Olímpicos.

En la UCM existen competiciones de este deporte que se desarrollan a lo largo del curso lectivo, siendo las finales en el mes de Mayo.

La normativa e información sobre dichas competiciones se encuentra en el anexo *Competiciones Deportivas*.

Fútbol 7:

El **fútbol 7** o **fútbol siete** es un deporte derivado del fútbol de quien hereda las reglas generales de juego. La principal característica y diferencia con respecto al fútbol es que los equipos están formados por siete jugadores. Sin embargo, también difiere principalmente en las dimensiones del terreno de juego, duración de los periodos y reglas de sustitución de los jugadores.

El primer momento del que se tiene constancia de la reducción del número de participantes en el juego del fútbol es en 1937, cuando Mogrete adapta este tipo de organización en el Indre para sus competiciones.

Posteriormente, en 1947, un grupo de especialistas del INS en Francia, dirigidos por el profesor Mercier, definen y codifican el primer reglamento de juego a 9.

Es probable que el deseo de adaptar las necesidades del niño, tanto físicas como técnico- coordinativas y tácticas al juego haya provocado una profunda discusión y estudio del juego actual de los niños, y haya dado como resultado una adaptación del juego a las capacidades de los niños. Esa adaptación se ha plasmado en los reglamentos de los juegos reducidos, que modifican el espacio, el número de jugadores y parte del reglamento.

Fue Henri Gauthier junto con Jacques Lahitte, instructores particularmente conscientes del valor educativo de los juegos deportivos colectivos, los primeros que experimentaron dos fórmulas de juego reducido, el 5 contra 5, y el 7 contra 7. El interés mostrado por la Federación Francesa de Fútbol en el minifútbol aseguró su éxito, su progresión y su valor educativo como juego previo y orientador hacia el fútbol a 11.

En la UCM existen competiciones de este deporte que se desarrollan a lo largo del curso lectivo, siendo las finales en el mes de Mayo.

La normativa e información sobre dichas competiciones se encuentra en el anexo *Competiciones Deportivas*.

Fútbol Sala:

El **fútbol sala**, **futsal** o **fútbol de salón**, es un deporte derivado de la unión de otros deportes: el fútbol, que es la base del juego; el waterpolo; el voleibol, el balonmano y el baloncesto. Tomando de éstos no sólo parte de las reglas, sino también algunas técnicas de juego.

Los jugadores de este deporte precisan de una gran habilidad técnica y dominio sobre el balón, así como velocidad y precisión en la ejecución tanto al recibir, pasar o realizar gestos técnicos.

Inicialmente es regido por la Federación Internacional de Fútbol de Salón (FIFUSA); hoy, existen dos entes mundiales: la Asociación Mundial de Futsal (AMF) y la Federación Internacional de Fútbol Asociación (FIFA). Esta última transformó una modalidad deportiva denominada "Fútbol 5" muy similar al Futsal de la FIFUSA, cuando esta organización se extinguió, aunque aún hoy este fútbol 5 o "Showbol" se practica en México (fútbol rápido) y en Estados Unidos (Indoor Soccer).



A pesar de los esfuerzos tanto de la AMF y la FIFA por unificar esta modalidad y de ser reconocidos por el Comité Olímpico Internacional, ninguna de las dos entidades ha conseguido su propósito. A pesar de que en Europa y Sudamérica se practican con reglas similares pero distintas y en algunos casos utilizando los mismos deportistas para eventos de ambas entidades, puesto que la FIFA prohíbe a sus deportistas practicar el futsal de la AMF.

En la UCM existen competiciones de este deporte que se desarrollan a lo largo del curso lectivo, siendo las finales en el mes de Mayo.

La normativa e información sobre dichas competiciones se encuentra en el anexo *Competiciones Deportivas*.

También es posible el alquiler de la pista por la comunidad universitaria para su uso libre según las tarifas vigentes:

UNIV. COMPLUTENSE

1 hora 15,00 €

CONV. COOP. O COLAB

1 hora 19,00 €

OTRAS UNIV, ORG, LIC, ACOMP

1 hora 22,00 €

Judo:

El **judo** o **yudo** es un deporte olímpico de origen japonés.

El Judo es camino de la flexibilidad, de la adaptabilidad, también llamado camino de la suavidad; fue fundado por Jigoro Kanō en 1882. El sensei Kano recopiló la esencia técnica de 2 de las antiguas escuelas de jujitsu, estas fueron la Tenjin Shin'yō-ryū, y la Kitō-ryū que se basaban en la lucha cuerpo a cuerpo y que eran practicadas por los antiguos guerreros feudales o samurai en el campo de batalla, hasta el inicio del siglo XIX en el Japón y fundirlas en una sola, el Judo, dentro de su escuela el Kodokan.

Como arte marcial tradicional que se ha convertido en deporte de combate, el Judo se ha ido especializando en los lanzamientos, las sumisiones, y las estrangulaciones; dejando a un lado los golpes, los desarmes, varias luxaciones articulares y los métodos de reanimación, para hacerse más deportivo. El judo es uno de los cuatro estilos principales de lucha deportiva más practicados hoy en día en todo el mundo. Los practicantes de este arte son denominados *judokas*.



La UNESCO declaró el Judo como el mejor deporte inicial formativo para niños y jóvenes de 4 a 21 años, ya que permite una **educación física integral**, potenciando, por medio del conocimiento de este deporte, todas sus posibilidades psicomotrices (ubicación espacial, perspectiva, ambidextrismo, lateralidad, lanzar, halar, empujar, arrastrarse, saltar, rodar, caer, coordinación conjunta e independiente de ambas manos y pies, etc...) y de relación con las demás personas, haciendo uso del juego y la lucha como elemento integrador-dinamizador e introduciendo la iniciación técnico- táctica deportiva de forma adaptada; además de buscar un acondicionamiento físico general, idóneo. A similitud de la natación, y la Gimnasia artística.

Es muy importante notar que, el Judo sentó las bases metodológicas y el sistema de grados kyu - Dan para las artes marciales modernas japonesas, como el karate Do y el aikido tanto en sus objetivos como en sus métodos de enseñanza.

Existe una escuela de Judo para el personal de la UCM, que realiza sus actividades en el polideportivo de la Almudena, según el cuadro adjunto:

DIA	EDAD	HORARIO	GRUPO
SÁBADO	5 a 7 años	11:00 – 12:00	J1
	8 a 12 años	10:00 – 11:00	J2
	Mayores de 13 años y adultos	12:00 – 13:00	J3
	Katas y randori libre para alumnos de más de 14 años y como mínimo cinturón verde	13:00 – 14:00	J4

Natación:

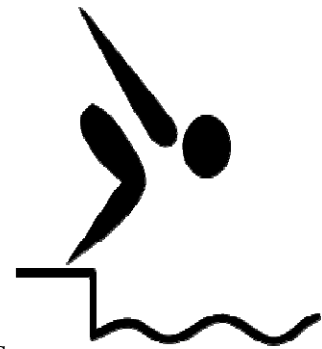
La **natación** es un deporte consistente en el desplazamiento de una persona en el agua, sin que esta toque el suelo. Es regulado por la Federación Internacional de Natación y nació de la necesidad que el ser humano ha tenido de adaptarse al medio acuático, el cual en el Planeta Tierra ocupa mucha más superficie que el terrestre, convirtiendo así a la natación en una habilidad muy útil para la supervivencia.

La historia de la natación se remonta a la Prehistoria; se han descubierto pinturas sobre natación de la Edad de Piedra de hace 7.000 años y las primeras referencias escritas datan del 2000 a. C.

Sin embargo, la natación como deporte comenzó a fines del Siglo XVIII en Gran Bretaña, con la National Swimming Society de Londres, fundada en 1837.

La natación pasó a ser parte de los primeros Juegos Olímpicos modernos de 1896 en Atenas en el caso de los hombres, y a partir de los de 1912 para las mujeres.

La natación es el arte de sostenerse y avanzar, usando los brazos y las piernas, sobre o bajo el agua. Puede realizarse como actividad lúdica o como deporte de competición. Debido a que los seres humanos no nadan instintivamente, la natación es una habilidad que debe ser aprendida. A diferencia de otros animales terrestres que se dan impulso en el agua, en lo que constituye en esencia una forma de caminar, el ser humano ha tenido que desarrollar una serie de brazadas y movimientos corporales que le impulsan en el agua con potencia y velocidad. En estos movimientos y estilos se basa la evolución de la natación competitiva como deporte.



La UCM cuenta con dos complejos para la práctica de la natación:

- *La Piscina de la Almudena, con horario al público de 10:00 a 21:00 horas de Lunes a Sábados de 14:30 y Domingos de 10:00 a 14:00 horas.*

Su temporada de uso, es de Octubre a Mayo.

En este complejo, está ubicada la escuela de natación para la comunidad universitaria Complutense.

Para la realización de estas actividades es necesaria previa inscripción en la oficina de la Unidad de Gestión de Actividades Deportivas (zona Norte).

También hay una oferta de actividades disponibles para el personal que trabaja en la UCM (junto con su conyuge e hijos):

NIÑOS

DÍA	EDAD	HORARIO	GRUPO
MARTES	Iniciación (desde 4 años)	17:30 – 18:00	N1
	Perfeccionamiento (5 a 12 años)	18:00 – 19:00	N2
MIÉRCOLES	Iniciación (desde 4 años)	17:30 – 18:00	N3
	Perfeccionamiento (5 a 17 años)	18:00 – 19:00	N4
JUEVES	Iniciación (desde 4 años)	17:30 – 18:00	N5
	Perfeccionamiento (5 a 12 años)	18:00 – 19:00	N6

SÁBADO	Iniciación (desde 4 años)	9:30 – 10:00	N7
		10:00 – 10:30	N8
	Perfeccionamiento (5 a 12 años)	10:30 – 11:30	N9
		11:30 – 12:30	N10
		12:30 – 13:30	N11
	Perfeccionamiento (13 a 17 años)	12:30 – 13:30	N12
13:30 – 14:30		N13	
DOMINGO	Iniciación (desde 4 años)	10:00 – 10:30	N14
	Perfeccionamiento (5 a 12 años)	10:30 – 11:30	N15

ADULTOS

DIA	ACTIVIDAD	HORARIO	GRUPO
LUNES	Aquaerobic	15:00 – 16:00	N16
MARTES	Perfeccionamiento	15:00 – 16:00	N17
MIÉRCOLES	Iniciación	15:00 – 16:00	N18
JUEVES	Perfeccionamiento	15:00 – 16:00	N19
VIERNES	Perfeccionamiento	15:00 – 16:00	N20
SÁBADO	Perfeccionamiento	10:30 – 11:30	N21
		11:30 – 12:30	N22
		12:30 – 13:30	N23
		13:30 – 14:30	N24
DOMINGO	Perfeccionamiento	10:30 – 11:30	N25

En este complejo también entrena diariamente el equipo de natación complutense, en horario de 14:00 a 16:00.

–

- *La piscina de verano con horario al público de 11:00 a 20:00 horas, de Lunes a Domingo.*

Su temporada de uso es de Junio al primer Domingo de Septiembre, aproximadamente.

El uso principal destinado a esta piscina es de tipo lúdico, aunque existen escuelas de buceo y campamentos de verano de niños que la usan de 10:00 a 11:30 horas. La escuela de buceo usa la pileta de saltos.

Precios para el uso libre de las piscinas:

PISCINA CUBIERTA ALMUDENA

UNIVERSIDAD COMPLUTENSE

1	Baño	5,00 €
10	Baños	40,00 €
20	Baños.....	70,00 €
30	Baños	88,00 €
	1 calle / hora (hasta 20 personas)	94,00 €

CONVENIOS CON UCM

1	Baño	6,00 €
10	Baños	50,00 €
20	Baños	80,00 €
30	Baños	100,00 €
	1 calle / hora (hasta 20 personas)	122,00 €

OTRAS UNIVERSIDADES, ORGANISMOS, LICENCIADOS

1	Baño	7,00 €
10	Baños	60,00 €
20	Baños	90,00 €
30	Baños	110,00 €
	1 calle / hora (hasta 20 personas)	140,00 €

PISCINA DE VERANO

UNIVERSIDAD COMPLUTENSE		
1	Baño diario	5,00 €
1	Baño festivos	6,00 €
10	Baños	40,00 €
20	Baños	70,00 €
30	Baños	88,00 €
	Abono de temporada.....	129,00 €
	1 calle/hora (hasta 20 personas)	94,00 €
CONVENIOS CON UCM		
1	Baño diario	6,00 €
1	Baño festivos	7,00 €
10	Baños	50,00 €
20	Baños.....	80,00 €
30	Baños	100,00 €
	Abono de temporada	175,00 €
	1 calle/hora (hasta 20 personas)	122,00 €

OTRAS UNIVERSIDADES LICEN Y ACOMPAÑANTES		
1	Baño diario	7,00 €
1	Baño festivos	8,00 €
10	Baños	60,00 €
20	Baños	90,00 €
30	Baños	110,00 €
	Abono de temporada	200,00 €
	1 calle (hasta 20 personas)	140,00 €

(*) Los acompañantes sólo podrán acceder con entrada individual (8,00 €), a la piscina de verano

Pádel:

El **pádel** (del inglés *paddle*) es un deporte relativamente joven practicado desde los años ochenta.

El pádel es un deporte de cooperación-oposición, caracterizado por la presencia de jugadores compañeros que colaboran para conseguir un resultado común, ante el antagonismo de unos adversarios que, teniendo los mismos recursos, persiguen el fin opuesto. Es un deporte que requiere de una gran técnica y estado físico. El jugador Michael Lorange, dice que el pádel no es un juego de fuerza física si no que es un juego que se basa en lo rápido en que le puedas hacer un punto al otro jugador. Se juega en parejas y consta con tres elementos materiales fundamentales para su desarrollo: la pelota, la pala o paleta y el campo de juego o pista. Posee reglas bien definidas y está representado por federaciones y asociaciones. Argentina, México, Brasil y España son países donde el pádel ha tenido un gran desarrollo. EL PPT es el circuito más importante de este deporte a nivel mundial, sin dejar de lado los campeonatos mundiales de pádel. A lo largo de estos últimos años ha tenido un gran desarrollo en España.



Sus orígenes datan de 1974 cuando Alfonso de Hohenlohe viaja a México invitado por su amigo Enrique Corcuera. En su estancia se interesa por la práctica de un nuevo deporte que recientemente había creado su amigo, incorporando a un frontón otra pared opuesta de unos 3 metros de altura, colocando una red en el medio y cerrando los costados de dicha pista con una malla metálica. Se jugaba con paletas de madera y recibía el nombre de paddle-tenis.

Su entusiasmo por esta nueva modalidad deportiva no se hizo esperar, ya que Alfonso Hohenlohe, a su regreso a España y tras estudiar y perfeccionar algunos detalles de la pista y reglas de juego, construyó la primera cancha de España en el Marbella Club. Así comenzó a promocionar el pádel entre sus amigos del Jet-set, quienes enseguida se aficionaron.

En la UCM existe una escuela de padel que desarrolla su actividad en la zona Sur, donde hay disponibles 5 pistas para la práctica de este deporte. La información referente a dicha escuela se encuentra en el cuadro siguiente:

Padel	Inst. Zona Sur	Septiembre a Julio	Alberto 646536795
--------------	----------------	--------------------	-------------------

También es posible el uso de las pistas de forma libre por la comunidad universitaria, según las tarifas vigentes:

UNIV. COMPLUTENSE

1 hora 6,00 €

CONV. COOP. O COLAB

1 hora 8,00 €

OTRAS UNIV, ORG, LIC, ACOMP

1 hora 9,00 €

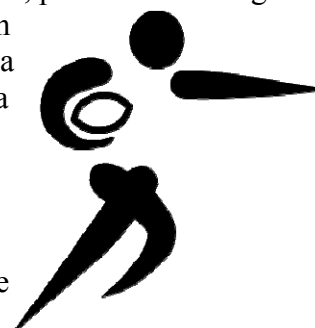
Suplemento iluminación instalaciones aire libre 4,00 €

Rugby:

El **fútbol rugby**, popularmente conocido como **rugby** (ocasionalmente escrito también como **rugbi**) es un deporte de contacto en equipo nacido en Inglaterra.

Es muy popular en las cuatro naciones que integran el Reino Unido (Inglaterra, Irlanda del Norte, Escocia y Gales), así como en las excolonias británicas (Australia, Nueva Zelanda y Sudáfrica) y en países como Irlanda, Francia, Italia y Argentina.

Además de los países antes mencionados, el rugby se practica en todos los continentes, con variados grados de popularidad y competitividad internacional. En África es popular, por influencia inglesa, en Sudáfrica, en Namibia, Kenia y Zimbabue, y por influencia francesa en Túnez, Costa de Marfil, Madagascar, y Marruecos. En América se practica principalmente en Argentina, donde tiene gran arraigo y cuya selección ha logrado el tercer puesto en la Copa del Mundo de Rugby 2007. También se practica en otros países americanos, como Canadá, Estados Unidos, Uruguay, Chile, Colombia, Brasil, Paraguay, y algo menos en Venezuela, México, Perú y Ecuador. En Asia, el equipo más destacado es el de Japón. En el resto de Europa, se destaca Italia, que participa del Torneo de las Seis Naciones. También está difundido en otros países del continente europeo, sobre todo en Portugal, España y en países del este europeo, como Rumania, Georgia o Rusia. En Oceanía, por influencia australiana y neozelandesa, el rugby es también un deporte popular en Fiyi, Tonga y Samoa, cuna de jugadores destacados en el ámbito internacional.



En abril de 2010, 116 uniones nacionales eran reconocidas por el International Rugby Board, la asociación federativa que regula este deporte en el mundo.

Desde los orígenes mismos del rugby y el fútbol actual, a mediados del siglo XIX, se definieron como el alter ego del otro: fuerza contra habilidad; juego limpio contra juego desleal, etc. Un antiguo dicho británico dice que "el fútbol es un juego de caballeros jugado por villanos y el rugby es un juego de villanos jugado por caballeros". En el rugby es característico el respeto por las reglas que deben practicar tanto los jugadores como el público. Las decisiones del árbitro rara vez son discutidas por los jugadores. En los partidos internacionales entre selecciones y en muchos de los campeonatos europeos como el Top 14 se puede recurrir, a solicitud del árbitro principal, a la repetición en vídeo de las jugadas producidas dentro del in goal en caso de duda. La revisión de estas jugadas está a cargo de un cuarto árbitro llamado *TMO (Television Match Official)*, aunque la decisión final siempre corresponde al árbitro principal.

Además, se fomenta la sociabilidad, dándose generalmente entre compañeros de equipos y oponentes una cordial reunión después de los partidos, denominada *tercer tiempo*, junto con los árbitros, entrenadores y parte del público, para hablar acerca del partido. Este apelativo se ha hecho extensivo a los medios donde se analiza este deporte.

En la UCM existen competiciones de este deporte que se desarrollan a lo largo del curso lectivo, siendo las finales en el mes de Mayo.

La normativa e información sobre dichas competiciones se encuentra en el anexo *Competiciones Deportivas*.

Tenis:

El **tenis** es un deporte que se practica en un terreno llano, rectangular, dividido por una red intermedia, jugado con raquetas que se disputa entre dos jugadores (individuales) o entre dos parejas (dobles) y el cual consiste en golpear la pelota con la raqueta para que vaya de un lado al otro del campo pasando por encima de la red.

La palabra «tenis» proviene del inglés, *tennis* que a su vez tiene su origen en el vocablo *tenez* del idioma francés, expresión que proviene del grito del jugador de tenis (llamado *tenista*), quien al lanzar la pelota exclama ¡ahí va!, que en francés es *tenez*.

Las culturas egipcia, romana, griega y azteca ya jugaban a juegos parecidos al tenis. Las primeras referencias del tenis tienen lugar en Francia, nombrado "Jeu de paume" dado que al principio se golpeaba la pelota con la mano. Más tarde se empezaron a utilizar raquetas, a finales del siglo XVIII, y se expandió en un principio en los países angloparlantes, especialmente entre sus clases altas. En la actualidad el tenis se ha universalizado, y es jugado en casi todos los países del mundo. Desde 1926, con la creación del primer tour, es un deporte profesional. Es además un deporte olímpico desde Seúl 1988, ya que había perdido esa categoría en París 1924.

En la UCM existe una escuela de tenis que desarrolla su actividad en la zona Sur, donde hay disponibles 9 pistas para la práctica de este deporte. La información referente a dicha escuela se encuentra en el cuadro siguiente.



Tenis	Inst. Zona Sur	Septiembre a Julio	Ubaldo 609732381
-------	----------------	--------------------	------------------

También es posible el uso tanto de las 9 pistas de la zona Sur como de las 5 de la zona Norte y 1 de Somosaguas de forma libre por la comunidad universitaria, según las tarifas vigentes:

UNIV. COMPLUTENSE

1 hora 6,00 €

CONV. COOP. O COLAB

1 hora 8,00 €

OTRAS UNIV, ORG, LIC, ACOMP

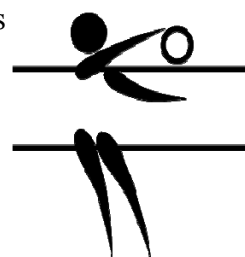
1 hora 9,00 €

Suplemento iluminación instalaciones aire libre 4,00€

En las pistas de la zona Sur se celebran las competiciones de los campeonatos Interuniversitarios de España de tenis, cuando la Complutense es la encargada de organizarlos.

Voleibol:

El **voleibol**, **vóleibol**, **vólibol**, **balonvolea** o simplemente **vóley** (del inglés: *volleyball*), es un deporte donde dos equipos se enfrentan sobre un terreno de juego liso separados por una red central, tratando de pasar el balón por encima de la red hacia el suelo del campo contrario. El balón puede ser tocado o impulsado con golpes limpios, pero no puede ser parado, sujetado, retenido o acompañado. Cada equipo dispone de un número limitado de toques para devolver el balón hacia el campo contrario. Habitualmente el balón se golpea con manos y brazos, pero también con cualquier otra parte del cuerpo. Una de las características más peculiares del voleibol es que los jugadores tienen que ir rotando sus posiciones a medida que van consiguiendo puntos.



Existen diversas modalidades. Con el nombre de «voleibol» se identifica la modalidad que se juega en pista de interior, pero también es muy popular el vóley playa que se juega sobre arena. El voleibol sentado, es una variante con creciente popularidad entre los deportes para discapacitados y la práctica del cachibol está extendida en las comunidades de mayores. La comunidad ecuatoriana repartida por el mundo practica la variante local, el ecuavóley. La comunidad china de Norteamérica mantiene una liga de voleibol nueve (*nine man volleyball*). Con carácter más informal existen otras variantes que son practicadas de forma popular en verano, en playas y zonas turísticas, como el futvóley, el water

vóley o el bossaball.

El voleibol es uno de los deportes donde mayor es la paridad entre las competiciones femeninas y masculinas, tanto por el nivel de la competencia como por la popularidad, presencia en los medios y público que sigue a los equipos.

El voleibol (inicialmente bajo el nombre de *mintonette*) nació el 9 de febrero de 1895 en Estados Unidos, en Holyoke, Massachusetts. Su inventor fue William George Morgan, un profesor de educación física de la YMCA.

En la UCM existen competiciones de este deporte que se desarrollan a lo largo del curso lectivo, siendo las finales en el mes de Mayo.

La normativa e información sobre dichas competiciones se encuentra en el anexo *Competiciones Deportivas*.

También es posible el alquiler de la pista por la comunidad universitaria para su uso libre según las tarifas vigentes:

UNIV. COMPLUTENSE

1 hora 15,00 €

CONV. COOP. O COLAB

1 hora 19,00 €

OTRAS UNIV, ORG, LIC, ACOMP

1 hora 22,00 €

Voley playa:

El **vóley playa** es una variante de voleibol que se juega sobre arena, generalmente en la playa, aunque son muy populares los torneos en localidades del interior con campos artificiales. Al éxito del vóley playa contribuyen Sol, música DJ y trajes de baño que completan el espectáculo deportivo y están presentes incluso en las competiciones oficiales y olímpicas. Todo esto hace que sea también un deporte muy atractivo para fines publicitarios.

Aparte de la superficie de juego, y de que se practique al aire libre, la otra variación más visible con el voleibol es el número de componentes del equipo. El reglamento que se aplica en competiciones oficiales establece equipos de dos jugadores sin opción a ningún cambio; pero su gran popularidad hace que el vóley playa se juegue de manera informal en cualquier parte, y es muy habitual en los torneos populares establecer equipos de cuatro jugadores.



En la zona Sur hay 2 pistas para la práctica del voley playa, en las cuales se organizan distintos

campeonatos universitarios.

También es posible el uso de estas instalaciones de forma libre por parte de la comunidad universitaria según las tarifas vigentes:

UNIV. COMPLUTENSE

1 hora 6,00 €

CONV. COOP. O COLAB

1 hora 8,00 €

OTRAS UNIV, ORG, LIC, ACOMP

1 hora 9,00 €

Otras escuelas deportivas de la UCM:

Estas escuelas desarrollan su actividad en el polideportivo de Somosaguas y en el gimnasio de la zona Sur.

ESCUELAS	UBICACIÓN	DURACIÓN
Mantenimiento y acondicionamiento	Sala Múltiple	Octubre a Junio
Fitness	Somosaguas	Octubre a Junio
	Sala Múltiple	Octubre a Junio

Aerobic / Step	Sala Múltiple	Octubre a Junio
Gim Jazz	Sala Múltiple	Octubre a Junio
Yoga	Sala Múltiple	Octubre a Junio
	Sala Columnas	Octubre a Junio
Musculación	Gimnasio zona Sur	Octubre a Junio
	Somosaguas	Octubre a Junio
Fitness Cardio Tonic	Sala Múltiple	Octubre a Junio
Danza del vientre	Sala Columnas	Octubre a Junio
TAE BO	Sala Múltiple	Octubre a Junio
Pilates	Somosaguas	Octubre a Junio
Tiro con arco	Zona Sur	Octubre a Junio
Defensa personal	Sala artes Escénicas	Octubre a Junio

Existe una tarjeta de deportes a disposición del personal de la UCM.

Procedimiento para la obtención de la Tarjeta de Personal UCM para el uso de las instalaciones Deportivas:

1. La presentación de la solicitud se realizará en la Sección de Personal, Servicio o Administrador de cada Centro, quien comprobará con los datos de sus archivos la vinculación a la UCM del solicitante. Esto evitará que el solicitante tenga que aportar a Instalaciones Deportivas un “Certificado de personal”.
2. El responsable de Personal, dará su conformidad a la solicitud, remitiéndola junto con una fotografía a la Unidad de Gestión de Actividades Deportivas, evitando así el desplazamiento de los solicitantes a otro edificio distinto al que ejercen su actividad.
3. La cuantía correspondiente será deducida de la nómina, por los servicios de Nóminas y Seguros Sociales, con lo que se evitarán los desplazamientos a las entidades bancarias.

4. La Unidad de Gestión de Actividades Deportivas confeccionará el carnet y lo remitirá al responsable de Personal del Centro en el que se haya solicitado, para su entrega al interesado.
5. También existe la posibilidad de la obtención de la Tarjeta en las oficinas de la Unidad de Gestión de Actividades Deportivas de la UCM, presentando la última nomina para el personal fijo y el contrato para el personal contratado (para poder acreditar su vinculación con la Universidad), conjuntamente con el ingreso de las tasas correspondientes y una fotografía.
6. Para Cónyuges e hijos (entre 18 y 25 años) será necesario la presentación del libro de familia y el DNI.

TARJETA COMPLUTENSE	TARJETA PLUS
88,00 €	129,00 €
Acceso instalaciones	Acceso instalaciones
Uso pista de atletismo	Uso pista de atletismo
Rocódromo	Rocódromo
Vestuarios	Vestuarios
Pistas de tenis, pádel, frontón, voley-playa O Gimnasio	Pistas de tenis, pádel, frontón, voley-playa Y Gimnasio
Piscinas	Piscinas

Reservas

Las reservas para el uso libre de las instalaciones se pueden hacer de dos maneras:

- En la propia instalación, *la reserva de pistas de tenis pádel y voley playa comenzará a las 16 horas para poder jugar al día siguiente en horario habitual de 9 a 21 horas. Baloncesto, balonmano, fútbol sala y voleybol, las reservas se harán en el mismo día*
- En la U.G.A. Deportivas, con 8 días de antelación, previo ingreso en la cuenta bancaria
- **Nº CC 0049 2196 06 2514451218** de la cantidad requerida para la reserva.

ANEXO Competiciones Deportivas

COMPETICIÓN INTERNA OFICIAL - TROFEO RECTOR

ÍNDICE

- I.- CRITERIOS GENERALES.
- II.- REGLAMENTO GENERAL.
- III.- EQUIPOS EN 1ª CATEGORÍA.
- IV.- NORMAS DE COMPETICIÓN.
- V.- REGLAMENTO DEL TROFEO "ALFONSO XIII".
- VI.- ASCENSOS A 1ª CATEGORÍA.

I.- CRITERIOS GENERALES.

La Unidad de Gestión de Actividades Deportivas de la UCM organiza a través de los Clubes Deportivos de Facultades y Escuelas Universitarias, la Competición Interna Oficial en sus dos Categorías, en las siguientes modalidades deportivas:

- Baloncesto masculino.
- Baloncesto femenino.
- Balonmano masculino (Categoría Unica).
- Fútbol masculino.

- Fútbol Sala masculino.
- Fútbol Sala femenino.
- Rugby masculino. (Categoría Unica).
- Rugby femenino. (Categoría Unica).
- Voleibol masculino.
- Voleibol femenino.
- Fútbol 7 Masculino.

El objetivo de dicha competición es fomentar la práctica deportiva entre los miembros de la comunidad universitaria, el juego limpio será la premisa de las competiciones, de tal modo que cualquier acción u omisión de hecho cometida por alguno de los participantes que atente contra la misma, será motivo suficiente para la eliminación de la competición.

La inscripción en estos campeonatos supone aceptar sus reglamentos y normas generales.

II.- REGLAMENTO GENERAL.

1.- PARTICIPANTES.

Podrán participar en la competición.:

- Los alumnos de 1º, 2º y 3º ciclo matriculados durante el presente curso académico en la UCM, menores de 28 años con el seguro escolar vigente.
- El personal docente y de administración y servicios de la UCM en activo.
- Los alumnos matriculados en la UCM durante el presente curso 2010/11 que no posean el seguro escolar: (Estudiantes extranjeros, mayores de 28 años, estudiantes de Títulos Propios, Becarios, CAP, etc...), deberán presentar para su inscripción en la Competición Interna Oficial un **SEGURO PERSONAL DE ACCIDENTE DEPORTIVO**, (sin este requisito no podrán participar en dicha Competición).

2.- FECHA LÍMITE DE INSCRIPCIÓN DE EQUIPOS.

1ª CATEGORIA - Octubre de 2011

2ª CATEGORIA - Noviembre de 2011

Se cumplimentaran las distintas hojas de inscripción según categoría, firmadas y selladas por los presidentes de los clubes deportivos, que deberán ser entregadas en la Sección de Competición Interna (Unidad de Gestión de Actividades Deportivas), antes de las 13 horas de los días anteriormente reseñados.

3.- FECHA LÍMITE DE INSCRIPCIÓN DE JUGADORES.

1ª CATEGORIA - Noviembre de 2011

2ª CATEGORIA - Diciembre de 2011

La inscripción se realizará en las hojas facilitadas por la Sección de Competición Interna (nuevo modelo), acompañadas de las **fotocopias del D.N.I., fotografía y resguardo de matrícula del curso actual donde figure la tasa del seguro escolar pagado así como los estudios matriculados**, de todos los jugadores inscritos, firmada y sellada por los presidentes o delegados de los clubes deportivos.

Los jugadores que no posean el seguro escolar vigente, deberán presentar para su inscripción, además de fotocopia del DNI, fotografía y resguardo de matrícula, un **seguro personal de accidente deportivo. (Sin este requisito no podrán inscribirse en la Competición).**

Los jugadores que se inscriban en 2ª Categoría en un deporte, no pueden estar inscritos en 1ª Categoría y viceversa en el mismo deporte, tanto en el mismo club deportivo como en distinto club y su participación se considerará **alineación indebida**. Se exceptúan aquellos jugadores que estando inscritos en una categoría no se hayan alineado en ningún encuentro de esa categoría y no haya sido descalificado dicho equipo por incomparencias.

Las listas no son cerradas, pudiendo añadir o cambiar cualquier jugador hasta antes del comienzo de la Fase Final las de 1ª Categoría y de la Liga de Ascenso las de 2ª Categoría.

4.- FECHA PREVISTA DE INICIO DE LAS COMPETICIONES.

1ª CATEGORIA - Noviembre de 2011

2º CATEGORIA - Enero de 2012

1ª CATEGORÍA.:

- Con carácter general las competiciones se harán a una vuelta.
- Se establece una **FASE FINAL** entre los 4 primeros clasificados de todos los deportes, excepto en Fútbol y Rugby Femenino, para determinar al **Campeón del "TROFEO RECTOR" en cada modalidad deportiva:**

CALENDARIO

1º clasificado - 4º clasificado

2º clasificado - 3º clasificado

3º y 4º PUESTO SEMIFINAL

1º Y 2º PUESTO FINAL

- Los dos primeros clasificados de esta Fase jugarán el **TROFEO "ALFONSO XIII"** con los dos primeros clasificados de la competición de Colegios Mayores.

2ª CATEGORÍA.:

Una vez conocidas las inscripciones, se procederá a realizar los calendarios de competición, sistema de todos contra todos.

- Con carácter general las competiciones se harán a una vuelta.
- En algunos deportes de 2ª Categoría, cuando el número de participantes lo aconseje, se harán los grupos necesarios, estableciendo una fase final o de ascenso.

5.- ASCENSOS Y DESCENSOS DE CATEGORÍA.

Se establece como norma general que asciendan y desciendan 2 equipos de una categoría a otra.

En los deportes de 1ª Categoría que no tengan un número mínimo de 12 equipos, para la temporada 10/11 se llegará a este número en orden preferente de los siguientes criterios:

- a) Con los 2 equipos ascendidos de 2ª Categoría.
- b) Con los no descalificados de 1ª Categoría por orden de mejor clasificación que les hubiera correspondido descender.
- c) Con los clasificados en los puestos siguientes al 2º de 2ª Categoría por orden de clasificación.
- d) **HABRÁ QUE TENER EN CUENTA QUE SOLAMENTE PUEDE HABER UN EQUIPO REPRESENTATIVO DE CADA CLUB DEPORTIVO EN 1ª CATEGORÍA Y EN 2ª CATEGORIA.**

III.- EQUIPOS EN 1ª CATEGORIA PARA EL CURSO 2010/11

BALONCESTO FEMENINO

- 1 – FARMACIA
- 2 – DERECHO
- 3 – ECONOMICAS
- 4 – BIOLOGICAS
- 5 – MEDICINA
- 6 – POLÍTICAS
- 7 – GEOGRAFIA E HISTORIA
- 8 – MATEMÁTICAS (ascendido de 2ª Categoría)
- 9 – QUÍMICAS (ascendido de 2ª Categoría)
- 10 – C. INFORMACION (ascendido de 2ª Categoría)

BALONCESTO MASCULINO

- 1 – FARMACIA
- 2 – DERECHO
- 3 – MATEMÁTICAS
- 4 – ESCUNI
- 5 – INFORMÁTICA
- 6 – EMPRESARIALES
- 7 – POLÍTICAS
- 8 – QUÍMICAS
- 9 – C.INFORMACIÓN
- 10 – ECONOMICAS
- 11 – MEDICINA (ascendido de 2ª Categoría)
- 12 – EDUCACIÓN (ascendido de 2ª Categoría)

BALONMANO MASCULINO

(CATEGORÍA ÚNICA)

- 1 – ECONÓMICAS
- 2 – MEDICINA
- 3 – FARMACIA
- 4 – INFORMÁTICA
- 5 – QUÍMICAS
- 6 – GEOLÓGICAS
- 7 – MATEMÁTICAS

FUTBOL MASCULINO

- 1 – ECONÓMICAS
- 2 – EMPRESARIALES
- 3 – C-INFORMACIÓN
- 4 – E.S.I.C.
- 5 – FARMACIA
- 6 – FÍSICAS
- 7 – MEDICINA
- 8 – ING. QUÍMICA
- 9 – INFORMÁTICA
- 10 – DERECHO
- 11 – POLÍTICAS
- 12 – C.U.N.E.F.
- 13 – C. CISNEROS (ascendido de 2ª Categoría)
- 14 – I.E.B. (ascendido de 2ª Categoría)

FUTBOL 7 MASCULINO

- 1 – FARMACIA
- 2 – E.S.I.C.
- 3 – FÍSICAS
- 4 – C. INFORMACIÓN
- 5 – INFORMÁTICA
- 6 – BIOLÓGICAS
- 7 – EDUCACIÓN
- 8 – VETERINARIA
- 9 – MATEMATICAS
- 10 – GEOLÓGICAS
- 11 – MEDICINA (ascendido de 2ª Categoría)
- 12 – EMPRESARIALES (ascendido de 2ª Categoría)

FUTBOL SALA FEMENINO

- 1 – FARMACIA
- 2 – DERECHO
- 3 – VETERINARIA
- 4 – GEOGRAFÍA E HISTORIA
- 5 – MEDICINA
- 6 – C. INFORMACIÓN
- 7 – EMPRESARIALES
- 8 – ODONTOLOGÍA
- 9 – EDUCACIÓN
- 10 – FILOLOGÍA
- 11 – ING. QUÍMICA (ascendido de 2ª Categoría)
- 12 – OPTICA (ascendido de 2ª Categoría)

FUTBOL SALA MASCULINO

- 1 – MEDICINA
- 2 – INFORMÁTICA
- 3 – E.S.I.C.
- 4 – MATEMATICAS
- 5 – EDUCACIÓN
- 6 – FÍSICAS
- 7 – FARMACIA
- 8 – ECONÓMICAS
- 9 – ING. QUÍMICA
- 10 – FILOLOGIA
- 11 – ESCUNI (ascendido de 2ª Categoría)
- 12 – EMPRESARIALES (ascendido de 2ª Categoría)

RUGBY FEMENINO

(CATEGORÍA ÚNICA)

- 1 – GEOLÓGICAS
- 2 – C. INFORMACIÓN
- 3 – POLÍTICAS
- 4 – GEOGRAFÍA E HISTORIA
- 5 – VETERINARIA
- 6 – FÍSICAS
- 7 – QUÍMICAS

RUGBY MASCULINO

(CATEGORÍA ÚNICA)

- 1 – C.U.N.E.F.
- 2 – ECONÓMICAS
- 3 – GEOLÓGICAS
- 4 – DERECHO
- 5 – FÍSICAS
- 6 – MATEMATICAS
- 7 – POLÍTICAS
- 8 – VETERINARIA
- 9 – QUÍMICAS
- 10 – GEOGRAFÍA E HISTORIA
- 11 – C. INFORMACIÓN
- 12 – FARMACIA
- 13 – BIOLÓGICAS
- 14 – MEDICINA
- 15 – VILLANUEVA

VOLEIBOL FEMENINO

- 1 – QUÍMICAS**
- 2 – PSICOLOGÍA**
- 3 – VETERINARIA**
- 4 – MEDICINA**
- 5 – FILOLOGÍA**
- 6 – POLÍTICAS**
- 7 – FARMACIA**
- 8 – EDUCACIÓN**
- 9 – ECONÓMICAS (ascendido de 2ª Categoría)**
- 10 – GEOGR. E HISTORIA (ascendido de 2ª Categoría)**
- 11 – EMPRESARIALES (ascendido de 2ª Categoría)**

VOLEIBOL MASCULINO (CATEGORÍA ÚNICA)

- 1 - QUÍMICAS**
- 2 - FARMACIA**
- 3 - INFORMÁTICA**
- 4 - BIOLÓGICAS**
- 5 - VETERINARIA**
- 6 - PSICOLOGÍA**
- 7 - MATEMATICAS**

IV.- NORMAS DE COMPETICIÓN

Art. 1: La Competición en sus diferentes modalidades se regirá, con carácter general, por los Reglamentos de Partidos y Competiciones de las Federaciones Madrileñas en primer lugar y Nacionales como segunda opción, para todos aquellos aspectos no recogidos en este Reglamento.

Art. 2: Para poder alinearse en cada encuentro, el documento acreditativo que deberá presentarse al árbitro para su inscripción en el acta será el **D.N.I., pasaporte o carnet de conducir, junto con la hoja de inscripción sellada por la Unidad. De no cumplir estos requisitos el/los jugador/es no podrán ser alineados y su participación en el encuentro tendrá la consideración de alineación indebida.**

Será permitida en todo caso la alineación de personas sin la presencia de la hoja de inscripción sellada por la Unidad, ahora bien en estos casos el árbitro redactará un anexo de alineación en el que se explicitará claramente Nombre, Apellidos, N° de DNI y Firma de cada una de las personas que se alineen bajo estas condiciones. Quedará como responsabilidad de la Unidad la verificación de que las personas relacionadas están verdaderamente inscritas en la Competición.

En ningún caso, y bajo ninguna circunstancia, será alineada ninguna persona que no presente al menos DNI, Pasaporte, o carnet de conducir.

La primera vez que incurra en alineación indebida un equipo, supondrá la pérdida del encuentro (sí lo hubiera ganado) por el resultado mínimo en cada deporte. Si lo hubiera perdido se mantendrá el resultado. Además se le descontarán **2 puntos en la clasificación.** A la segunda vez que incurra en alineación indebida se le **eliminará de la competición,** anulándose los resultados que hubiese tenido con los demás equipos.

Número máximo de jugadores que podrán ser inscritos por deporte.:

- **BALONCESTO MASCULINO Y FEMENINO 15**
- **BALONMANO MASCULINO Y FEMENINO 15**
- **FÚTBOL MASCULINO 25**
- **FÚTBOL SALA MASCULINO Y FEMENINO 15**
- **RUGBY MASCULINO Y FEMENINO 30**
- **VOLEIBOL MASCULINO Y FEMENINO 15**
- **FUTBOL 7 MASCULINO Y FEMENINO 15**

- Art. 3:** Las reclamaciones sobre alineación indebida o de irregularidades en la inscripción del acta arbitral, deberán realizarse al arbitro principal en el momento del encuentro para su comprobación, sin este requisito no será admitida ninguna reclamación posterior.
Las reclamaciones por otros motivos, se deberán dirigir al Comité de Competición dentro de las 48 horas posteriores a la celebración del partido.
- Art. 4:** Durante el desarrollo del juego sólo podrán sentarse en el banquillo, los jugadores, el delegado y el entrenador. Cualquier alteración que se produzca y que sea motivo de sanción recaerá sobre el equipo infractor.
Los que figuren como **Delegados y Entrenadores, deberán figurar también en la Hoja de Inscripción**, y si a la vez figuran como jugadores, deberá relacionarse la otra función que ejercen.
- Art. 5:** En el caso de que el árbitro no comparezca en el momento del encuentro y transcurridos 15 minutos, los dos equipos de mutuo acuerdo deberán designar un árbitro y jugar el partido.
De no poderse disputar en ese momento dicho partido, el Comité de Competición designará nueva fecha de celebración.
- Art. 6:** Una vez concluidos los partidos, los Árbitros entregarán las ACTAS a los responsables de las Instalaciones Deportivas donde se disputan los encuentros. En caso de que el Arbitro no comparezca será responsabilidad del equipo que teóricamente juega en campo propio hacer llegar el acta del encuentro a la Sección de Competición Interna, instalaciones de la Zona Norte.(Paraninfo). El plazo máximo de entrega del acta del partido, serán las 13 horas del día siguiente de la disputa del mismo.
- Art. 7:** Transcurridos 15 minutos de la hora señalada para el comienzo del encuentro, el árbitro considerará que hay **INCOMPARECENCIA** del equipo que no se encuentre en el terreno de juego o que no cuente con el número mínimo de jugadores para poder disputar el encuentro que está establecido reglamentariamente en cada deporte.
El acta del partido quedará cerrada en el momento en que dé comienzo el encuentro, no pudiendo participar ningún jugador que no esté inscrito en la misma.
El Comité de Competición, decidirá sobre lo contemplado en el Acta del encuentro.
- Art. 8:** Las solicitudes de aplazamiento de partidos serán resueltas y autorizadas por el Comité de Competición, previa solicitud de ambos equipos; siempre que la causa lo justifique y la solicitud se haga al menos con **5 días hábiles de antelación a la celebración de dicho encuentro**. El arbitraje será por cuenta de los solicitantes.

Art. 9: Se establece con carácter general el siguiente sistema de puntuación en todos los deportes y categorías.:

Partido ganado 2 puntos.

Partido empatado 1 punto.

Partido perdido 0 puntos.

1ª incomparecencia -2 puntos.

2ª incomparecencia Descalificado de Competición.

1ª alineación indebida -2 puntos.

2ª alineación indebida Descalificado de Competición.

Se anularán todos los resultados de los encuentros disputados anteriormente con los equipos que se descalifican.

CLASIFICACION FINAL (CRITERIOS DE DESEMPATE):

- a) En caso de empate a puntos, si uno de los equipos empatados a puntos hubiera sido sancionado por incomparecencia o alineación indebida, una sola de estas circunstancias resolverá el empate a favor del otro.
- b) Resultado particular entre los dos equipos empatados.
- c) Si es empate lo anterior, diferencia de tantos a favor y en contra en el total de la clasificación.
- d) Si no se resuelve el empate, mejor cociente entre tantos a favor y en contra en el total de la clasificación.
- e) Si son varios equipos los empatados, se confecciona una clasificación particular entre los equipos empatados con los resultados habidos entre ellos. El orden es:
 - 1) Más número de puntos.
 - 2) Mejor diferencia de tantos a favor y en contra.
 - 3) Mejor cociente de tantos a favor y en contra.

Art. 10: Las expulsiones por **Tarjeta Roja Directa o similar (según los deportes: Técnica Descalificante, etc)**, están sancionadas al menos con 1 partido de Y EN EL suspensión, y éste debe cumplirse en el encuentro siguiente al que se cometió la falta.

V.- “TROFEO ALFONSO XIII” - CURSO 2010/11

REGLAMENTO

El TROFEO ALFONSO XIII instituido en la temporada 1988/89, premia al club deportivo de la Universidad Complutense que realice una mejor labor de conjunto en cada curso académico.

El trofeo se otorga en propiedad al club que lo consiga tres veces consecutivas o cinco alternas. En el curso 96/97 lo ganó en propiedad el CLUB DEPORTIVO ECONÓMICAS, y en el 2008/09 lo ha ganado en propiedad el CLUB DEPORTIVO FARMACIA. En la temporada 2009/10 también lo gano el equipo de **FARMACIA**.

Los ganadores hasta la fecha han sido.:

Curso 1988/89 - C. Información.

Curso 1989/90 - Físicas.

Curso 1990/91 - Económicas.

Curso 1991/92 - Económicas.

Curso 1992/93 - San Pablo CEU.

Curso 1993/94 - San Pablo CEU.

Curso 1994/95 - Económicas.

Curso 1995/96 - Económicas.

Curso 1996/97 - ECONÓMICAS

Curso 1997/98 - ECONÓMICAS.

Curso 1998/99 - FARMACIA

Curso 1999/00 - GEOLÓGICAS

Curso 2000/01 - MATEMÁTICAS

Curso 2001/02 - GEOLÓGICAS

Curso 2002/03 - ECONÓMICAS

Curso 2003/04 - GEOLÓGICAS

Curso 2004/05 - ECONÓMICAS

Curso 2005/06 - GEOLÓGICAS

Curso 2006/07 - FARMACIA

Curso 2007/08 - FARMACIA

Curso 2008/09 - FARMACIA

Curso 2009/10 - FARMACIA

La presente temporada se disputará en las siguientes modalidades deportivas.:

Categoría masculina: baloncesto, balonmano, fútbol, fútbol sala, rugby y voleibol.

Categoría femenina: baloncesto, fútbol sala, rugby y voleibol.

En ambas categorías, se enfrentarán los dos primeros equipos clasificados de la competición de Facultades contra los dos primeros de Colegios Mayores, en las semifinales el primero contra el segundo y en la final los vencedores.

Se puntuará 4, 3, 2, 1 puntos, al primero, segundo, tercero y cuarto clasificado respectivamente en cada una de las distintas modalidades deportivas.

Resultará ganador el club que totalice mayor número de puntos al sumar los de todos los deportes. En caso de empate, se dará como ganador el que hubiera obtenido mayor número de primeros puestos, segundos, etc...

Los jugadores que durante la competición, pudieron a la vez jugar con Colegios Mayores y Facultades, deben optar por uno de los dos antes del inicio del Trofeo Complutense.

Si algún equipo que ha ganado la clasificación para el Trofeo Complutense no pudiera participar en el mismo, deberá comunicarlo previamente como mínimo con 5 días de antelación al comienzo del Trofeo, para que su puesto sea ocupado por el siguiente en la clasificación. Si no lo hace así y no se presenta a los partidos, se le considerará como incomparencias con la consiguiente descalificación y sanción económica en subvención para material deportivo.

VI.- ASCENSOS A 1ª CATEGORÍA

A). DEPORTES CON UN GRUPO ÚNICO

Ascienden los dos primeros clasificados

B). DEPORTES CON DOS GRUPOS.

Se disputará una competición tipo liga con los dos primeros clasificados de cada grupo, sirviendo los resultados habidos entre los dos del mismo grupo en la fase previa.

Ascienden los dos primeros clasificados.

1ª Jornada: (No se disputan los partidos al servir los resultados).

1º Grupo A. - 2º Grupo A.

2º Grupo B. - 1º Grupo B.

2ª Jornada:

1º Grupo A. - 2º Grupo B.

2º Grupo A. - 1º Grupo B.

3ª Jornada:

2º Grupo A. - 2º Grupo B.

1º Grupo A. - 1º Grupo B.

C). DEPORTES CON TRES GRUPOS.

Se disputará una competición tipo liga con los dos primeros clasificados de cada grupo; sirviendo los resultados habidos entre los dos del mismo grupo en la fase previa.

Ascienden los dos primeros clasificados.

1ª Jornada: (No se disputan los partidos al servir los resultados).

1º Grupo A. - 2º Grupo A.

1º Grupo B. - 2º Grupo B.

1º Grupo C. - 2º Grupo C.

2ª Jornada:

1º Grupo B. - 1º Grupo A.

1º Grupo C. - 2º Grupo A.

2º Grupo B. - 2º Grupo C.

3ª Jornada:

1º Grupo C. - 1º Grupo B.

2º Grupo B. - 1º Grupo A.

2º Grupo A. - 2º Grupo C.

4ª Jornada:

2º Grupo B. - 1º Grupo C.

2º Grupo A. - 1º Grupo B.

1º Grupo A. - 2º Grupo C.

5ª Jornada:

2º Grupo A. - 2º Grupo B.

1º Grupo A. - 1º Grupo C.

1º Grupo B. - 2º Grupo C.

D). DEPORTES CON CUATRO GRUPOS.

Se disputará una competición por eliminatoria directa con los dos primeros clasificados de cada grupo.

Ascenden los dos primeros clasificados.

1ª Jornada (eliminatória).:

1º Grupo A. - 2º Grupo D. (**A**)

1º Grupo B. - 2º Grupo C. (**B**)

1º Grupo C. - 2º Grupo B. (**C**)

1º Grupo D. - 2º Grupo A. (**D**)

2ª Jornada. (Los cuatro equipos ganadores de la eliminatória).

A - C

B - D

3ª Jornada:

A - B

C - D

4ª Jornada:

A - D

B - C

NOTA.-NO PUEDE HABER EN 1ª CATEGORÍA 2 EQUIPOS DEL MISMO CLUB, POR LO TANTO EN EL CASO DE NO PODER ASCENDER POR ESTA CIRCUNSTANCIA, SUBIRÁN LOS SIGUIENTES EQUIPOS CLASIFICADOS QUE NO TUVIESEN REPRESENTACIÓN EN 1ª CATEGORÍA.